

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ДЕТСКИЙ САД №6 «РОМАШКА»**

Принято на заседании педагогического совета  
от 24.08.2021 г. протокол №1

Председатель: Л.И.Головахина

Утверждено:  
заведующий МКДО № 6  
\_\_\_\_\_Л.И.Головахина

Принято с учетом мнения родителей  
на общем родительском собрании  
протокол № 1 от 24.08.21

Приказ № 181-АД от 24.08.2021

**Рабочая программа образовательной деятельности  
по образовательной области «Физическое развитие» в разделе «Физическая культура»  
воспитателя (с функционалом по ФИЗО) в группах общеразвивающей направленности  
в соответствии с ФГОС ДО**

Срок реализации программы: 2021 – 2022 уч. год

Воспитатель по ФИЗО: Привалова Г.А.

с.Рагули, 2021 год

## СОДЕРЖАНИЕ

Наименование	Страница
<b>1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Нормативные документы	4
1.3 Цель и задачи рабочей программы	4-6
1.4 Принципы и подходы в организации образовательного процесса	6-8
1.5 Возрастные особенности контингента детей 4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет.	8-9
1.6 Планируемые результаты освоения Программы	9-10
1.7 Педагогическая диагностика	10-13
<b>2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
2.1. Образовательная область «Физическое развитие»	13-15
2.2. Особенности образовательной деятельности и разных видов культурных практик	15-16
2.3. Применение информационно-компьютерных технологий и дистанционного образования в условиях семьи	16-21
2.4. Взаимодействия с семьями воспитанников	21-28
2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы. Традиционные праздники, развлечения, мероприятия	28-32
2.6. Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений	32-35
<b>3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении	35-40
3.2. Организация организационной образовательной деятельности	40-42
3.3. Перспективный план основной образовательной деятельности	42-238
3.4. Календарный план воспитательной работы	238-241
3.5. Организации развивающей предметно-пространственной среды	241-242
3.6. Программно-методический комплекс образовательного процесса	242-243

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа образовательной деятельности физического развития в группах общеразвивающей направленности (далее программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования;
- Инновационной программой дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой,
- Основной образовательной программой МКДОУ № 6 «РОМАШКА» ;
- Программой воспитания ДОУ.

Рабочая программа по физическому развитию детей групп обеспечивает физическое и разностороннее развитие детей в возрасте от 4 до 8 лет с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Рабочая программа, в соответствии с Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации", содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, учитывает разнообразие мировоззренческих подходов, способствует реализации права детей дошкольного возраста на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Программа представляет собой модель процесса воспитания и обучения детей, охватывающая все основные моменты их жизнедеятельности с учетом приоритетности видов детской деятельности в каждом возрастном периоде. Рабочая программа включает в себя реализацию аспектов Программы воспитания, направленную на создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Реализация рабочей программы осуществляется в следующих мероприятиях: утренняя гимнастика, физкультурное занятие, гимнастика после дневного сна, физкультминутки, подвижные игры, физические игры, закаливание, дыхательная гимнастика, физкультурные досуги, упражнения между занятиями (динамическая пауза), летние забавы на прогулках

Таким образом, решение программных задач осуществляется в совместной деятельности взрослых и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Срок реализации программы 1год.

## **1.2. Нормативные документы.**

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Конституция РФ, ст.43, 72.
2. Конвенция о правах ребенка (1989г.)
3. Федеральным законом от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».4. «Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
5. Инновационной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).
7. Приказ Минпросвещения России от 31.07.2020 N 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573) Санитарно - эпидемиологическими правилами СП 3.1./2 4 3598-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы ОО и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения коронавирусной инфекции (COVID-19), Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил и норм 1.2.3685-21 СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.2021г. «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
9. Основной образовательной программой МКДОУ № 6 «Ромашка»
10. Программой воспитания МКДОУ д/с № 6 « Ромашка « с.Рагули
11. Положение о рабочей программе педагога МКДОУ № 6 «Ромашка»
12. Уставом МКДОУ № 6 «Ромашка»
13. Другими актами действующего законодательства РФ.

## **1.3 Цель и задачи рабочей программы**

### **Цель:**

Цель физического воспитания в детском саду – обеспечить всестороннюю физическую подготовленность каждого ребёнка, помочь приобрести запас прочных умений и двигательных навыков, необходимых человеку на протяжении всей его жизни для труда и активного отдыха. Основные задачи физического воспитания: Охрана и укрепление здоровья ребёнка, закаливание организма. Достижение полноценного физического развития: гармоничности телосложения, соответственно возрасту развитых функций и адаптационных способностей организма, физической и умственной

работоспособности. Воспитание нравственно – волевых черт личности, активности, самостоятельности. Создание условий для целесообразной двигательной активности детей. Формирование жизненно необходимых двигательных действий. Формирование широкого круга игровых действий. Развитие физических качеств. Содействие формированию правильной осанки и предупреждение плоскостопия. Формирование доступных представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, об основных гигиенических требованиях и правилах. Воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней. Все перечисленные задачи должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, трудового и эстетического воспитания. Необходимо также, чтобы занятия физической культурой доставляли детям радость, поддерживали хорошее настроение, побуждали к самостоятельности. Программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса и направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей.

### **Задачи:**

Задачи: - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; б - обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья); - обеспечение преемственности целей, задач и содержания; - создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром; - объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества; - формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности; - обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей; - формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей; - обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей

### **Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:**

- обеспечение оптимального сочетания классического дошкольного образования и современных образовательных технологий;
- охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ дошкольного и начального общего образования;

- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей и способностей детей; □□формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

#### **Задачи по индивидуализации образовательного процесса:**

- поддержка традиций дошкольного учреждения в проведении социально значимых образовательных и досуговых мероприятий;
- развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка, социальных, нравственных, физических, интеллектуальных, эстетических качеств;
  - создание благоприятных условий для гармоничного развития каждого ребенка в соответствии с его возрастными, гендерными, индивидуальными особенностями и склонностями;
  - формирование общей культуры личности ребенка, в том числе ценностей здорового и устойчивого образа жизни, инициативности, самостоятельности и ответственности, активной жизненной позиции.
  - организация содержательного взаимодействия ребенка с другими детьми, взрослыми и окружающим миром на основе гуманистических ценностей и идеалов, прав свободного человека;
  - воспитание у ребенка чувства собственного достоинства, патриотических чувств, любви к Родине, гордости за ее достижения на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
  - использование воспитательного ресурса развивающей предметно- пространственной среды группы и учреждения;
  - объединение воспитательных ресурсов семьи, группы и учреждения на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества;
  - установление партнерских взаимоотношений с семьей, оказание ей психолого-педагогической поддержки, повышение компетентности родителей (законных представителей) воспитанников в вопросах воспитания, развития и образования детей.

#### **1.4 Принципы и подходы к формированию Программы.**

В соответствии со Стандартом ДО Программа построена на следующих принципах:

1. Поддержка разнообразия детства. Современный мир характеризуется возрастающим многообразием и неопределенностью, отражающимися в самых разных аспектах жизни человека и общества. Многообразие социальных, личностных, культурных, языковых, этнических особенностей,

религиозных и других общностей, ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения, жизненных укладов особенно ярко проявляется в условиях Российской Федерации - государства с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющего многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения.

Принимая вызовы современного мира, Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Организация выстраивает образовательную деятельность с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека. Самоценность детства - понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.

3. Позитивная социализация ребенка предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений. Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений - как детей, так и взрослых - в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.

6. Сотрудничество Организации с семьей. Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники Организации должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.

7. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития. Программа предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но

и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (центры семейного консультирования и др.).

8. Индивидуализация дошкольного образования предполагает построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности. Для реализации этого принципа необходимы регулярное наблюдение за развитием ребенка, сбор данных о нем, анализ его действий и поступков; помощь ребенку в сложной ситуации; предоставление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцентирование внимания на инициативности, самостоятельности и активности ребенка.

9. Возрастная адекватность образования. Программа предусматривает подбор содержания и методов дошкольного образования и воспитания в соответствии с возрастными особенностями детей. Используются все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребенка), опираясь на особенности возраста и задачи развития и воспитания, которые должны быть решены в дошкольном возрасте.

10. Развивающее вариативное образование. Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Программа предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

11. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей. В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной и воспитательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы. Программа задает инвариантные ценности и ориентиры по выбору способов их достижения, выбора образовательных и воспитательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п.

## **1.5 Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики.**

### **Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей средних групп (4-5лет)**

Дети среднего возраста умеют держать правильную осанку, умеют ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учатся бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учатся ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учатся перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учатся энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места еще не умеют сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учатся прыжкам через короткую скакалку. Еще не могут принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учатся кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учатся ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учатся построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Учатся выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Учатся играть в подвижных играх с мячами, со скакалками, обручами. Закрепляют выполнение действий по сигналу.

#### **Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей старших групп (5-6 лет)**

Дети умеют выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией. Ребенок использует разные виды бега, отличающиеся техникой выполнения. Закрепляют умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учатся ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учатся ориентироваться в пространстве. Учатся элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Учатся помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Учатся различным видам спорта. Учатся самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры. Стремятся участвовать в играх с элементами соревнования, играх эстафетах. Учатся спортивным играм и упражнениям.

#### **Возрастные и индивидуальные особенности детей подготовительных групп (6-8 лет)**

Учатся сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Учатся добиваться в технике основных движений естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закрепляют умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваются активного движения кисти руки при броске. Учатся перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивают в упражнениях силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Учатся статическому и динамическому равновесию, развивают координацию движений и ориентировку в пространстве. Закрепляют навыки выполнения спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Развивают в основных упражнениях выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Учатся самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживают интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Учатся использовать разнообразные подвижные игры, игры с элементами соревнования. Самостоятельно организовывают знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивают свои результаты и результаты товарищей.

Учатся придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивают интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

## **1.6 Планируемые результаты освоения Программы. Промежуточные и итоговые результаты освоения программы.**

**При успешном освоении программы в средних группах планируется достижение следующих результатов:**

В конце учебного года дети должны уметь:

- Владеть соответствующими возрасту основными движениями
- Проявлять интерес к подвижным играм, физическим упражнениям.
- Проявлять желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности, при перешагивании через предметы.
- Ходить прямо, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с задачей, бег 30 м (мин.и сек.) бег 90 м (мин.и сек.)
- Уметь ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп
- Прыгать в длину с места
- Метать предметы разными способами
- Отбивать мяч об землю двумя руками, отбивать мяч об землю одной рукой, уверенно бросать и ловить мяч.
- Уметь строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу, ориентироваться в пространстве, находить правую и левую сторону.
- Выполнять упражнения, демонстрируя пластичность, выразительность движений.
- Лазить по лесенке произвольным способом, лазить по гимнастической стенке произвольным способом.
- Следить за правильной осанкой под руководством воспитателя.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Иметь элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Знать о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Иметь начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Иметь представление о вредных и полезных продуктах.

## **1.7. Педагогическая диагностика**

Реализация Образовательной программы дошкольного образования ДОО предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

## Диагностическая карта физической подготовленности средней группы

Диагностику провел: \_\_\_\_\_ Ф.И.О., должность)

Фамилия	Имя	Прыжки в длину с места 70 см	Прыжки на двух ногах 20 прыжков, с продвижением на 2-3 м	Прыжки с короткой скакалкой	Метать предметы на дальность 3,5-6,5 м	Метание предметов: горизонтальную цель 2-2,5 м, вертикальную цель высота 1,5 м, длина 1,5-2 м, на дальность 3,5-6,5 м	Отбивание мяча на месте 5 раз.	Бросание мяча друг другу сверху, из-за головы расстояние 1,5 м	Бег на 20 м за 5,5-6 секунд	Проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражн, в спортивных играх	Итог
		Н									
		К									

### При успешном освоении программы в старших группах планируется достижение следующих результатов.

В конце учебного года дети должны уметь:

- Владеть основными движениями в соответствии с возрастом.
- Проявлять интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях, проявлять желание участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах.
- Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазить по гимнастической стенке с изменением темпа, запрыгивать на предмет (высота 20 см)
- Прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), прыгать в длину с разбега (не менее 100 см), прыгать в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Бег 30 м, (мин. и сек.), бег 90 м (мин. и сек.).
- 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, вести мяч на расстояние не менее 6 м.

- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие, уметь перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом 5.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, футбол, бадминтон и др.
- Следить за правильной осанкой.

**Диагностическая карта физической подготовленности старшей группы**

Диагностику провел: \_\_\_\_\_ (Ф.И.О., должность)

Фамилия	Имя	Прыжк и с высоты 30 см, в длину с места 80 см, с разбега 100 см	Прыжки на месте 30-40 по 2-3 раза, с продвижение на 3-4 м	Прыжки через скакалку	Метать предметы на расстоянии 5-9 метров	Метание в горизонтальную и вертикальную цель (3-4 м)	Отбивание мяча на месте, в ходьбе (5-6м)	Бросание: мяча вверх, о землю 10 раз, друг другу-снизу, из-за головы расстояние 2-3м)	Бег на 20 м за 5-5,5 секунд	Проявляет самостоятельно и творчество при выполнении физических упражнениях, в спортивных играх	Итог
		Н									
		К									

**При успешном освоении программы в подготовительных группах планируется достижение следующих результатов:**

В конце учебного года дети должны уметь:

- Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Участвовать в играх с элементами спорта
- Выполнять прыжок на мягкое покрытие с высоты до (40см), прыгать в длину с места не менее (100 см), прыгать в длину с разбега до (180 см), прыгать в высоту с разбега в высоту не менее (50см), прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами
- Бег 30 м, (мин. и сек.), бег 90 м (мин. и сек.).
- Бросать набивной мяч (1кг) вдаль, бросать предметы в цель из разных 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
- Уметь перестраиваться в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время движения.

- Следить за правильной осанкой
- Применять навыки личной гигиены (выполнять осознанно и самостоятельно) Применять культурно-гигиенические навыки (следить за своим внешним видом и т.д.)

### Диагностическая карта физической подготовленности подготовительной группы

Диагностику провел: \_\_\_\_\_ (Ф.И.О., должность)

Фамилия Имя	Прыжок и с высоты 40 см, в длину 100 см	Прыжки на двух ногах: на месте по 30 прыжков 3-4 раза, с продвиже нием на 5-6 м	Прыжки через скакалку	Метание на дальност ь 6-12 м,	Метание в горизонта льную и вертикаль ную цель(4- 5м)	Отбиван ие мяча правой и левой рукой на месте, в ходьбе (6м)	Бросание мяча друг другу друг другу-снизу, из-за головы расстояние 3-4 м	Бег на 30 м за 6,5-705 секунд	Проявляет самостоятель ность и творчество при выполнении физических упражнениях, в спортивных играх	Ито г
	Н									
	К									

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми средних групп (от 4 до 5 лет) образовательной области «Физическое развитие».

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.

Развивать умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие.

Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу

Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей.

Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

### **Содержание образовательной деятельности по освоению детьми старших групп (от 5 до 6 лет) образовательной области «Физическое развитие».**

Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.

### **Содержание образовательной деятельности по освоению детьми подготовительных групп (от 6 до 8 лет) образовательной области «Физическое развитие».**

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Упражнять в перелезании с пролета на пролег гимнастической стенки по диагонали.

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

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

Главным условием организации образовательного процесса в соответствии с ФГОС ДО является полноценно организованная образовательная среда, которая строится с учетом реализации образовательных областей в двух основных составляющих организации образовательного процесса: совместной и самостоятельной.

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В то же время, освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для её осуществления.

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход. Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Такие продукты могут быть как материальными (рассказ, рисунок, поделка, коллаж, экспонат для выставки), так и нематериальными (новое знание, образ, идея, отношение, переживание). Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

В ходе реализации культурной практики решаются одновременно различные задачи.

Физическое развитие: становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Физическая культура и спорт – это неотъемлемая часть окружающего мира, в котором живет ребенок, формируется и от которого в определенной степени зависит, каким он станет.

Занятия о физической культуре и спорте, представленные детям в доступной форме, позволяют значительно расширить кругозор ребенка, способствуют развитию восприятия, памяти, мышления, воображения. Вместе с тем происходит обогащение и активация словарного запаса, и воспитание звуковой культуры речи. Что необходимо для подготовки ребенка к школе.

Источником знаний о спорте и физической культуре являются настольные дидактические игры, которые по сравнению с другими видами игр имеют характерную особенность: способствуют формированию знаний, развитию познавательных способностей и самостоятельной личности.

Каждому из нас по собственному детству хорошо знакомы занятия с настольными играми. И хотя прежде эти занятия не рассматривались в категории культурных практик, их связь с культурной традицией всегда осознавалась. Игровые поля, карточки лото, разрезные картинки, разноцветная мозаика, пазлы – всё это материальные артефакты культуры и одновременно предметы для детского досуга. Навык и привычку обращаться с ними ребенок впервые получает от взрослых (*в семье или в детских дошкольных учреждениях*)

Яркость, красочность иллюстрированного материала, представленного в настольных играх, даёт возможность ребенку наглядно представить каждый вид спорта, его своеобразие и красоту, а также способствует обогащению эмоциональной сферы личности дошкольника.

Сформированная посредством использования настольных дидактических игр о спорте система знаний будет способствовать решению ряда задач:

- Повышение мотивации к знаниям физическими упражнениями;
- Повышение эффективности освоения двигательных действий;
- Формированию основы для самостоятельных занятий физическими упражнениями.

***Методические рекомендации к использованию настольных дидактических игр по физическому воспитанию.***

1. В дидактические игры следует играть во время самостоятельной или совместной деятельности детей и педагога.
2. Для игры в настольные игры следует выбирать стол, за которым смогут комфортно сидеть все участники игры.
3. Участие в играх педагога повышает интерес детей к играм, способствуют развитию дружеских отношений.
4. Для развития активности и самостоятельности целесообразно роль ведущего поручать кому-нибудь из ребят.
5. Новую игру следует четко, кратко объяснить, отдельные моменты можно показать.
6. Ход игры и ее правила объясняются перед началом. При необходимости воспитатель может показать и с помощью вопросов выяснить, как дети поняли игру.
7. Все указания по ходу игры нужно давать в спокойном тоне, отмечать правильное выполнение заданий, соблюдение правил.
8. Деятельность детей в игре оценивается всеми ее участниками; при этом важно отмечать соблюдение правил, качество ответов, самостоятельность в организации и проведении игр.
9. После игры необходимо дать объективный анализ поведения всех играющих, выполнения ими всех правил, что способствует формированию дружеских отношений и сознательного отношения каждого ребенка к своему поведению.

### **2.3. «Применение информационно-компьютерных технологий и дистанционного образования»**

«Информационная технология – комплекс методов, способов и средств, обеспечивающих хранение, обработку, передачу и отображение информации и ориентированных на повышение эффективности и производительности труда».

Коммуникационные технологии определяют методы, способы и средства взаимодействия человека с внешней средой (обратный процесс также важен). В этих коммуникациях компьютер занимает свое место. Он обеспечивает, комфортное, индивидуальное, многообразное, высокоинтеллектуальное взаимодействие объектов коммуникации.

Использование компьютерных технологий в образовательном процессе помогает:

- привлекать пассивных воспитанников к активной деятельности;
- формировать информационную культуру у детей;
- активизировать познавательный интерес;
- реализовывать личностно-ориентированный и дифференцированный подходы в обучении;
- активизировать мыслительные процессы (анализ, синтез, сравнение и др.);
- преобразование предметно-развивающей среды, создание новых средств для развития детей, использование новой наглядности,
- дополнительная информация, которой по каким-либо причинам нет в печатном издании,
- разнообразный иллюстративный материал, как статический, так и динамический (анимации, видеоматериалы),

ИКТ позволяет:

Показать информацию на экране в игровой форме, что вызывает у детей огромный интерес, так как это отвечает основному виду деятельности дошкольника — игре.

В доступной форме, ярко, образно, преподнести дошкольникам материал, что соответствует наглядно-образному мышлению детей дошкольного возраста.

Привлечь внимание детей движением, звуком, мультипликацией, но не перегружать материал ими.

Способствовать развитию у дошкольников исследовательских способностей, познавательной активности, навыков и талантов.

Поощрять детей при решении проблемных задач и преодолении трудностей.

В ходе игровой деятельности дошкольника, с использованием компьютерных средств у него развивается: теоретическое мышление, развитое воображение, способность к прогнозированию результата действия, проектные качества мышления и др., которые ведут к резкому повышению творческих способностей детей.

#### **Преимущества:**

- 1) Движения, звук, мультипликация привлекает внимание детей и способствует повышению у них интереса к изучаемому материалу. Высокая динамика занятия способствует эффективному усвоению материала, развитию памяти, воображения, творчества детей.
- 2) Обеспечивает наглядность, которая способствует восприятию и лучшему запоминанию материала, что очень важно, учитывая наглядно-образное мышление детей дошкольного возраста.
- 3) Слайд-шоу и видеофрагменты позволяют показать те моменты из окружающего мира, наблюдение которых вызывает затруднения: например, рост цветка, вращение планет вокруг Солнца, движение волн, вот идёт дождь;
- 4) Моделирование жизненных ситуаций, которые нельзя или сложно показать и увидеть в повседневной жизни (например, воспроизведение звуков природы; работу транспорта и т.д.);
- 5) Предъявление информации на экране компьютера в игровой форме вызывает у детей интерес.

- 6) Несёт в себе образный тип информации, понятный дошкольникам.
- 7) Проблемные задачи, поощрение ребёнка при их правильном решении самим компьютером являются стимулом познавательной активности детей.
- 8) Ребёнок сам регулирует темп и количество решаемых игровых обучающих задач.
- 9) В процессе своей деятельности за компьютером дошкольник приобретает уверенность в себе, в том, что он многое может.
- 10) Позволяет моделировать такие жизненные ситуации, которые нельзя увидеть в повседневной жизни (полет ракеты, половодье, неожиданные и необычные эффекты);
- 11) Компьютер очень "терпелив", никогда не ругает ребёнка за ошибки, а ждёт, пока он сам исправит их.
- 12) Использование информационных технологий побуждает детей к поисковой исследовательской деятельности, включая и поиск в сети Интернет самостоятельно или вместе с родителями.

Применение информационных технологий на занятиях в ДОУ позволяет преодолеть интеллектуальную пассивность детей, даёт возможность повысить эффективность образовательной деятельности педагога ДОУ.

В образовательном процессе используются 2 вида занятий с использованием ИКТ.

#### **Занятие с мультимедийной поддержкой.**

Использование мультимедийной презентаций позволяет сделать занятие эмоционально окрашенными, интересными, являются прекрасным наглядным пособием и демонстрационным материалом, что способствует хорошей результативности занятия.

С помощью мультимедийных презентаций разучиваются с детьми комплексы зрительных гимнастик, упражнений для снятия зрительного утомления.

Мультимедийные презентации позволяют представить обучающий и развивающий материал как систему ярких опорных образов, наполненных исчерпывающей структурированной информацией в алгоритмическом порядке. В этом случае задействуются различные каналы восприятия, что позволяет заложить информацию не только в фактографическом, но и ассоциативном виде в память детей.

Применение компьютерных слайдовых презентаций в процессе обучения детей имеет следующие достоинства:

- осуществление полисенсорного восприятия материала;
- возможность демонстрации различных объектов с помощью мультимедийного проектора и проекционного экрана в многократно увеличенном виде;
- объединение аудио-, видео - и анимационных эффектов в единую презентацию способствует компенсации объема информации, получаемого детьми из учебной литературы;
- возможность демонстрации объектов более доступных для восприятия сохранной сенсорной системе;
- активизация зрительных функций, глазомерных возможностей ребенка;
- компьютерные презентационные слайд-фильмы удобно использовать для вывода информации в виде распечаток крупным шрифтом на принтере в качестве раздаточного материала для занятий с дошкольниками.

Применение интерактивной доски позволяет развивать у детей способность ориентироваться в информационных потоках окружающего мира, овладевать практическими навыками работы с информацией, развивает разносторонние умения, что способствует осознанному усвоению знаний дошкольниками и повышает уровень готовности ребенка к школе. Работа с интерактивной доской позволяет по-новому использовать в образовательной деятельности дидактические игры и упражнения, коммуникативные игры, проблемные ситуации, творческие задания. Применение интерактивной доски с использованием мультимедийных технологий (графика, цвет, звук, видеоматериалы) позволяет моделировать на занятиях различные ситуации и среды. Игровые компоненты, включённые в мультимедийные программы, активизируют познавательную активность детей и усиливают эффективность усвоения материала. Технология работы доски, основанная на принципе резистивной матрицы, является самой

распространенной в мире и самой безопасной для здоровья. Ещё одно преимущество использования интерактивной доски в детском саду – возможность совершать виртуальные путешествия, проведение интегрированных занятий. Использование ИД в совместной и самостоятельной деятельности ребенка является одним из эффективных способов мотивации и индивидуализации обучения, развития творческих способностей и создания благоприятного эмоционального фона.

Таким образом, занятия с мультимедийной поддержкой повышают скорость передачи информации детям, улучшают уровень её понимания, что способствует развитию всех форм мышления.

Использование таких программ позволяет не только обогащать знания, использовать компьютер для более полного ознакомления с предметами и явлениями, находящимися за пределами собственного опыта ребенка, но и повышать креативность ребенка; умение оперировать символами на экране монитора способствует оптимизации перехода от наглядно-образного к абстрактному мышлению; использование творческих и режиссерских игр создает дополнительную мотивацию при формировании учебной деятельности; индивидуальная работа с компьютером увеличивает число ситуаций, решить которые ребенок может самостоятельно. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5–7 лет — 5–7 минут. Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски — для детей до 10 лет — 20 минут.

#### **Дистанционное образование**

Дистанционное обучение на основе Интернет-технологий - современная универсальная форма образования, ориентированная на индивидуальные запросы участников образовательных отношений. Дистанционное обучение одна из форм освоить образовательную программу для тех воспитанников, кто по ряду причин не может посещать дошкольное учреждение. Родители могут использовать методические разработки, размещенные на сайте, и совместно с воспитанниками, в условиях семьи, освоить образовательную программу согласно возрасту.

#### **Методы обучения:**

1. Словесные методы (беседа, рассказ, объяснение)
2. Наглядные (использование таблиц, плакатов, демонстрационного материала, схем, индивидуальных зеркал)
3. Практические (работа с раздаточным материалом)
4. Игровые (использование дидактических и развивающих игр)

#### **Тематика дистанционных занятий согласно образовательной программе**

<b>Тема</b>	<b>Период</b>
<b>сентябрь</b>	
Техника прыжка	3 неделя
<b>октябрь</b>	
Обучение владениям мячом	3 неделя
<b>ноябрь</b>	
Техника ползания по гимнастической скамейке	3 неделя

<b>декабрь</b>	
Техника метания	3 неделя
<b>январь</b>	
Обучение прыжкам в длину	3 неделя
<b>февраль</b>	
Техника обучения ведению мяча	3 неделя
<b>март</b>	
Обучение техники прыжкам со скакалкой.	3 неделя
<b>апрель</b>	
Техника обучения упражнениям с предметами	3 неделя
<b>май</b>	
Обучение технике перебрасыванию мячей от груди, из-за головы и снизу.	3 неделя
<b>ЛОП</b>	
Подвижные игры	3 неделя

#### **Формы дистанционной работы педагогов:**

1. Создание занятия в формате ролика с закадровым голосом воспитателя, который рассказывает детям о теме занятия, проводит физкультминутку, играет и дает задания
2. Составление презентаций
3. Запись воспитателем видео мастер-классов по определенной теме с пошаговой инструкцией для самостоятельных занятий с ребенком дома.
4. Ссылки на образовательные ресурсы по освоению образовательной программы

#### **Электронные образовательные ресурсы для дистанционного обучения в условиях семьи:**

<http://www.detskiy-mir.net/rating.php> — Детский мир. Каталог детских ресурсов. Все сайты детской тематики.

<https://lukoshko.net/> — «Лукошко сказок». Детская электронная библиотека – народные и авторские сказки, стихи и рассказы для детей.

<https://potomy.ru/> — «Потому.ру – Детская энциклопедия. Вместе познаём мир».

<https://chudo-udo.info/pochemuchka> — Энциклопедия «Чудо-почемучка»

<http://www.filin.vn.ua/> — «Филин» иллюстрированная энциклопедия животных

<https://worldofnature.ru/> — «Мир природы» энциклопедия для детей» **Формы дистанционной работы педагогов:**

## **Ссылки на внешние ресурсы**

<http://potomy.ru> «Потому – Детская энциклопедия. Вместе познаем мир».

<http://www.kindereducation.com> Журнал для умных деток и их родителей. Обучение и развлечение дошколят. Развитие речи, забавная математика, детская психология, уроки изобразительного искусства, игры и конкурсы, (от 4-х лет).

<https://solnet.ee/> Данный портал могут использовать родители и дети для развития, развлечения, обучения.

<https://jablogo.com/teaching-children-at-home/12-prakticheskix-razvivayushhix-zanyatij-na-temu-kosmos.html> 12 практических развивающих занятий на тему Космос

<http://www.babylessons.ru/> Развивающий сайт для детей

<http://www.barbariki.ru/> Развивающий сайт для детей

<https://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry> Детский развивающий сайт

<https://uchi.ru/matematika/doshkolniki/4-goda> Математика для детей

<https://ds7ruz.schoolrm.ru/edu-process/directions/442022/razvivashka33.ru/index/glagol/0-5> Развивающий сайт для детей (стихи, сказки, загадки и т.д.)

[https://vk.com/video-102446075\\_171391283](https://vk.com/video-102446075_171391283) Космос и Звездное небо - видео энциклопедия для малышей от Дошколят

<https://risuemdoma.com/video/flowers> Видеоуроки для детей: рисуем цветы.

## **2.4. Взаимодействия с семьями воспитанников.**

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. В своей работе учитываем такие факторы, как условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважаем и признаем способности и достижения родителей (законных представителей) в деле воспитания и развития их детей.

Тесное сотрудничество с семьей делает успешной работу воспитателя. Только в диалоге обе стороны могут узнать, как ребенок ведет себя в другой жизненной среде. Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями (законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей.

Взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития.

Партнерство означает, что отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей. Кроме того, понятие «партнерство» подразумевает, что семья и воспитатели равноправны, преследуют одни и те же цели и сотрудничают для их достижения. Согласие партнеров с общими целями и методами воспитания и сотрудничество в их достижении позволяют объединить усилия и обеспечить преемственность и взаимодополняемость в семейном и внесемейном образовании.

Особенно важен диалог между педагогом и семьей в случае наличия у ребенка отклонений в поведении или каких-либо проблем в развитии. Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребенка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности их решения. В диалоге проходит консультирование родителей (законных представителей) по поводу лучшей стратегии в образовании и воспитании, согласование мер, которые могут быть предприняты со стороны Организации и семьи.

При необходимости привлекают других специалистов и службы (консультации психолога, логопеда, дефектолога и др.).

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

**Основные цели и задачи:**

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

**Ведущая цель** - содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

**Основные задачи** взаимодействия воспитателя по физической культуре с семьей:

- Изучение отношения родителей к различным вопросам физического воспитания, обучения, развития детей, условий организации ежедневных занятий физкультурой в детском саду и семье;
- Повышение компетенции родителей в физическом развитии и воспитании ребёнка,
- Приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы,
- Понятие и принятие индивидуальности ребёнка, доверие и уважение к нему, как к уникальной личности,
- Становить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника.
- Способствовать развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре;
- Формировать общественное мнение о значимости физической культуры в ДООУ и семье.
- Модернизировать развивающую предметно – пространственную среду.
- Изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- Знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- Информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- Создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- Привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- Поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения
- Изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- Знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- Информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;

- Создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- Привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- Поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

**Программа родительского образования разрабатывается и реализуется исходя из следующих принципов:**

- целенаправленности — ориентации на цели и приоритетные задачи образования родителей;
- адресности — учета образовательных потребностей родителей;
- доступности — учета возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал;
- индивидуализации — преобразования содержания, методов обучения и темпов освоения программы в зависимости от реального уровня знаний и умений родителей;
- участия заинтересованных сторон (педагогов и родителей) в инициировании, обсуждении и принятии решений, касающихся содержания образовательных программ и его корректировки.

**Основные направления и формы работы с семьей:**

1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДООУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами антропометрии.
2. Изучение условий семейного физического воспитания через анкетирование, посещение детей на дому, совместных мероприятий с семьей
3. Формирование банка данных (листки здоровья) об особенностях развития и медико-педагогических условиях развития ребенка, направленных на укрепление их здоровья.
4. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДООУ и семье: Зоны физической активности, закаливающие процедуры, оздоровительные мероприятия и т.п.
5. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
6. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.
7. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.
8. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДООУ.
9. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
10. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.
11. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
12. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДООУ с медицинскими учреждениями.
13. Организация консультативного пункта для родителей в ДООУ для профилактики и коррекции ранних осложнений в состоянии здоровья ребёнка.

14. Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д. с целью регулярного выполнения дома и в ДОУ.
15. Организация «круглых столов» по проблемам оздоровления и физического развития на основе взаимодействия с медицинскими работниками.
16. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.
17. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
18. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.
19. Взаимодействие с МКОУ школой № 7 по вопросам физического развития детей.
20. Определение и использование здоровьесберегающих технологий.
21. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОУ и уважению педагогов.
22. Физкультурные праздники
23. Открытые физкультурные занятия для родителей
24. День открытых дверей в спортивном зале
25. Беседы — индивидуальные и групповые
26. Консультации
27. Наглядно-информационные работы
28. Родительское собрание
29. Анкетирование
30. Спортивные праздники, досуги, развлечения, квест-игры.

#### **Региональный компонент**

Региональный компонент включает в себя знакомство дошкольников с историей, культурой, природным окружением родного края.

Цель: - формирование у дошкольников духовно-нравственных ориентаций, воспитание эмоционально-ценностного отношения к традиционной культуре всех народов, проживающих на территории Республики, развитие их творческого потенциала, толерантности в условиях многонациональной среды, а также формирование нравственно – патриотических чувств у дошкольников.

Задачи:

1. Развивать любознательность, познавательный интерес к своей Родине, эмоциональную отзывчивость к культурно-историческому наследию Ставрополя;
2. Дать знания детям о родном городе, крае: символика, достопримечательности.
3. Воспитывать патриотические чувства: любовь к родным – городу, краю, уважение к своему прошлому и настоящему, познакомить с историей
4. Происхождения города;
5. Дать элементарные знания о флоре и фауне Ставрополя, а также традиционные для Ставрополя виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры, играми Северного Кавказа

6. Познакомить с особенностями национальной одежды
7. Познакомить со спортсменами Ставрополя, их достижениями, с олимпийским движением на Ставрополье
8. Расширять представления о влиянии природных, климатических условий Ставрополя на организм ребенка
9. Расширять знания о здоровьесбережении, физкультуре и спорте в семьях воспитанников.

Региональный компонент включен в общую образовательную деятельность во всех возрастных группах 1 раз в месяц по темам: «Мой любимый город», «Золотая осень», «Животные Ставропольского края», «Книги Ставропольских писателей», «Что нам стоит дом построить», «Птицы нашего края», «Насекомые», «Мой край родной».

### **Проектная деятельность.**

Все большую актуальность приобретает такая форма совместной деятельности, как проекты. Они помогают научиться работать в «команде», овладеть способами коллективной мыслительной деятельности; освоить алгоритм создания проекта, отталкиваясь от потребностей ребенка; достичь позитивной открытости по отношению к коллегам, воспитанникам и родителям, к своей личности; объединить усилия педагогов, родителей и детей с целью реализации проекта. Родители (законные представители) могут принимать участие в планировании и подготовке проектов, праздников, экскурсий и т. д., могут также самостоятельно планировать родительские мероприятия и проводить их своими силами. Мы поощряем обмен мнениями между родителями (законными представителями), возникает социальная сеть взаимопомощи и семейная самопомощь.

Взаимодействие ДОУ с родителями (законными представителями) регулируется договором, включающим в себя взаимные права, обязанности и ответственность сторон, возникающие в процессе воспитания, обучения, развития, присмотра, ухода и оздоровления детей. ДОУ обеспечивает права каждого ребенка в соответствии с Конвенцией о правах ребенка и действующим законодательством РФ.

### **Годовой план работы с родителями (в зависимости от эпидемиологической обстановки в дистанционном формате)**

#### **Сентябрь**

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Анкетирование «Мнение родителей о значимости физического воспитания и развития в жизни детей»	1 неделя
2.	Консультация для родителей «10 советов родителям по укреплению здоровья детей»	1 неделя
3.	Развлечение «Детский сад встречает дошколят»	3 неделя
4.	«Техника прыжка» дистанционное консультирование	В течении месяца
6.	Оформление групп к новому учебному году: изготовление информационных стендов, визитных карточек, оснащение групп	В течении месяца

#### **Октябрь**

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Консультация «Поход выходного дня на тропу здоровья!» (старший возраст)	2 неделя
2.	Мастер-класс с использованием нетрадиционного спортивного оборудования «Тропа здоровья»	2 неделя
3.	«Обучение владению мячом» дистанционное консультирование (старший, средний, подготовительный)	В течении месяца
4.	Творческий конкурс «Спорт и здоровье» (старший возраст)	4 неделя

### Ноябрь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	«Почта доверия» - индивидуальные консультации специалистов ДОУ по телефону доверия и лично (по запросу)	По запросу
2.	Мастер-класс «Чудесные превращения»: физкультурно-игровое оборудование своими руками» (подготовительные группы)	2 неделя
3.	Индивидуальные консультации для родителей «Заряд энергии и бодрости с самого утра» (старшая группа №6)	3 неделя
4.	Творческий конкурс: «За здоровьем в детский сад» (старшие группы)	4 неделя
5.	«Обучение владению мячом» дистанционное консультирование (старший, средний, подготовительный) Старшие группы	В течении месяца

### Декабрь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Мастер-класс «Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды» (старший и подготовительный возраст)	1 неделя
2.	Консультация «Проведем выходной день с пользой» (старший возраст)	2 неделя
3.	Буклет «Профилактика нарушения осанки и плоскостопия» (подготовительный возраст)	3 неделя
4.	«Техника метания» дистанционное консультирование	В течении месяца

### Январь

№п/п	Мероприятие	Дата
1	Организационные мероприятия по проведению зимних каникул	2 неделя
2	Консультация «Индивидуальный маршрут физического воспитания дошкольников» (старший возраст)	3 неделя
5	Фотовыставка «Выходной день вместе» (старшие группы)	2 неделя
6	«Обучение прыжкам в длину» дистанционное консультирование	В течении месяца

### Февраль

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Консультация: ««Двигательный режим ребёнка»»	1 неделя
2.	Консультация «Физическая готовность детей в школу»	2 неделя
3.	Мастер-класс с использование нетрадиционного спортивного оборудования «Зимние забавы»	3 неделя
4.	Спортивный развлечение «А-ты баты –шли солдаты» подготовительная гр №11 (по эпид.	2 неделя

	обстановке) (Видео презентация)	
5.	Спортивный развлечение подготовительная гр №3 «А ну-ка парни» (по эпид. обстановке) (Видео презентация)	3 неделя
6.	«Техника обучения ведению мяча» дистанционное консультирование	В течении месяца

### Март

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Конкурс среди родителей «Гирлянда здоровья в интерьере ДОУ» все возрасты	1 неделя
2.	Буклет «Русские народные традиции» Средние, старшие, подготовительные группы	2 неделя
3.	Мастер-класс: ««Дыхательная гимнастика.» Подготовительные группы	3 неделя
4.	Консультация по теме «Здоровье детей в наших руках» (все возрасты)	3 неделя
5.	«Обучение техники прыжкам со скакалкой» дистанционное консультирование	В течении месяца

### Апрель

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Всемирный день здоровья: совместная утренняя зарядка, забег: «Всей семьёй на старт» (по эпид. обстановке)	07.04.2021
2.	Игровой динамический час «Стань чемпионом!» старший возраст (по эпид. обстановке)	07.04.2021
3.	Консультация «Игры дома-с пользой для здоровья» (все возрасты)	3 неделя
4.	Месячник здоровья	В течении месяца
5.	«Техника обучения упражнениям с предметами» дистанционное консультирование (все возраста)	В течении месяца

### Май

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Консультация «Развитие у детей физических качеств в подвижных играх» (старший возраст)	1 неделя
2.	«Чтим великий день победы» праздничные мероприятия, посвящённые Дню Победы Старшие, подготовительные группы	2 неделя
3.	Фотовыставка «Лето и спорт» Подготовительные группы	4 неделя
4.	«Обучение технике перебрасыванию мячей от груди, из-за головы и снизу» дистанционное консультирование	В течении месяца

### Июнь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Праздник «Здравствуй, лето!», приуроченный Дню защиты детей. (по эпид. обстановке)	1 неделя
2.	Мастер-класс «Здоровье ребенка в наших руках» (подготовительный возраст)	2 неделя
3.	Консультация «Осторожно фонтан» (все возрасты)	3 неделя

#### Июль

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Консультация «Осторожно лето» (все возрасты)	1 неделя
2.	Консультация «Берегись! Автомобиль!» (все возрасты)	3 неделя
3.	Фотоконкурс «Здоровая семья» старший возраст	4 неделя

#### Август

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Консультация «Осторожно, лето» (все возрасты)	1 неделя
2.	Фотоконкурс «Как я провел лето» старший возраст	3 неделя
3.	Консультация «Умей правильно загорать»	4 неделя

## 2.5. «Способы и направления поддержки детской инициативы» Традиционные праздники, развлечения, мероприятия

Сферы инициативы:

- коммуникативная инициатива (включить ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи);
- творческая инициатива (включить в сюжетную игру как основную творческую деятельность ребенка, где развиваются воображение, образное мышление);
- инициатива как целеполагание и волевое усилие (включить в разные виды продуктивной деятельности – рисование, лепка, конструирование, требующие усилий по преодолению «сопротивления» материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи);

Направления и способы поддержки детской инициативы.

- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
- выбор оптимального уровня нагрузки (в соответствии со способностями и возможностями ребенка так, чтобы он справился с заданием);
- поощрение (в процессе деятельности: активности, творческого), похвала, подбадривание (правильности осуществляемого ребенком действия, а не его самого);
- обеспечение благоприятной атмосферы, доброжелательность со стороны педагога, отказ педагога от высказывания оценок и критики в адрес ребенка;
- положительная оценка (как итогового, так и промежуточного результата);
- проявление внимания к интересам и потребностям каждого ребенка;
- косвенная (недирективная) помощь (подсказать желаемое действие, направить и т. д.);
- личный пример воспитателя (использование грамотной правильной речи, отношение к собеседнику, настроение и т. д.);

- отсутствие запрета (на выбор партнера для действия, игры, роли и т. д.);
- предложение альтернативы (другого способа, варианта действия);
- создание и своевременное изменение предметно-пространственной развивающей среды с учетом обогащающегося жизненного и игрового опыта детей (лабораторное оборудование, материалы, атрибуты, инвентарь для различных видов деятельности, к которым обеспечен беспрепятственный доступ и т. д.);
- обеспечение (выбора различных форм деятельности: индивидуальной, парной, групповой; сменности игрового материала, художественных произведений (книги, картины, аудио- и видеозаписи), музыкальных и спортивных атрибутов).
- отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей;
- предоставление детям возможности активно задавать вопросы.
- не критиковать результаты деятельности ребенка и его самого как личность;
- формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия; приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями;
- знакомить детей с группой, другими помещениями и сотрудниками детского сада, территорией участка с целью повышения самостоятельности;
- поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты;
- устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми;
- проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении, избегать ситуации спешки и поторапливания детей;
- обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
- поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной, конструктивной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка.
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу);
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу, обсуждать совместные проекты.

Организуя образовательную работу в этом направлении необходимо придерживаться следующих принципов:

- Вариативности - предоставление ребенку возможности для оптимального самовыражения через осуществление права выбора, самостоятельного выхода из проблемной ситуации.
- Деятельности - стимулирование детей на активный поиск новых знаний в совместной деятельности с взрослым, в игре и в самостоятельной деятельности.
- Креативности - создание ситуаций, в которых ребенок может реализовать свой творческий потенциал через совместную и индивидуальную деятельность.

Чтобы дети верили в свои силы, развивались и экспериментировали, необходимо поощрять инициативу ребёнка, применять различные приемы и методы: продуктивные виды деятельности, совместную исследовательскую деятельность взрослого и детей, опыты и экспериментирования, интегрированные познавательные занятия, наблюдение и труд в уголке природы, ритуал планирования самостоятельной деятельности, совместная деятельность взрослого и детей, организация проектной деятельности, самостоятельная деятельность детей, групповой сбор; а также, такие приемы, как алгоритмы, моделирование ситуаций, индивидуально-личностное общение с ребенком.

Так же необходимо использовать:

1. Продуктивные виды деятельности (конструирование, рисование, лепка, аппликация)

В процессе продуктивной деятельности у детей формируются такие качества личности, как умственная активность, любознательность, самостоятельность, инициатива, умение проявлять самостоятельность и инициативу в продумывании содержания, подборе изобразительных материалов, использовании разнообразных средств художественной выразительности, которые являются основными компонентами творческой деятельности. Ребенку необходимо помочь «оформить» его работу в конечный продукт, например, сделать рамку для рисунков, выставку, повесить на стену грамоты, создать альбом достижений и т.д.

#### 2. Самостоятельная деятельность детей.

Необходимо создать для детей разнообразную предметно – пространственную развивающую среду в группе, которая должна обеспечивать каждому ребенку познавательную активность, должна соответствовать разнообразным интересам детей и иметь развивающий характер. Также детям предоставляется возможность действовать индивидуально или вместе со сверстниками.

#### 3. Групповой сбор

Эта часть ежедневного распорядка, которая проводится в определенное время, в специально оборудованном месте, где дети самостоятельно планируют и осуществляют выбор деятельности на основе собственных интересов и потребностей в различных центрах.

#### 4. Трудовая деятельность

Необходимо создать такие условия для трудовой деятельности, где старшие дошкольники оказывают помощь друг другу, поправляют друг друга, проявляют инициативу и самостоятельность, правильно относятся к оценке своего труда (дети готовят самостоятельно своё рабочее место: кладут салфетки, кисти, наливают воду в стаканы, ставят краску, а после занятия убирают своё рабочее место)

#### 5. Метод «проектов»

В работе со старшими дошкольниками можно использовать технологию проектной деятельности, которая, также актуальна для развития инициативы и самостоятельности у детей, формирования умения делать выбор. Здесь важно быть партнером, помощником детей. “Метод проектов” способствует пониманию детьми необходимости социального приспособления людей друг к другу: умение договариваться, откликаться на чужие идеи, умение сотрудничать, принимать чужую точку зрения.

#### 6. Ритуал планирования самостоятельной деятельности

Вовремя этого ритуала дети садятся и зарисовывают символами, а некоторые уже пишут, чем бы они хотели заниматься во второй половине дня. Затем, дети свои планы вывешивают на доску и проговаривают, чем они будут заниматься.

#### 7. Проблемное обучение

При проблемном обучении ребенок систематически включается в поиск решения новых для него вопросов и ситуаций, вызывающих интеллектуальное затруднение, где у него происходит формирование подвижности и вариативности мышления, активизация мыслительной деятельности.

### Поддержка детской инициативы

Направления	Способы
Поддержка детской автономии: <ul style="list-style-type: none"> <li>• самостоятельность в замыслах и их воплощении;</li> </ul>	Создание условий для самовыражения в различных видах деятельности и различными средствами (игровой, конструктивной, продуктивной, художественно-эстетической, общении, двигательной и др.)

<ul style="list-style-type: none"> <li>индивидуальная свобода деятельности;</li> <li>самоопределение</li> </ul>	<p>Поддержка инициативных высказываний. Применение методов проблемного обучения, а также использование интерактивных форм обучения.</p>
<p>Поддержка спонтанной игровой деятельности (индивидуальной или коллективной), где замысел, воплощение сюжета, выбор партнеров осуществляется детьми без вмешательства педагога</p>	<p>Создание условий для развития и развертывания спонтанной детской игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>выбор оптимальной тактики поведения педагога;</li> <li>наличие времени в режиме дня, отведенного на спонтанную свободную игру (не менее 1,5 часов в день, непрерывность каждого из временных промежутков должна составлять по возможности не менее 30 минут, один из таких промежутков отводится на прогулку);</li> <li>наличие разнообразных игровых материалов</li> </ul>
<p>Развитие ответственной инициативы</p>	<p>Давать посильные задания поручения; снимать страх "я не справлюсь". Давать задания интересные, когда у ребенка есть личный интерес что-то делать (желание помочь, поддержать, быть не хуже или лучше остальных). Учить объективно смотреть на возможные ошибки и неудачи, адекватно реагировать на них.</p>

### Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

В практике деятельности педагогического коллектива ДОО сложилась система праздников, мероприятий и событий, проводимых ежегодно в течение многих лет. Это ежегодные яркие запоминающиеся события, которые весьма ценны в плане нравственной составляющей для всех субъектов образовательных отношений. Традиции как часть общественной жизни имеют свою специфику. Традиционность делает организацию более интересной и качественной, так как педагоги могут распланировать совместную деятельность с детьми и продуктивное сотрудничество с родителями. Для детей младшего дошкольного возраста традиции становятся сюрпризом, а для детей старшего дошкольного возраста – это возможность приобрести определенный социальный опыт и гордиться им

Федеральный уровень	Региональный	ДОО
<p><b>Традиционные праздники</b>            День знаний            День матери            Новый год            День защитника Отечества            Мамин праздник            День Победы            День России</p>	<p>День города            День края</p>	<p>Осенины            Весенние утренники            День семьи            Выпускной бал            Бал именинников            День смеха</p>

День семьи, любви и верности День флага		
<b>Праздники русской культуры</b>		Колядки
Широкая масленица Пасха	Праздник Казачества.	Прощание с ёлкой Масленица
<b>Экологические праздники</b>		День солнца
День Земли День птиц		День окружающей среды День океанов
<b>Спортивные праздники</b>		
День здоровья	Шашечный турнир Спортивная олимпиада дошкольников Планета детям	Олимпийские игры Спорт – это сила! Весёлые старты Спортивный ПДД
	<b>Олимпиады, спартакиады, фестивали, конкурсы, творческие соревнования</b>	
	«По дороге знаний», «Умники и умницы» Творческие конкурсы рисунков, поделок	Спортивные состязания совместно со школой Спортивные конкурсы между группами Состязания по ПДД Творческие соревнования

## 2.6 Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.

Перечень парциальных программ, используемых в воспитательно-образовательном процессе.

1. Программа воспитания и обучения в детском саду с детьми 2-7 лет «Физическое воспитание в детском саду» Э.Я. Степаненкова Издательство Мозаика-Синтез Москва 2005;
2. Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина Творческий центр Москва 2007
3. Примерная региональная программа образования детей дошкольного возраста/ авторская коллегия кафедры дошкольного образования ГОУ ДПО СКИПКРО: Литвинова Р.М., Чусовитина Т.В., Ильина Т.А., Попова Л.А., Корнюшина О.Н

**Цель программы:** всестороннее развитие ребенка, формирование у него способностей к саморазвитию и само изменению, картины мира и нравственных качеств, создающих условия для успешного вхождения в культуру и созидательную жизнь общества, самоопределения и самореализации личности.

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

- Повышать приспособляемость и работоспособность органов и систем растущего организма;
- Содействовать закаливанию организма, профилактике простудных заболеваний;
- Обеспечивать пропорциональное развитие всех мышечных групп;
- Формировать здоровое берегающее и здоровое укрепляющее двигательное поведение, предупреждающее возникновение плоскостопия и искривления осанки.
- Формировать правильные навыки выполнения основных движений, важных элементов сложных движений;
- Вызывать стремление приспособлять движения к встречающимся препятствиям (перешагнуть, регулируя ширину шага; подлезать, не задев).
- Развивать функцию равновесия, упражнять в передвижении по уменьшенной площади опоры, в сохранении равновесия после выполнения прыжков, в беге по естественным грунтам; содействовать развитию перекрёстной координации движений рук и ног при выполнении ходьбы, бега;
- Содействовать овладению эталонами направления, различению амплитуды движений, темпа, напряжения и т. д.
- Развивать у детей гибкость, ловкость, быстроту, выносливость, силу, а также равновесие и координацию движений;
- Расширять способности к пониманию словесной инструкции при выполнении знакомых физических упражнений и восприятию незначительных изменений;
- Приучать детей к действию по плану, представленному двумя пунктами: приготовиться - выполнить.
- Поддерживать интерес к двигательной деятельности, развивать способность передавать в движениях образы знакомых животных и других объектов окружающей действительности, отражая существенные признаки;
- Воспитывать желание участвовать в организационных формах работы по физической культуре совместно с другими детьми;
- Учить подчинять поведение в подвижных играх правилам;
- Вызывать стремление к участию в подготовке условий для выполнения двигательных действий.
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 30 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа;
- Поддерживать интерес детей к народным играм;
- Поддерживать интерес к спорту;
- Консультировать родителей;
- Создавать условия для свободного, самостоятельного, разнопланового экспериментирования в спортивных играх;

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

- Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности;

- Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения;
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость;
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий;
- Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп;
- Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;
- Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе;
- Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве;
- Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами;
- Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений;
- Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах;
- Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество;
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место;
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны;
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа;
- Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях;
- Поддерживать интерес детей к народным играм;
- Поддерживать интерес к спорту;
- Консультировать родителей;
- Создавать условия для свободного, самостоятельного, разнопланового экспериментирования в спортивных играх;
- Развивать кружковую работу с детьми по физическому воспитанию

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

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности;
- Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности;
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге;
- Добиваться активного движения кисти руки при броске;
- Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе;

- Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве;
- Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;
- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения;
- Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега;
- Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали;
- Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол) ;
- Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа;
- Поддерживать интерес детей к народным играм;
- Поддерживать интерес к спорту;
- Консультировать родителей;
- Создавать условия для свободного, самостоятельного, разнопланового экспериментирования в спортивных играх;
- Развивать кружковую работу с детьми по физическому воспитанию

### **3. Организационный раздел:**

#### **3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении**

Режим дня составлен с расчетом на 10,5-часовое пребывание ребенка в детском сад. Режим скорректирован с учетом работы дошкольного учреждения. При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка

#### **Организация режимных моментов**

При реализации Программы максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН.

Режим работы:

- пятидневная рабочая неделя;
- длительность работы МКДОУ – 10,5 часов;
- ежедневный график работы - с 7.00 до 17.30 часов;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие и праздничные дни.

Организация режима проводится с учётом тёплого и холодного периода года.

Распорядок дня включает:

- Прием пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы группы (завтрак, обед, полдник, ужин).

## Ежедневная организация жизни и деятельности детей в ДОУ

### Примерный режим дня для детей 4–5 лет (средняя группа) теплый/холодный периоды

Режимные моменты		Время проведения
Теплый период	Холодный период	7.00-8.00
Прогулка. (Игры, общение, самостоятельная деятельность, Утренняя гимнастика) Возвращение с прогулки.	Игры, общение, самостоятельная деятельность, Утренняя гимнастика. Индивидуальная работа	
Утренний круг		8.00-8.15
Подготовка к завтраку. Завтрак. КГН		8.15-8.30
Игры, общение, самостоятельная деятельность		8.30-8.50
<b>Образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)</b>		8.50 – 10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки		10.30- 11.40
КГН, Подготовка к обеду. Обед		11.40 -12.00
КГН, Подготовка ко сну. Сон		12.00 – 15.00
Постепенное пробуждение, Гимнастика после сна, закаливание.		15.00-15.15
Подготовка к полднику. КГН. Полдник		15.15 -15.40
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам.		15.40 -16.00
Вечерний круг		16.00- 16.15
Теплый период	Холодный период	16.15 – 17.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой. 16.15-17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки	

### Примерный режим дня для детей 5–6 лет (старшая группа) теплый/холодный периоды

Режимные моменты		Время проведения
Теплый период	Холодный период	7.00-8.00

Прогулка. (Игры, общение, самостоятельная деятельность, Утренняя гимнастика) Возвращение с прогулки.	Игры, общение, самостоятельная деятельность, Утренняя гимнастика. Индивидуальная работа	
Утренний круг		8.00-8.15
Игры, общение, самостоятельная деятельность		8.15-8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак. КГН		8.30-8.50
<b>Образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)</b>		8.50 – 10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки		10.30- 11.50
КГН, Подготовка к обеду. Обед		11.50 -12.15
КГН, Подготовка ко сну. Сон		12.15 – 15.00
Постепенное пробуждение, Гимнастика после сна, закаливание.		15.00-15.10
Игры, общение, самостоятельная деятельность Образовательные ситуации на игровой основе		15.10-15.30
Подготовка к полднику. КГН. Полдник		15.30 -15.45
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам. 15.45 -16.00	Образовательная деятельность 15.50-16.15	Доп.образование 15.10-15.35
Вечерний круг		16.00- 16.15
Теплый период		Холодный период
Подготовка к прогулке. Прогулка. 16.15-17.30	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки 16.15 – 17.30	

**Примерный режим дня для детей 6–8 лет (подготовительная группа) теплый/холодный периоды**

Режимные моменты		Время проведения
Теплый период	Холодный период	7.00-8.00
Прогулка. (Игры, общение, самостоятельная деятельность, Утренняя гимнастика) Возвращение с прогулки.	Игры, общение, самостоятельная деятельность, Утренняя гимнастика. Индивидуальная работа	
Утренний круг		8.00-8.15

Игры, общение, самостоятельная деятельность		8.15-8.30
Подготовка к завтраку. КГН Завтрак.		8.30-8.50
<b>Образовательная деятельность (образовательные ситуации на игровой основе)</b>		8.50 – 10.30
Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки		10.30- 11.50
КГН, Подготовка к обеду. Обед		11.50 -12.15
КГН, Подготовка ко сну. Сон		12.15 – 15.00
Постепенное пробуждение, Гимнастика после сна, закаливание.		15.00-15.10
Игры, общение, самостоятельная деятельность Образовательные ситуации на игровой основе		15.10-15.30
Подготовка к полднику. КГН. Полдник		15.30 -15.45
Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам. 15.45 -16.00	Образовательная деятельность 15.50-16.15	
Вечерний круг		16.00- 16.15
Теплый период	Холодный период	
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход домой. 16.15- 17.00	Подготовка к прогулке. Прогулка. Возвращение с прогулки 16.15 – 17.30	

### **Система физкультурно-оздоровительных мероприятий**

(закаливающие мероприятия, двигательный режим, система индивидуальной работы)

#### **Организация двигательного режима**

<b>Содержание</b>	<b>Периодичность выполнения</b>	<b>Ответственные</b>	<b>Время</b>
Кварцевание	Ежедневно 15 мин. с 07.50 – 08.05	Воспитатели	Сентябрь - апрель
Прием детей на свежем воздухе	Ежедневно До - 15° С 08.00 – 08.30	Воспитатели	В течении года
Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели	В теплый период на свежем воздухе, в холодный в помещении
Физкультурные занятия	3 раза в неделю	Воспитатели,	В течении года

		Инструктор по ФИЗО	
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО, мед. работник	В течении года
Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Ежедневно	Воспитатели	В течении года
Музыкально-ритмические занятия	2 раза в неделю	Муз. руководитель, Воспитатели	В течении года
Спортивный досуг	1 раз в квартал	Воспитатели, Инструктор по ФИЗО	В течении года
Гимнастика для глаз	Во время занятий на физкультминутках	Воспитатели, мед. работник	В течении года
Пальчиковая гимнастика	3 - 4 раза в день	Воспитатели	В течении года
Оздоровительный бег	Ежедневно во время прогулок	Воспитатель	В течении года
<b>Охрана психического здоровья</b>			
Использование приемов релаксации	Ежедневно несколько раз в день	Воспитатель	В течении года
<b>Профилактика заболеваемости</b>			
Массаж «9-ти волшебных точек» по методике А.А.Уманской	3 – 4 раза в день	Воспитатель, мед. работник	Октябрь - апрель
Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 – 4 раза в день, во время гимнастики, прогулок	Воспитатель, мед. работник	В течении года
<b>Оздоровление фитонцидами</b>			
Чесочно-луковые закуски	Перед обедом	Воспитатель, мед. работник	Октябрь – апрель
Ароматизация помещения (чесночные букетики)	В течение дня	Младшие воспитатели	Октябрь – апрель
<b>Закаливание с учетом состояния здоровья детей</b>			
Воздушные ванны (облегчение одежды, соответствующая одежда сезону)	Ежедневно	Воспитатель	В течении года
Прогулка на воздухе	Ежедневно	Воспитатель	В течении года
Хождение босиком «По дорожке здоровья»	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатель	В течении года
<b>Лечебно – оздоровительная работа</b>			

Вакцинация против гриппа	По желанию родителей	Мед. работник, Воспитатель	Сентябрь
Кислородный коктейль	По желанию родителей	Мед. работник	2 раза в год (осень, зима)

#### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 25-30
	Плавание	1 раз в неделю 25-30
	Подвижные игры на улице	1 раз в неделю 25-30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 8-10
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 30-45
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

### 3.2 Организация образовательной деятельности по ФИЗО на 2021 – 2022 уч.г.

- 7.15-7.40-Индивидуальная работа с подготовительной гр. №3
- 7.50-8.00- Утренняя зарядка средняя группа №4
- 8.10-8.20- Утренняя зарядка подготовительная группа №3
- 8.30-8.55-Индивидуальная работа старшая гр.№5
- 8.55-9.25- Индивидуальная работа подготовительная гр. № 2на улице
- 9.25-9.55- ОД подготовительная гр. №3
- 9.55-10.20- Индивидуальная работа средняя гр. №9 на улице
- 10.20-10.40-Индивидуальная работа средняя гр. №5на улице
- 10.40-11.05-Индивидуальная работа старшей гр. №6 на улице
- 11.05-11.35- Индивидуальная работа подготовительная гр. №3 на улице



### 3.3 Перспективный план основной образовательной деятельности по образовательным областям.

#### Средняя группа

Сентябрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Физическое развитие (здоровье): формировать гигиенические навыки руки после физических упражнений и игр.</p> <p>Социально – коммуникативное развитие (безопасность): формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p>Труд: учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.</p> <p>Физическая культура: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p>						
Сентябрь 1-нед. 1-зан.	Построение в шеренгу по одному. Проверка равенства.	Ходьба в колонне по одному по периметру по ориентирам, что бы не срезали углы, бег в колонне по одному.	Ходьба и бег между двумя линиями, главное не наступать на шнуры.	Подпрыгивание на месте с поворотами вправо, влево.	----- --	-----	Диагностика
Подвижные игры.	«Найди себе пару» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Пузырь» Цель: научить детей становиться в круг, делать его то шире, то уже, приучать их согласовывать свои движения с произносимыми словами. Описание: дети вместе с воспитателем берутся за руки и образуют небольшой кружок, стоя близко друг к другу. Воспитатель произносит: «Раздувайся, пузырь, раздувайся большой, Оставайся такой, да не лопайся». Играющие отходят назад и держатся за руки до тех пор, пока воспитатель не скажет: «Лопнул пузырь!». Тогда они отпускают руки и приседают на корточки, говоря при этом «Хлоп!». Указания: сначала в игре принимают участие 6-8 детей. При повторении могут играть 12-15.						

Сентябрь 1-нед. 2-зан.	Построение в шеренгу по одному. Проверка равенния.	Ходьба в колонне по одному по периметру по ориентирам, что бы не срезали углы, бег в колонне по одному.	Ходьба и бег между двумя линиями, главное не наступать на шнуры.	Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед до кубика	----- --	-----	Диагностика
Подвижные игры.	«Автомобили» Л.И Пензулева						
Малоподвижная игра	«Лови не лови» «Дети становятся в большой круг, инструктор в центре него с большим мячом в руках. Мяч нужно ловить лишь в том случае, если будет названо что-либо из съедобного: морковь, торт, конфеты, мороженое, пирожное, ананас, апельсин и т. п. Если инструктор произносит несъедобные вещи: машина, гараж, забор, тапочки и т. п. и бросает мяч игроку, тот не должен его ловить. Если игрок ошибся, поймав мяч, он выбывает из игры.						
Сентябрь 2-нед 1-зан.	Построение в шеренгу по одному. Проверка равенния.	Ходьба и бег с остановкой «Зайки», остановиться и прыгать, как зайки.	Ходьба по линиям периметра.	Прыжки на двух ногах «Достань до предмета»	-----	Прокатывание мячей друг-другу на коленях (2м расстояние)	Диагностика
Подвижные игры.	«Самолеты» Л.И Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Найди и промолчи» Инструктор по физкультуре показывает яркую небольшую резиновую или мягкую игрушку, дети запоминают ее. Инструктор предлагает детям сесть на корточки и закрыть глаза. В это время инструктор быстро прячет ее и говорит, кто найдет игрушку, в руки ее не берет, пальцем на нее не показывает и в слух не говорит, где она спрятана. Кто из детей первый найдет игрушку, подходит к инструктору и на ухо говорит, где спрятана игрушка. Игра повторяется 3-4 раза. Ведущими этой игры могут быть сами дети.						
Сентябрь 2-нед 2-зан.	Построение в шеренгу по одному. Проверка равенния.	Ходьба и бег с остановкой «Зайки», остановиться и прыгать, как зайки.	Ходьба по линиям периметра.	Прыжки на двух в высоту с места «Достань до предмета»	Ползание на четвереньках по прямой.	Прокатывание мячей друг-другу на коленях (2м расстояние)	Диагностика

Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «По ровненькой дорожке»						
Малоподвижная игра	«Закончи слово» Дети встают в круг. Инструктор стоит в центре круга с большим мячом в руках. Он бросает кому-либо мяч и говорит первый слог какого-нибудь слова, например: «Ма. » перед этим дает игрокам подсказку, что это — имя, домашнее животное, предмет мебели и т. п. Игрок, которому бросили мяч, ловит его и называет слово полностью. Если он правильно угадал слово, то бросает мяч обратно инструктору, а если нет, то выбывает из игры.						
Сентябрь 3-нед. 1-за.н	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному между линиями. Бег врассыпную.	Ходьба по линиям периметра, соблюдая равновесие	Прыжки на двух ногах вокруг мяча.	Ползание под шнур.	Прокатывание мяча друг другу двумя руками.	Пензулаева НОД №7 Стр. 24-25
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Десяточки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком снаружи от резинки;</li> <li>- впрыгнуть внутрь резинок;</li> <li>- выпрыгнуть наружу то слева, то справа.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э. .Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Солнышко и дождик»						
Малоподвижная игра.	«Испорченный телефон» Дети садятся в одну линию. Инструктор подходит к первому сидящему игроку и четко, но тихо говорит на ухо какое-нибудь слово, например машина, мяч, кукла, собака и т. д. Первый игрок передает второму, второй — третьему и т. д. Последний игрок подходит к инструктору и говорит слово, которое до него дошло. Если слово исказилось, нужно пройти обратно и выявить того игрока, который неправильно передал слово. Виновник становится ведущим, и игра продолжается.						
Сентябрь 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному между линиями. Бег врассыпную.	Ходьба по линиям периметра, соблюдая равновесие	Прыжки на двух ногах, между кубиками.	Лазанье под дугу.	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Пензулаева НОД №8* Стр. 26

Подвижные игры.	<p>Утушка (Бобешк)(чеченно-ингушская) Две девочки садятся друг против друга на стульчики. Ноги вытягивают вперед, носками вверх; носки соединяют - получается мостик. Выбирается утка, остальные дети утята. Утушка зовет своих утят скороговоркой:          Быстрей, быстрей, утятки,          Быстрей, быстрей, дикие перышки.          Утята выстраиваются друг за другом вслед за утушкой и перешагивают через мостик, стараясь не задеть его. Тот, кто заденет мостик, выходит из игры, остальные переходят на другой берег. Утушка вновь строит своих утят, и они перешагивают через мостик, но мостик уже повыше (девочки ставят ногу на ногу и соединяют их). Играть могут от десяти до двенадцати человек.  <i>Правила игры.</i> Проходить следует осторожно, высоко поднимая ноги.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Иди к соседу на против» Играющие рассаживаются на стулья в круг. В середину выходит водящий. Он подходит к любому игроку и спрашивает, например: «У вас есть тетради, колбаса, вода, конфеты, торты, грабли.» Игрок отвечает. «Нет, иди к соседу напротив» (показывает рукой, к какому именно). Водящий идёт к указанному игроку, спрашивает у него то же самое. А все остальные в это время должны поменяться местами. Водящий тоже должен следить за этим и успеть занять свободный стул. Кому стул не достался, становится водящим.</p>						
Сентябрь 4-нед. 1-зан	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег с остановкой. Игра «Воробышки».	Ходьба на носках по доске.	Прыжки на двух ногах вокруг обруча.	Лазанье под шнур.	-----	Пензулаева НОД №10 Стр.26-28
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Десяточка-Липы»</p> <p>Липы — то же, только прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          - стать боком снаружи от резинки;          - прыгнуть внутрь резиночек;          - выпрыгнуть наружу то слева, то справа.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						

Малоподвижная игра	<p>«Найди, где спрятано» Цель: развитие слухового внимания, ловкости, произвольности действий.</p> <p>Содержание: дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Взрослый предлагает детям повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Воспитатель направляет детей подсказкой: «холодно», «горячо».</p> <p>Правила: нашедший предмет ребёнок становится ведущим и сам прячет предмет.</p>						
Сентябрь 4-нед 2-зан	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег с остановкой. Игра «Воробышки».	Ходьба на носках по доске с перешагиванием кубика	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед»	Лазанье под шнур с опорой.	-----	Пензулаева НОД №11* Стр.28-29
Подвижные игры.	«Огуречик , огуречик» Л.И.пензулаева						
Малоподвижная игра	<p>«Поменяйся местами» Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности. Содержание: дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.</p>						

Октябрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Физическая культура (здоровье): рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики: Обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p>Музыка (художественно – эстетическое развитие): разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.</p> <p>Труд (социально-, коммуникативное): учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр</p>						

Октябрь 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием, через шнуры.	Ходьба по гимнаст. скамейке с приседанием.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета	-----	-----	Пензулаева НОД №13 Стр 30-31
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Девяточки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком между резинками;</li> <li>- перепрыгнуть через них, разведя ноги;</li> <li>- впрыгнуть обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра	«Кот и мыши» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	«У кого мяч» Л.И. пензулаева						
Октябрь 1-нед. 2-зан. Воздух.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием, через шнуры.	Ходьба по гимнаст. Скамейке с мешочком на голове.	Прыжки на двух ногах через шнур.	-----	-----	Пензулаева НОД №14* стр 32
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">У медведя во бору (русская народная)</p> <p>Медведь, выбранный жеребьевкой, живет в лесу. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку: У медведя во бору Грибы, ягоды беру! Медведь посыл</p>						

	<p>На печи застыл!</p> <p>Когда играющие произнесли последние слова, медведь, до сих пор дремавший, начинает ворочаться, потягиваться и неохотно выходит из берлоги. Но вот медведь неожиданно бежит за играющими и старается кого-то поймать. Пойманный становится медведем. Правила игры. Медведь выходит из берлоги только после произнесения последних слов зачина. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а подразнить его песней.</p>						
Малоподвижная игра	«Не промахнись» л.И пензулаева						
Октябрь 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег врассыпную. Находить свое место.	Ходьба по периметру по прямой.	Перепрыгивание из обруча в обруч.	-----	Прокатывание мячей друг другу.	Пензулаева НОД №16 Стр 33-34
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Девяточки-Лисы»</p> <p>Лисы — прыжок идет не двумя ногами одновременно, а по одной, словно перешагивание; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком между резинками;</li> <li>- перепрыгнуть через них, разведя ноги;</li> <li>- впрыгнуть обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Лохматый пес»						
Малоподвижная игра	<p>«Будь внимателен» Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности.</p> <p>Содержание: педагог предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит: «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.</p>						

Октябрь 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег врассыпную. Находить свое место.	Ходьба по периметру по прямой.	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	----- -	Прокатывание мяча между предметами. Бросание мячей вверх в игре.	Пензулаева НОД №17* стр 34
Подвижные игры.	«Ловишки» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	«У кого мяч?» Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности. Содержание: дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям по порядку. Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.						
Октябрь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба с перешагиванием предметов. Бег врассыпную.	Ходьба по периметру по линиям.	-----	Лазанье под шнур.	Прокатывание мяча в прямом направлении.	Пензулаева НОД №19 Стр 35
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	«Восьмерочки» Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань боком между резинками; - подпрыгни и наступи на обе резинки; - впрыгни обратно.						

	Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Куры в огороде»						
Малоподвижная игра	«Летает не летает» <u>Ход игры:</u> Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим.						
Октябрь 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба с перешагиванием предметов. Бег в рассыпную.	Ходьба по периметру по линиям.	Прыжки на двух ногах через линии.	Лазанье под дугу.	Подбрасывание мяча двумя руками.	Пензулаева НОД №20* Стр 35-36
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Пастух (Овивы)(армянская)</p> <p>Из числа играющих выбираются пастух и волк, остальные - овцы. Чертится линия-ручеек, по одну сторону от которого собираются пастух и овцы, по другую сторону сидит волк. Овцы стоят позади пастуха, обхватив друг друга за пояс. Волк обращается к пастуху: «Я волк горный, унесу!» Пастух отвечает: «Я пастух смелый, не отдам!» Услышав не отдам, волк перепрыгивает через ручеек и старается дотянуться до овец. Пастух, расставив руки в стороны, защищает овец от волка, не позволяя ему дотронуться до них. Волк в случае удачи уводит добычу с собой. Игра начинается сначала, но меняются роли. Правила игры. Волк переходит линию только после слов не отдам. Овца, до которой дотронулся волк, должна без сопротивления идти за волком.</p>						
Малоподвижная игра	«Ручеёк» <u>Ход игры:</u> Дети идут в колонне по двое. По команде педагога «Ручеёк» дети останавливаются, берутся за руки и поднимают руки вверх. Каждая пара, начиная с последней, одна за другой пробегает внутри (под руками) и становится впереди, поднимая руки вверх.						
Октябрь 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег в колонне. Ходьба и бег в рассыпную.	Ходьба по доске с перешагиванием.	Прыжки на двух ногах между предметами.	Подлезание под дугу	-----	Пензулаева НОД №22 Стр 36-37

	Построение в три колонны.						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Восьмерочки-Буратино Чиполино»  Буратино-Чиполино — во время прыжка надо успеть сказать «Буратино, Чиполино, Папа Карло и Мальвина».  Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  - стань боком между резинками;  - подпрыгни и наступи на обе резинки;  - впрыгни обратно.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Наседка и цыплята»						
Малоподвижная игра	«Холодно – горячо» <u>Ход игры:</u> Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: - холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет.						
Октябрь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне. Ходьба и бег в рассыпную.	Держать равновесие при ходьбе по линиям.	Прыжки вокруг кегли.	Лазанье под шнур.	Прокатить мяч по дорожке в прямом направлении.	Пензулаева НОД №23* Стр 37-38
Подвижные игры.	Про программе «Лошадки» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	<p>«Тишина» Тишина у пруда, Не колышется вода, Не шумят камыши, Засыпайте малыши.  <u>Ход игры:</u> дети идут в колонне по одному.  После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встает в конце колонны.</p>						

Ноябрь

Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Интеграция. Физическое, социально – коммуникативное развитие:</p> <p>Рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p>Обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Формировать навык безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p>Учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед-назад, вверх-вниз</p>						
Ноябрь 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег между предметами. Бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке с перешагиванием.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	-----	-----.	Пензулаева Занятие №25 Стр.39-40
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Семерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- одну ногу поставь между резинок, другую – снаружи;</li> <li>- подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;</li> <li>- опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Серый волк»						
Малоподвижная игра	<p>«У ребят порядок строгий» <u>Ход игры:</u> дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.</p> <p>У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселей: Тра - та - та, тра - та - та!</p>						

Ноябрь 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег между предметами. Бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове.	Прыжки на двух ногах через шнуры	-----	Бросание мяча вверх и ловля.	Пензулаева Занятие №26* Стр 40
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Земля, вода, огонь, воздух (Хох, джюр, крак, от) (армянская)</p> <p>Играющие становятся в круг, в середине его стоит ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из четырех слов: земля, вода, воздух, огонь. Если водящий сказал слово «Земля!», тот, кто поймал мяч, должен быстро назвать какое-либо домашнее или дикое животное; на слово «Вода!» играющий отвечает названием какой-либо рыбы; на слово «Воздух!» названием птицы. При слове «Огонь!» все должны несколько раз быстро повернуться кругом, помахивая руками. Затем мяч возвращают водящему. Правила игры. Ошибающийся не играет.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Воздушный шар» <u>Ход игры:</u> дети образуют тесный круг, держатся за руки, небольшими шагами отходят назад, расширяя круг. По сигналу воспитателя: «шарик лопнул!» дети приседают или медленно идут к центру круга и произносят: "ш - ш - ш - ш". Раздувайся наш шар, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся!"</p>						
Ноябрь 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег по кругу с поворотом в противоположную сторону.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки на двух ногах через шнуры	-----	Прокатывание мяча друг другу	Пензулаева Занятие №28 Стр 41-42
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Семерочки-Слепые»</p> <p>Слепые — с закрытыми глазами Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - одну ногу поставь между резинок, другую – снаружи; - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног; - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень</p>						

Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Пузырь»						
Малоподвижная игра	<p>"Узнай по голосу" Ход игры: дети идут по кругу и произносят текст, водящий в середине круга. Водящий закрывает глаза и угадывает, кто из детей его позвал.</p> <p>Ваня ты сейчас в лесу. Мы зовем тебя: "А - у!" Ну-ка глазки закрывай, Не робей, Кто позвал тебя? Узнай поскорей!</p>						
Ноябрь 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег по кругу с поворотом в противоположную сторону.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки на двух ногах с продвижением.	-----	Перебрасывание мяча друг другу.	Пензулаева Занятие №29* Стр42
Подвижные игры.	По программе «Найди себе пару» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	<p>«Так можно, так не можно» Дети стоят в кругу. Воспитатель, стоя на видном месте вместе с детьми, объясняет им, что на его слова: «Делай так!» - все должны смотреть на него и делать движения, им показанные, а на слова: "Не делай так!" стоять с опущенными руками и движения не повторять. Те, что ошибаются, проигрывают и отходят на один шаг назад. Игра продолжается. Если они дальше покажут движения правильно, снова вернуться в круг.</p>						
Ноябрь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба с разным темпом и видом.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки на двух ногах.	Ползание по гимнастической скамейке с опорой.	Броски мяча об пол.	Пензулаева Занятие №31 стр 43-44

Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;"><b>«Шестерочки»</b></p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  - встань боком на резинку так, чтобы одна ступня была на одной, а вторая – на другой резинке;  - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;  - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Догони Мишку»						
Малоподвижная игра	<p><b>«Фигуры»</b> По сигналу водящего дети идут по кругу или по площадке.  По второму сигналу останавливаются и принимают позу, заранее оговариваемую.  Шевелиться нельзя. Водящий ходит и выбирает фигуру и меняется с ним местами.  Обязательно надо спросить, кого игрок хотел изобразить.</p>						
Ноябрь 3-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Ходьба спортивным маршем.	Ходьба в колонне по одному (Изображая гимнастов, акробатов, силачей). Бег конный.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо на носках, руки за голову, между предметами.	Прыжки на двух ногах между предметами.	Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони.	Броски мяча о пол одной рукой.	Пензулаева Занятие №32 стр 44
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Гуси (Русская народная)</b></p> <p>На площадке чертят небольшой круг, в середине его сидит волк. Играющие, взявшись за руки, встают в большой круг. Между кругом, где сидит волк, и хороводом встают в небольшой круг гусята. Играющие в хороводе идут по кругу и спрашивают гусят, которые также ходят по кругу и отвечают на вопросы:  - Гуси, вы гуси!  - Га-га-га, га-га-га!  - Вы, серые гуси!  - Га-га-га, га-га-га!  - Где, гуси, бывали?  - Га-га-га, га-га-га!  - Кого, гуси, видали?  - Га-га-га, га-га-га! С окончанием последних слов волк выбегает из круга и старается поймать гусенка. Гуси разбегаются и прячутся за стоящих в хороводе. Пойманного гусенка волк ведет в середину круга - в логово.  Гуси встают в круг и отвечают:  -Мы видели волка,</p>						

	<p>- Унес волк гусенка,          - Самого лучшего,          - Самого большого. Далее следует переключка хоровода и гусей:          - А, гуси, вы гуси!          - Га-га-га, га-га-га!          - Щиплите-ка волка,          - Выручайте гусенка! Гуси машут крыльями, с криком га-га бегают по кругу, донимают волка. Пойманные гусята в это время стараются улететь из круга, а волк их не пускает. Игра заканчивается, когда все пойманные гуси уходят от волка. Игра повторяется, но играющие в хороводе становятся гусями, а гуси встают в хоровод. Волка выбирают.          Правила игры. Хоровод гусей и гусята идут по кругу в разные стороны. Текст должны проговаривать все дружно. Пойманный гусенок может выйти из круга только тогда, когда кто-то из играющих коснулся рукой волка.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«ТЕЛЕФОН» Все дети садятся в ряд: кто сидит первым, тот телефон. Ведущий на ухо быстро ему говорит какое-то слово или короткое предложение. То, что он услышал, передает своему соседу, тот в свою очередь передает это слово следующему игроку и так до последнего играющего. После этого все говорят, что они слышали. Первый, кто перепутал сказанное, садится в конец, играющие передвигаются ближе к телефону. Каждый ребенок может выполнять роль телефона один раз, после чего садится в конце ряда.</p>						
Ноябрь 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную	Ходьба по гимнастической скамейке боком с приставным шагом.	Прыжки с чередованием.	Ползание по гимнастической скамейке на животе.	-----	Пензулаева Занятие №34 стр 45-46
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Шестерочки-Мячики»          Мячики — обычный прыжок, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики;          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          - встань боком на резинку так, чтобы одна ступня была на одной, а вторая – на другой резинке;          - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;</p>						

	- опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Беги ко мне»						
Малоподвижная игра	<p>«Колечко» На длинный шнур надевают колечко, концы шнура сшивают. Все играющие встают в круг и держат шнур двумя руками сверху. В середине круга стоит водящий, он закрывает глаза и медленно поворачивается 3—4 раза, стоя на одном месте. Играющие быстро передвигают кольцо по шнуру. Затем водящий говорит: «Я иду искать». Последнее слово служит сигналом для детей. Кто-либо из них прячет колечко в руке. Водящий открывает глаза и старается отгадать, у кого спрятано кольцо. Тот, кого он называет, снимает руку со шнура. Если водящий отгадал, то он встает в круг, а игрок, у кого нашли кольцо, идет водить.</p> <p>Правила</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Кольцо передвигать по шнуру только тогда, когда водящий с закрытыми глазами поворачивается вокруг себя.</li> <li>2. Водящий говорит слова: «Я иду искать» — с закрытыми глазами.</li> <li>3. Играющий должен снять руки со шнура, как только водящий назовет его по имени.</li> </ol> <p>Указания к проведению</p> <p>Если желающих играть более 15 человек, то на шнур надевают от 3 до 5 колец и выбирают 2—3 водящих.</p>						
Ноябрь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную	Ходьба по гимна, скамейке боком с приставным шагом, с вынесением рук.	Прыжки на двух ногах до кубика.	Ползание по гимна скамейке с опорой.	-----	Пензулаева Занятие №35 стр 46
Подвижные игры.	По программе «Самолеты» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Веселые снежинки» Дети в рассыпную располагаются в группе. Педагог произносит текст: Метель-вьюга у ворот Кружит снежинок хоровод. Дети кружатся на месте в медленном темпе вправо и влево. После команды «Метель утихла» дети останавливаются. Игра повторяется.						

Декабрь		
Неделя, занятия	Основные виды движений	Методика

	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Интеграция.</p> <p>Физическое развитие (Здоровье), социально – коммуникативное развитие (труд, безопасность):          Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой,          Обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений технику их выполнения.          Учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.          Формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p>						
Декабрь 1-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу.          Проверка осанки и равнения.          Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.</p>	<p>Ходьба и бег по одному в колонне, обозначая повороты на углах.</p>	<p>Ходьба по шнуру, лежащему прямо.</p>	<p>Прыжки через бруски.</p>	-----	-----	<p>Пензулаева          Занятие №1          стр 48-49</p>
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Пятерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встань боком снаружи от резинки;</li> <li>- зацепив ногой ближайшую к тебе резинку, перепрыгни через дальнюю, чтобы одна нога оказалась в треугольнике между двумя резинками, а другая – снаружи;</li> <li>- второй ногой натяни прямую резинку в сторону так, чтобы получился угол;</li> <li>- выпрыгни, освободив ноги от резинок, в исходное положение.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Мячик»						
Малоподвижная игра	<p>"Волк - волчок" Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества. Учить, считалкой выбирать ведущего. Волк - волчок, шерстяной бочок Через ельник бежал, В можжевельник упал, Зацепился хвостом, Ночевал под кустом. Дети стоят по кругу. По считалке выбирают волка. Волк идет</p>						

	широкими шагами за кругом, на последние слова приседает кому-либо за спину, тот и становится волком. Игра повторяется. Можно выбрать два волка						
Декабрь 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег по одному в колонне, обозначая повороты на углах.	Ходьба по шнуру, положенному по кругу.	Прыжки на двух ногах через шнуры.	-----	Прокатывание мяча между предметами.	Пензулаева Занятие №2* Стр 49
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Пчелки и ласточка (Русская народная)</p> <p>Играющие - пчелы летают по поляне и напевают: Пчелки летают, Медок собирают! Зум, зум, зум! Зум, зум, зум!</p> <p>Ласточка сидит в своем гнезде и слушает их песенку. По окончании песни ласточка говорит: «Ласточка встанет, пчелку поймает». С последним словом она вылетает из гнезда и ловит пчел. Пойманный играющий становится ласточкой, игра повторяется.</p> <p>Правила игры. Пчелам следует летать по всей площадке. Гнездо ласточки должно быть на возвышении.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Береги руки!» Цель: развивать внимание, быстроту реакции.</p> <p>Дети образуют круг. Воспитатель, который поначалу выполняет роль водящего, встаёт в середину круга. Дети вытягивают руки вперёд ладонями вверх. По сигналу "Береги руки!" - воспитатель старается коснуться ладоней играющих. Дети должны быстро спрятать руки за спину. Те, кого коснулся водящий, выбывают из игры.</p>						
Декабрь 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на	Ходьба и бег колонне по одному с перестроением. Бег в рассыпную.	Ходьба по линиям периметра,	Прыжки со скамейки на резиновую дорожку.	-----	Прокатывание мяча между предметами.	Пензулаева Занятие №4 Стр 50-51

	первый, второй.						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Пятерочки-Помидоры-Огурцы»  Помидоры — надуваем щеки; огурцы — втягиваем;  Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  - встань боком снаружи от резинки;  - зацепив ногой ближайшую к тебе резинку, перепрыгни через дальнюю, чтобы одна нога оказалась в треугольнике между двумя резинками, а другая – снаружи;  - второй ногой натяни прямую резинку в сторону так, чтобы получился угол;  - выпрыгни, освободив ноги от резинок, в исходное положение.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Мячик»						
Малоподвижная игра	<p>«Жучок» Цель: развивать дружеские отношения в детском коллективе.  Дети встают в круг. Выбирается водящий - жучок. Он садится в центр круга на корточки. Дети идут по кругу со словами:  Жучок-паучок,  Тоненькие ножки,  Красные сапожки,  Мы тебя кормили,  Мы тебя поили,  На ноги поставили. (Дети подходят жучку и ставят его на ноги.)  Танцевать заставили.  Выбирай, кого захочешь,  Потанцуй, сколько хочешь!  Жучок выбирает себе пару и танцует с ним. Выбранный жучком игрок становится водящим, игра продолжается.</p>						
Декабрь 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по	Ходьба и бег колонне по одному с перестроением. Бег врассыпную.	Ходьба по линиям периметра,	Прыжки со скамейки на резиновую дорожку.	-----	Прокатывание мяча между предметами.	Пензулаева Занятие №5* Стр 51

	два. Расчёт на первый, второй.						
Подвижные игры.	По программе « У медведя во бору» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Злые и добрые кошки» Цель: учить действовать по сигналу, развивать умение контролировать свои эмоции, способствовать снятию напряжения и агрессивности. Воспитатель объявляет детям, что сегодня они будут кошками. Говорит, что кошки бывают добрыми (они ласкаются, мурчат, ходят мягкой поступью) и злыми (они прыгают, царапаются, шипят). По сигналу (например, удар бубна) дети превращаются то в злых, то в добрых кошек.						
Декабрь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег в рассыпную. Ходьба с командой» Сделай фигуру»	Ходьба по линиям периметра.	-Прыжки на двух ногах вместе.	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой.	Перебрасывание мяча друг другу.	Пензулаева Занятие №7 Стр 52-53
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	«Четверочки» Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань снаружи, лицом к резинке; - перепрыгни через ближнюю, а затем через дальнюю резинку (ноги вместе); - прыгай в исходное положение спиной вперед. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто скорее добежит»						
Малоподвижная игра	«Сторож и колокольчик» Цель: развивать внимание, слуховое восприятие. Дети сидят в кругу. Один ребёнок считалочкой выбирается на роль сторожа. Он садится в центр круга лицом вниз так, чтобы на его спине удерживался колокольчик. Один из детей, на которого молча указывает воспитатель, подкрадывается к сторожу, осторожно берёт колокольчик и возвращается на своё место. После слов "Сторож, сторож, ты проспал, колокольчик твой пропал!" сторож просыпается и начинает искать колокольчик. Он внимательно смотрит на детей, пытаясь догадаться у кого колокольчик. Если сторож долго не может найти колокольчик, воспитатель говорит: "Позвони, колокольчик!" Ребёнок,						

	спрятанный колокольчик, качает его за спиной, раздаётся звон, сторож по звуку находит игрока, спрятавшего колокольчик.						
Декабрь 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег враспынную. Ходьба с командой» «Сделай фигуру»	Ходьба с перешагиванием через предметы.	Прыжки на двух ногах вместе.	Ползание в прямом направлении на четвереньках	Перебрасывание мяча друг другу с расстояния.	Пензулаева Занятие №8* стр 54
Подвижные игры.	Подними платок (Явлукъну гётер. Квербац/борхе) (дагестанская) Игроки становятся в круг, в центре его кладут головной платок. Звучит национальная мелодия, все танцуют дагестанскую лезгинку. С окончанием музыки каждый участник игры старается первым поднять платок. Правила игры. Нельзя тянуться за платком и выходить из круга раньше, чем прекратится музыка.						
Малоподвижная игра	«Камешки» Цель: развивать внимание, умение действовать по сигналу. Дети под музыку выполняют танцевальные движения. Как только музыка заканчивается дети превращаются в "камешки": садятся на пол, опустив голову и прикрыв её руками. Воспитатель накрывает один "камешек"						
Декабрь 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег враспынную. Ходьба с командой «Сделай фигуру»	Ходьба по гимн. скамейке, сохраняя равновесие, боком приставным шагом, руки за головой.	Прыжки на двух ногах между предметами.	Ползание по гимн. Скамейке на животе.	-----	Пензулаева Занятие №10 стр 54-56
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	«Четверочки-Широкие» Широкие — ноги расставляют широко, и расстояние между полосками увеличивается; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.						

	<p>- стань снаружи, лицом к резинке;          - перепрыгни через ближнюю, а затем через дальнюю резинку (ноги вместе);          - прыгай в исходное положение спиной вперед.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Игра с мячом»						
Малоподвижная игра	«Овощи и фрукты» Цель: развивать внимание, закреплять знания об овощах и фруктах. Дети встают в круг. Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если называется овощ, ребята присаживаются на корточки, если фрукт - встать на носочки и поднять руки вверх.						
Декабрь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег врассыпную. Ходьба с командой «Сделай фигуру»	Ходьба по гимн. скамейке, сохраняя равновесие руки в стороны с приседанием.	Прыжки на двух ногах до лежащего на полу обруча.	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой.	-----	Пензулаева Занятие №11* Стр 56
Подвижные игры.	По программе» «Птички и кошка» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Съедобное – несъедобное» Цель: развитие реакции и внимательности; Для игры нужен простой мячик Участники игры "Съедобное - несъедобное" встают на одну линию (либо сидят на стульчиках). Лицом к лицу от них стоит ведущий с мячом в руках. Он называет разные предметы (например арбуз, ножницы, цветы, пицца, ложка и т. п.) и поочередно бросает мяч каждому игроку. Игроки в свою очередь должны отвечать «съедобное» или «несъедобное», на тот предмет, который называет ведущий и ловить мяч, если названный предмет съедобный и отбрасывать, если несъедобный. Ведущий должен кинуть мяч в руки участника одновременно называя предмет.						

Январь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры	Физическое развитие: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.						

развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Социально – коммуникативное развитие: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. Формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта. Музыка: учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки						
Декабрь-Январь 5-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба по канату.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	-----	-----	Пензулаева Занятие №13 стр 57-58
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Трочки»</p> Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань снаружи, лицом к резинке; - прыгни толчком двумя ногами, зацепив носками ближнюю резинку, через дальнюю; - подпрыгни с поворотом на 180° так, чтобы резинка соскочила с ног, и оказаться лицом к резинкам; - эту же комбинацию проделай в обратном направлении. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Где звенит?»						
Малоподвижная игра	«Холодно. Горячо. Теплее» Цель: продолжать формировать тактильное различие свойств предметов; закреплять умение различать температуры и значение слов «холодный», «теплый», «горячий» и «холодно», «тепло» и «горячо». Ход игры: Один ребенок выходит из группы, воспитатель на глазах у остальных детей прячет какой-нибудь предмет (можно заранее договориться, какой именно, чтобы было известно, что искать). Ребенок возвращается в класс и начинает искать эту вещь, ориентируясь по подсказкам других игроков: если он находится далеко от предмета, то ему говорят «холодно», если близко, то — «тепло», если рядом с предметом, то — «горячо».						

Декабрь-Январь 5-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба по канату.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через канат.	-----	Подбрасывание мяча вверх.	Пензулаева Занятие №14 Стр 58-59
Подвижные игры.	<p>Слепой медведь (Сокъур аюв. Бецаб ци) (Дагестанская)</p> <p>Играющие свободно размещаются на ограниченной площадке. У каждого игрока две палочки: одна гладкая, другая с зубцами. Игроки выбирают водящего - медведя, которому завязывают глаза. Они водят гладкой палочкой по палочке с зубцами, возникает звук. Медведь идет на звук, стараясь запятнать кого-нибудь из играющих. Тот, кого медведь запятнает, становится водящим.</p> <p>Правила игры. Водящий не должен подглядывать. Убегать за линию площадки игрокам не разрешается. Если медведь долго не может никого запятнать, надо поменять водящего. (Палочки можно заменить другими предметами)</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Зайка серый умывается» Цель: упражнять детей в выполнении различных действий, учить слушать текст и выполнять движения в соответствии с ним. Ход игры: дети стоят в кругу, зайка (выбирается по считалочке) в середине и обыгрывает текст, затем подходит к кому-нибудь из детей, тот и становится зайкой.</p> <p>Зайка серый умывается Видно в гости собирается Вымыл носик, вымыл хвостик, Вымыл ухо, вытер сухо.</p>						
Январь 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый,	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.	-----	Прыжки с гимн. скамейке.	-----	Перебрасывание мячей друг другу.	Пензулаева Занятие №16 Стр 59-60

	второй.						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center">«Троечки-Рыбы»</p> <p>Рыбы — нельзя говорить не слова;          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          - стань снаружи, лицом к резинке;          - прыгни толчком двумя ногами, зацепив носками ближнюю резинку, через дальнюю;          - подпрыгни с поворотом на 180° так, чтобы резинка соскочила с ног, и оказаться лицом к резинкам;          - эту же комбинацию проделай в обратном направлении.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «По мостику через ручеек»						
Малоподвижная игра	<p><i>«Как живешь?»</i> Цель: развивать внимание, память, быстроту, снять психоэмоциональное напряжение.          Ход игры: дети стоят (либо сидят на стульчиках) в кругу и повторяют движения и слова за педагогом:          Как живешь? – Вот так! (Большие пальцы вверх)          Как идешь? – Вот так! (Шагают на месте)          Как бежишь? – Вот так! (Бегут на месте)          Как берешь? – Вот так! (Прижимают ладонь к себе)          Как даешь? – Вот так! (Выставляют ладонь вперед)          Как шалишь? – Вот так! (Надувают щеки и аккуратно кулачком лопают)          Как грозишь? – Вот так! (Грозят пальчиком).</p>						
Январь 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.	Ходьба на носках между предметами.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	-----	Отбивание мяча одной рукой.	Пензулаева Занятие №17 Стр 60
Подвижные игры.	По программе «Найди себе пару» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	<p><i>«Солнышко- Дождик»</i> Цель: учить детей действовать по сигналу, снять психоэмоциональное напряжение, развивать внимание. Ход игры: дети стоят около своих стульчиков в кругу, повторяя слова и движения за</p>						

	воспитателем: (ходят по кругу) Смотрит солнышко в окошко Светит в нашу комнату Мы похлопаем в ладоши Очень рады солнышку Топ, топ, хлоп, хлоп. (Затем воспитатель говорит «Дождь идет», после чего дети садятся на стульчик и прячутся, закрывая голову ладонями).						
Январь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба в колонне змейкой, бег врассыпную.	-----	Прыжки из упр.	Ползание по гимн. скамейке.	Отбивание мяча о пол.	Пензулаева Занятие №19 Стр 61-62
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Двочки»</p> Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань боком снаружи от резинки; - прыгни, наступив двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на ближнюю резинку; - подпрыгнув с поворотом на 180°, наступи двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на дальнюю резинку; - эту же комбинацию проделай в обратном направлении. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Догони мяч»						
Малоподвижная игра	«Зёрнышко» Цель: выполнять действия согласно тексту. Ход игры: Воспитатель говорит: «Посадили зёрнышки в землю» - дети садятся на пол, обхватывают колени руками. Воспитатель: «Полил дождь, а потом засветило солнце. Стало зёрнышко прорастать, появились росточки» — дети широко позевывают, медленно поднимаются, потягиваются, поднимая ручки-росточки вверх и поворачиваясь к солнышку. Воспитатель все действия вы						
Январь	Построение в	Ходьба в	-----	Прыжки на двух	Ползание на	Прокатывание	Пензулаева

3-нед. 2-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	колоне змейкой, бег врассыпную		ногах.	четвереньках по «медвежье»	мячей друг другу в парах.	Занятие №20 стр 62
Подвижные игры.	Бег к реке (Татавулгъа багып чабыв. Г/орухье рекери) (дагестанская) На расстоянии 10 - 15 м от реки чертится линия, вдоль которой выстраиваются играющие. По сигналу водящего игроки бегут реке, достают со дна ее камень и, бегом вращаясь назад, отдают камень водящему. Водящий определяет первые три места. Игра продолжается. Правила игры. Водящий может удлинять или сокращать дистанцию, давать различные задания.						
Малоподвижная игра	«Катится колобок» Цель: развивать крупные мышцы туловища. Ход игры Дети изображают колобков: они ложатся на ковёр, выпрямляют ноги, руки и катятся сначала в одну сторону, затем в другую. Вначале воспитатель помогает ребёнку, как бы переворачивая его, приговаривая: «Вот и покатился колобок. Катится, катится, не догнать его».						
Январь 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке с мешочкам на голове.	Прыжки из упр.	Лазание под шнур.	-----	Пензулаева Занятие №22 стр 63-64
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Двочки-Пожарные»</p> <p>Пожарные — прыгать очень быстро; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань боком снаружи от резинки; - прыгни, наступив двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на ближнюю резинку;</p>						

	<p>- подпрыгнув с поворотом на 180°, наступи двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на дальнюю резинку;</p> <p>- эту же комбинацию проделай в обратном направлении.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «перешагни через палку»						
Малоподвижная игра	«Шарик» Цель: имитация воздушного шарика; расслабление. Ход игры: Дети изображают, как воздушный шарик постепенно наполняется воздухом: медленно поднимают руки вверх и надувают щеки. Но шарик «лопнул»: дети медленно в расслабленном состоянии опускаются на пол, произнося звук: «ш-ш-ш»						
Январь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба в колонне по одному, бег в рассыпную.	Ходьба по гимнастической скамейке с заданиями.	Прыжки на двух ногах между предметами.	Лазание под шнур.	-----	Пензулаева Занятие №23 Стр 64
Подвижные игры.	По программе «Автомобили» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Шалтай-болтай» Цель: выполнять действия согласно тексту. Ход игры: Дети стоят в расслабленной позе, руки свободно свисают. Под текст, который произносит взрослый поворачивают корпус вправо- влево (руки должны болтаться свободно, как у тряпичной куклы). Воспитатель: Шалтай-болтай Шалтай- болтай Сидел на стене. Свалился во сне. Дети расслабленно опускаются на пол. Игру можно проводить с одним ребенком или с подгруппой детей.						

Февраль							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые	Здоровье: учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании.						

ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Труд: учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр. Социально –коммуникативное развитие, познавательное развитие, интеграция): Формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр Учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу.						
Февраль 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба по гимн, скамейке с остановкой.	Прыжки через бруски.	-----	-----	Пензулаева Занятие №25 стр. 65-66
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	«Единички» Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань снаружи спиной к резинке; - оттолкнись двумя ногами и, зацепив пятками ближайшую резинку, запрыгни на дальнюю; - выпрыгни, освободив ноги от резинок, и приземляясь за резинкой и лицом к ней. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Догони мяч»						
Малоподвижная игра	«Кто пройдет тише?» «Цель: учить ходить в одном направлении; умение реагировать на сигнал. Ход игры: Дети идут в свободном построении в одном направлении. Неожиданно воспитатель предлагает им тихо-тихо идти на носочках. Сам он также идёт тихо-тихо, показывая образец ходьбы детям. Затем воспитатель может дать сигнал: «А теперь зашагали быстро-быстро». Воспитатель и дети меняют скорость ходьбы. Так игра повторяется несколько раз.						
Февраль 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба через предметы.	Прыжки через шнур.	-----	Перебрасывание мячей друг другу в шеренги.	Пензулаева Занятие №26 стр. 66

Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Достань шапку (Папахны ал. Т/агъур боев) (дагестанская)</p> <p>Игроки делятся на две команды, до десяти человек в каждой. На расстоянии 10 - 15 м находятся шапки. Играющие в обеих командах становятся в пары и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т. д. Например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, вторые пары передвигаются на четвереньках, третьи пары идут на пятках, четвертые пары - в полуприседе, пятые пары продвигаются в глубоком приседе.</p> <p>Правила игры. Взять шапку имеет право только та пара, которая дошла первой. Побеждает команда, набравшая больше шапок. При повторении игры лучше поменять виды движений между парами. Можно выбрать и другие движения. (Шапку можно заменить другими предметами)</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Где постучали». Дети стоят по кругу, руки у всех за спиной. Водящий выходит на середину и закрывает глаза. Педагог бесшумно обходит позади детей, останавливается возле кого-нибудь из ребят, 2 раза ударяет в барабан и кладет в руки ребенка платок, отходит в сторону говорит: «Пора!». Стоящий в кругу должен отгадать, у кого спрятан платок. Выбирается новый водящий, игра возобновляется.</p>						
Февраль 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в игровой форме «Аист и лягушки»	-----	Прыжки из обруча в обруч.	-----	Прокатывание мячей между предметами.	Пензулаева Занятие №28 стр. 67-68
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Единички-Морковь»</p> <p>Морковка — один конец узкий, другой — широкий; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи спиной к резинке;</li> <li>- оттолкнись двумя ногами и, зацепив пятками ближайшую резинку, запрыгни на дальнюю;</li> <li>- выпрыгни, освободив ноги от резинок, и приземляясь за резинкой и лицом к ней.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Солнечные зайчики»						
Малоподвижная игра	<p>«Зеваки» «Дети идут по кругу друг за другом. По сигналу ведущего «Стоп!» останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются на 180 градусов и начинают движение в обратную сторону. Сделавший ошибку выходит из игры.</p>						

Февраль 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в игровой форме «Аист и лягушки»	Ходьба на носках.	Прыжки на двух ногах через шнуры.	-----	Прокатывание мячей друг другу.	Пензулаева Занятие №29 стр. 68
Подвижные игры.	По программе «У медведя во бору» Л. И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	Игровое упражнение «Метелица». Дети строятся в колонну по одному. Воспитатель – «Метелица» становится впереди колонны. Все берутся за руки и, не разрывая цепочки, в умеренном темпе передвигаются за воспитателем. «Метелица» ведет детей между игровыми постройками на участке, различными предметами. Через некоторое время все останавливаются и отдыхают; упражнение повторяется.						
Февраль 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с заданиями.	-----	Прыжки из упр.	Ползание по гимнаст. скамейке на четвереньках.	Перебрасывание мячей друг другу.	Пензулаева Занятие №31 стр. 69-70
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Березка»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке боком.</p> <p>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку,</p> <p>-затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кот и мыши»						
Малоподвижная игра	«Шарик». Дети сидят в кругу на ковре (диаметр круга 2 м) и перекатывают через круг шарик (мячик). Стоящий на середине ребенок старается перехватить шарик. Если ему это удастся, тот, кто неудачно прокатил шарик, идет вместо него на середину.						
Февраль	Построение в	Ходьба в	-----	Прыжки на	Ползание по	Метание	Пензулаева

3-нед. 2-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	колоне по одному с заданиями.		двух ногах между предметами.	гимн, скамейке.	мешочков.	Занятие №32 стр. 70	
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Отдай платочек (Дэсмалы вер) (азербайджанская народная)</p> <p>Играющие делятся на две группы и выстраиваются в шеренгу друг против друга, держа руки за спиной. В центре между шеренгами стоит один игрок. В каждой команде выбирают ведущего, которому дают платочек. Ведущий проходит позади своей команды и незаметно вкладывает платочек в руку одному из детей. После этого игрок, стоящий в центре, дает команду: «Отдай платочек!» Дети с платочками должны выбежать и отдать платочек ведущему. Побеждает тот, кто быстрее отдаст платочек. Команда, набравшая больше очков, побеждает.</p> <p>Правила игры. Бежать и отдавать платочек можно только по сигналу. Платочек надо каждый раз давать разным детям.</p>							
Малоподвижная игра	<p>«Съедобное-несъедобное». Дети стоят в кругу. Водящий говорит задуманное им слово и бросает мяч одному из детей. Если задумано что-нибудь съестное (фрукты, овощи, сладости, молоко и др.), то ребенок, которому бросили мяч, должен поймать его («съесть»). Если слово обозначает что-нибудь несъедобное, мяч ловить нельзя. Ребенок, не справившийся с заданием, становится водящим, и игра повторяется.</p>							
Февраль 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с заданиями.	Ходьба через предметы.	Прыжки из упр.	Ползание по гимназии, скамейке на четвереньках.	-----	Пензулаева Занятие №34 стр. 70-71	
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Березка» «Мячики»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ногами врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке боком.</p> <p>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики;</p> <p>-затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики;</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень</p>							

	коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Курочка Хохлатка»						
Малоподвижная игра	«Давайте вместе с нами!». Дети стоят враспынную. Воспитатель вместе с детьми произносит текст и показывает движения. Давайте вместе с нами (поднимают руки в стороны) Потопаем ногами (топают ногами, стоя на месте), Похлопаем в ладоши (хлопают в ладоши). Сегодня день хороший! (Поднимают прямые руки вверх – в стороны.)						
Февраль 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с заданиями.	Ходьба по гимн. скамейке боком.	Прыжки на двух ногах.	-----	-----	Пензулаева Занятие №35 стр. 71-72
Подвижные игры.	По программе «Туннель» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Низко-высоко». Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – присядайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.						

Март							
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры						
Март	Построение в	Ходьба по	Ходьба на носках	Прыжки	-----	-----	Пензулаева

1-нед. 1-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	одному с чередованием бега.	между предметами.	через шнур.			Занятие №1 стр. 72-73
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Пешеходы»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. -встаем к резиночке боком. -сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, - затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Зайка беленький сидит»						
Малоподвижная игра	«Делай наоборот!». Дети стоят в рассыпную по залу. Воспитатель показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону. Например, воспитатель наклоняется вправо, дети – влево; воспитатель делает шаг вперед, дети – шаг назад и т.д.						
Март 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба по одному с чередованием бега.	Ходьба и бег по наклонной доске.	Прыжки на двух ногах через скакалку.	-----	-----	Пензулаева Занятие №2 стр. 73
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">День и ночь (Геджа ее гюндюз) (азербайджанская народная)</p> <p>На некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики, у другой - девочки. Ведущий между ними. Команда мальчиков - «Ночь», а команда девочек - «День». По команде «Ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «День!» девочки ловят мальчиков. Правила игры. Осаленные переходят в команду соперника.</p>						
Малоподвижная игра	«Флюгер». Играющие встают шеренгой или в рассыпную. Воспитатель называет стороны света, каждой соответствует определенное действие: север – руки на пояс; юг – руки на голову; восток – руки вверх; запад – руки вниз.						
Март	Построение в	Ходьба в	-----	Прыжки в	-----	Перебрасывание	Пензулаева

2-нед. 1-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	колонне по одному с подниманием колена.		длину с места.		мячей через шнур.	Занятие №4 стр. 74-75
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Пешеходы» «Пожарные»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке боком, но прыгать очень быстро, как пожарные;</p> <p>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, но прыгать очень быстро, как пожарные;</p> <p>- затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть, но прыгать очень быстро, как пожарные;</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Зайка серый умывается»						
Малоподвижная игра	«Угадай, чей голосок» Играющие стоят по кругу; водящий выходит в середину, закрывает глаза. Дети идут по кругу, читая стихотворение: Мы составили всех в круг, повернемся разом вдруг. А как скажем: скок – скок – скок, угадай, чей голосок. Слова «скок – скок – скок» произносит, тот ребенок до которого дотронулся педагог. Если ребенок ошибается – снова закрывает глаза. Игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.						
Март 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с подниманием колена.	-----	Прыжки в длину с места.	-----	Перебрасывание и прокатывание мячей.	Пензулаева Занятие №5 стр. 75-76
Подвижные игры.	По программе «Лошадка» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Лови не лови». Дети становятся в большой круг, инструктор в центре него с большим мячом в руках. Мяч нужно ловить лишь в том случае, если будет названо что-либо из съедобного: морковь, торт, конфеты, мороженое, пирожное, ананас, апельсин и т. п. Если инструктор произносит несъедобные вещи: машина, гараж, забор, тапочки и т. п. и бросает мяч игроку, тот не должен его ловить. Если игрок ошибся, поймав мяч, он выбывает из игры.						
Март	Построение в	Ходьба и бег	-----	Прыжки из	Ползание по	Прокатывание	Пензулаева

3-нед. 1-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	по кругу с выполнением заданий.		упр.	гимн. скамейке на животе.	мячей между предметами.	Занятие №7 стр. 76-77
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Ступеньки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. -встаем к резиночке лицом. -прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу, но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху. -перепрыгиваем на вторую половину, меняя ноги. -выпрыгиваем из резиночки и повторяем еще раз, в обратную сторону. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Катание шаров»						
Малоподвижная игра	«Найди и промолчи» Инструктор по физкультуре показывает яркую небольшую резиновую или мягкую игрушку, дети запоминают ее. Инструктор предлагает детям сесть на корточки и закрыть глаза. В это время инструктор быстро прячет ее и говорит, кто найдет игрушку, в руки ее не берет, пальцем на нее не показывает и в слух не говорит, где она спрятана. Кто из детей первый найдет игрушку, подходит к инструктору и на ухо говорит, где спрятана игрушка. Игра повторяется 3-4 раза. Ведущими этой игры могут быть сами дети.						
Март 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег по кругу с выполнением заданий.	Ходьба с мешочком на голове.	Прыжки из упр.	Ползание по гимн. скамейке с мешочком.	Прокатывание мячей между предметами.	Пензулаева Занятие №8 стр. 77
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Дети и петух (Ушаглар ее хоруз) (азербайджанская народная)</p> <p>Один из игроков изображает петуха. Петух выходит из своего дома, ходит по площадке и три раза кукаекает. Игроки в ответ: -Петушок, петушок,</p>						

	<p>-Золотой гребешок,          -Масляна головушка,          -Шелкова бородушка!          -Что так рано встаешь          -Детям спать не даешь? После этого петух опять кукарекает, хлопает крыльями и начинает ловить детей, которые, выйдя из своего домика, бегают по площадке. Если петух не сможет поймать ребят, то он опять изображает петуха.          Правила игры. Петух начинает ловить, а дети убежать только после повторного кукареканья. Ловить детей в их домике нельзя.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Испорченный телефон» Дети садятся в одну линию. Инструктор подходит к первому сидящему игроку и четко, но тихо говорит на ухо какое-нибудь слово, например машина, мяч, кукла, собака и т. д. Первый игрок передает второму, второй — третьему и т. д. Последний игрок подходит к инструктору и говорит слово, которое до него дошло. Если слово исказилось, нужно пройти обратно и выявить того игрока, который неправильно передал слово. Виновник становится ведущим, и игра продолжается.</p>						
Март 4-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу.          Проверка осанки и равнения.          Построение в три колонны.</p>	<p>Ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>Ходьба по доске.</p>	<p>Прыжки через шнур.</p>	<p>Ползание по гимнаст. скамейке по «медвежье».</p>	<p>-----</p>	<p>Пензулаева          Занятие №10          стр. 78</p>
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Ступеньки» «Широкие»          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Ноги двое игроков расставляют широко, и расстояние между полосками увеличивается;          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          -встаем к резиночке лицом.          -прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу, но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.          -перепрыгиваем на вторую половину, меняя ноги.          -выпрыгиваем из резиночки и повторяем еще раз, в обратную сторону.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	<p>Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Прокати в воротца»</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Иди к соседу на против» Играющие рассаживаются на стулья в круг. В середину выходит водящий. Он</p>						

	<p>подходит к любому игроку и спрашивает, например: «У вас есть тетради, колбаса, вода, конфеты, торты, грабли.» Игрок отвечает. «Нет, иди к соседу напротив» (показывает рукой, к какому именно).          Водящий идёт к указанному игроку, спрашивает у него то же самое. А все остальные в это время должны поменяться местами. Водящий тоже должен следить за этим и успеть занять свободный стул. Кому стул не достался, становится водящим.</p>						
Март 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба по доске.	Прыжки через шнуры.	Лазание по гимн. стенке.	-----	Пензулаева Занятие №11 стр. 79
Подвижные игры.	По программе «Лазанье под дугу на скорость» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	<p>«Найди, где спрятано» Цель: развитие слухового внимания, ловкости, произвольности действий.          Содержание: дети стоят в шеренге лицом к воспитателю. Взрослый предлагает детям повернуться и закрыть глаза, а сам в это время прячет какой-нибудь предмет. По разрешению воспитателя дети поворачиваются, открывают глаза и приступают к поискам спрятанного предмета. Воспитатель направляет детей подсказкой: «холодно», «горячо».          Правила: нашедший предмет ребёнок становится ведущим и сам прячет предмет.</p>						

Апрель							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.          Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры</p>						
Апрель	Построение в	Ходьба в колонне	Ходьба по доске с	Прыжки на	-----	-----	Пензулаева

1-нед. 1-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	по одному змейкой с перешагиванием.	мешочком.	двух ногах через предметы.			Занятие №13 стр. 80-81
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Бантики»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу. Но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.</p> <p>-не отпуская резиночку, прыгаем на вторую половину.</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Забрось мяч в корзину»						
Малоподвижная игра	«Поменяйся местами» Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности. Содержание: дети становятся в круг. Инструктор предлагает поменяться местами тем детям, у кого есть что-нибудь одинаковое: светлые волосы, белые футболки, домашние животные и т.п. Например, инструктор говорит: «Пусть поменяются местами те, у кого есть велосипед». Дети меняются местами и т.д. Игра проводится 3-4 минуты.						
Апрель 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному змейкой с перешагиванием.	Ходьба по гимн. скамейке богом.	Прыжки через шнуры.	-----	Метание мешочков.	Пензулаева Занятие №14 стр. 81
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Чья шеренга победит? (Кимин чэркэси гэлэбэ чалды?) (Азербайджанская народная)</p> <p>Играющие делятся на две равные команды. Два игрока, по одному из каждой команды, становятся лицом друг к другу перед начерченной на земле линией. Держа друг друга за пояс, по сигналу стараются перетянуть противника к себе. Проигравший переходит в команду выигравшего.</p>						

	Правила игры. Начинать игру следует с определенного места. Побеждает тот, кто перетянул соперника на свою сторону.						
Малоподвижная игра	«Будь внимателен» Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности. Содержание: педагог предлагает детям выполнить все движения, которые он называет, но сам при этом может показывать совершенно другие движения. Например, преподаватель говорит: «Руки в стороны!», в сам поднимает руки вверх и т.д. Игра проводится 2-3 минуты. Ее можно проводить как в кругу, так и в любом другом построении.						
Апрель 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба по кругу с остановкой.	-----	Прыжки в длину с места.	-----	Метание мешочков.	Пензулаева Занятие №16 стр. 82-83
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	«Бантики» «Слепые» Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. -встаем лицом к резиночке. -прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу. Но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху и с закрытыми глазами -не отпуская резиночку, прыгаем на вторую половину и опять с закрытыми глазами. -выпрыгиваем за пределы резиночки, глаза открываем. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Обезьянки»						
Малоподвижная игра	«У кого мяч? Цель: повысить творческую активность детей, пробудить фантазию, поднять настроение, развивать собранность, внимательность, умение управлять своими эмоциями и действиями, навыки коллективной и слаженной деятельности. Содержание: дети встают в круг лицом к центру, руки за спиной. В центре круга водящий с закрытыми глазами. Ведущий дает маленький мяч любому из играющих. Дети начинают незаметно передавать мяч по кругу за спинами. Водящий, открыв глаза, пытается определить, у кого мяч, обращаясь к игроку: «Оля, покажи руки!». Ребенок, к которому обратился водящий, показывает руки и опять прячет их за спину. Мяч нельзя долго держать в руках. Нельзя водящему обращаться к детям						

	по порядку. Если водящий определил, у кого мяч, тот игрок становится водящим.						
Апрель 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба по кругу с остановкой.	-----	Прыжки в длину с места.	-----	Метание и отбивание мячей.	Пензулаева Занятие №17 стр. 83
Подвижные игры.	По программе «Совушка» Л.И. Пнезулаева						
Малоподвижная игра	«Летает не летает» <u>Ход игры:</u> Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим.						
Апрель 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба в игровой форме «Море волнуется».	-----	Прыжки из упр.	Ползание по гимн. скамейке.	Метание мешочков.	Пензулаева Занятие №19 стр. 84-85
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Платочек»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем, чтобы встать на дальнюю половинку резинки, зацепив при этом ближнюю.</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки.</p> <p>-в другом варианте — не встаем, а перпрыгиваем вторую.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Доползти до погремушки»						
Малоподвижная игра	«Ручеёк» <u>Ход игры:</u> Дети идут в колонне по двое. По команде педагога «Ручеёк» дети останавливаются, берутся за руки и поднимают руки вверх. Каждая пара, начиная с последней, одна за другой пробегает внутри (под руками) и становится впереди, поднимая руки вверх.						
Апрель	Построение в	Ходьба в	-----	Прыжки на	Ползание по	Метание	Пензулаева

3-нед. 2-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	игровой форме «Море волнуется».		двух ногах.	гимн. скамейке.	мешочков на дальность.	Занятие №20 стр. 85
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Волк</p> <p>Все играющие - овцы, они просят волка пустить их в лес погулять: «Разреши нам, волк, погулять в твоём лесу!» Волк отвечает: «Гуляйте, гуляйте, да только траву не щиплите, а то мне спать будет не на чем». Овцы сначала только гуляют в лесу, но скоро забывают обещание, щиплют траву и поют:          -Шиплем, щиплем травку,          -Зеленую муравку,          -Бабушке на рукавички,          -Дедушке на кафтанчик,          -Серому волку          -Грязи на лопату!</p> <p>Волк бежит по поляне и ловит овец, пойманный становится волком, игра возобновляется.          Правила игры. Гуляя по лесу, овцы должны расходиться по всей площадке.</p>						
Малоподвижная игра	«Холодно – горячо» <u>Ход игры:</u> Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: - холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет.						
Апрель 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег в рассыпную с подниманием колена.	Ходьба по доске, лежащей на полу.	Прыжки из обруча в обруч.	-----	-----	Пензулаева Занятие №22 стр. 86
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Платочек» «Липы»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          -встаем лицом к резиночке.          -прыгаем, чтобы встать на дальнюю половинку резинки, зацепив при этом ближнюю и прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;          -выпрыгиваем за пределы резиночки, прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;</p>						

	- в другом варианте — не встаем, а перпрыгиваем вторую и также прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»; Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Достань кольцо»						
Малоподвижная игра	«Тишина» Тишина у пруда, Не колышется вода, Не шумят камыши, Засыпайте малыши. Ход игры: дети идут в колонне по одному. После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встает в конце колонны.						
Апрель 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег в рассыпную с подниманием колена.	Ходьба по гимн. скамейке с заданиями.	Прыжки на двух ногах между предметами.	-----	-----	Пензулаева Занятие №23 стр. 87
Подвижные игры.	По программе «Догони пару» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«У ребят порядок строгий» Ход игры: дети ходят по залу в рассыпную. По сигналу дети строятся в колонну. У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселей: Тра - та - та, тра - та - та!						

Май							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции)	Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры						

образовательных направлений)							
Май 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег парами.	Ходьба по доске, лежащей на полу.	Прыжки в длину с места через шнуры.	-----	-----	Пензулаева Занятие №25 стр. 88-89
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;"><b>«Конфета»</b></p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем внутри перекрещивающихся сзади впереди резиночек (по форме получается «конфета», «завернутая» с двух сторон).</p> <p>-подпрыгиваем, чтобы она раскрутилась. Нужно приземлиться, встав одно ногой на одну половину резиночки, другой — на другую.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Пирожок»						
Малоподвижная игра	«Шарик» Дети сидят в кругу на ковре (диаметр круга 2 м) и перекатывают через круг шарик (мячик). Стоящий на середине ребенок старается перехватить шарик. Если ему это удастся, тот, кто неудачно прокатил шарик, идет вместо него на середину.						
Май 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба и бег парами.	Ходьба по гимн. скамейке боком.	Прыжки в длину с места через шнуры.	-----	Прокатывание мяча между кубиками.	Пензулаева Занятие №26 стр. 89
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Птицелов</b></p> <p>Играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого - птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев:</p> <p>-В лесу, во лесочке, -На зеленом дубочке, -Птички весело поют,</p>						

	<p>-Ай! Птицелов идет!          -Он в неволю нас возьмет,          -Птицы, улетайте!</p> <p>Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом.</p> <p>Правила игры. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Воздушный шар» Ход игры: дети образуют тесный круг, держатся за руки, небольшими шагами отходят назад, расширяя круг. По сигналу воспитателя: «шарик лопнул!» дети приседают или медленно идут к центру круга и произносят: "ш - ш - ш - ш".</p> <p>Раздувайся наш шар, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся!"</p>						
Май 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба со сменой ведущего.	-----	Прыжки через шнур.	-----	Перебрасывание мячей друг другу .	Пензулаева Занятие №28 стр. 89-90
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Конфета» «Буратино Чиполино»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 10 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. Во время прыжка надо успеть сказать «Буратино, Чиполино, Папа Карло и Мальвина».</p> <p>-встаем внутри перекрещивающихся сзади впереди резиночек (по форме получается «конфета», «завернутая» с двух сторон).</p> <p>-подпрыгиваем, чтобы она раскрутилась. Нужно приземлиться, встав одно ногой на одну половину резиночки, другой — на другую.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Зайка выходи» старший возраст						
Малоподвижная игра	<p>"Узнай по голосу" Ход игры: дети идут по кругу и произносят текст, водящий в середине круга. Водящий закрывает глаза и угадывает, кто из детей его позвал.</p> <p>Ваня ты сейчас в лесу.          Мы зовем тебя: "А - у!"          Ну-ка глазки закрывай,</p>						

	Не робей, Кто позвал тебя? Узнай поскорей!						
Май 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба со сменой ведущего	-----	Прыжки через короткую скакалку.	-----	Метание мешочков на дальность и перебрасывание мячей в парах.	Пензулаева Занятие №29 стр. 90
Подвижные игры.	По программе «Котята и щенята» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Так можно, так не можно» Дети стоят в кругу. Воспитатель, стоя на видном месте вместе с детьми, объясняет им, что на его слова: «Делай так!» - все должны смотреть на него и делать движения, им показанные, а на слова: "Не делай так!" стоять с опущенными руками и движения не повторять. Те, что ошибаются, проигрывают и отходят на один шаг назад. Игра продолжается. Если они дальше покажут движения правильно, снова вернуться в круг.						
Май 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба, высоко поднимая колени.	-----	Прыжки из упр.	Ползание по гимн. скамейке на животе.	Метание в цель.	Пензулаева Занятие №31 стр. 91-92
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Беги ко мне»						
Малоподвижная игра	«Колечко» На длинный шнур надевают колечко, концы шнура сшивают. Все играющие встают в круг и держат шнур двумя руками сверху. В середине круга стоит водящий, он закрывает глаза и медленно поворачивается 3—4 раза, стоя на одном месте. Играющие быстро передвигают кольцо по шнуру. Затем водящий говорит: «Я иду искать». Последнее слово служит сигналом для детей. Кто-либо из них прячет колечко в руке. Водящий открывает глаза и старается отгадать, у кого спрятано кольцо. Тот, кого он называет, снимает руку со шнура. Если водящий отгадал, то он встает в круг, а игрок, у кого нашли кольцо, идет водить. Правила 1. Кольцо передвигать по шнуру только тогда, когда водящий с закрытыми глазами поворачивается вокруг себя. 2. Водящий говорит слова: «Я иду искать» — с закрытыми глазами. 3. Играющий должен снять руки со шнура, как только водящий назовет его по имени. Указания к проведению						

	Если желающих играть более 15 человек, то на шнур надевают от 3 до 5 колец и выбирают 2—3 водящих.						
Май 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба, высоко поднимая колени	-----	Прыжки через короткую скакалку.	Ползание по гимна. скамейке по « медвежье».	Метание в цель.	Пензулаева Занятие №32 стр. 92
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Карусель»						
Малоподвижная игра	"Волк - волчок" Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества. Учить, считалкой выбирать ведущего. Волк - волчок, шерстяной бочок Через ельник бежал, В можжевельник упал, Зацепился хвостом, Ночевал под кустом. Дети стоят по кругу. По считалке выбирают волка. Волк идет широкими шагами за кругом, на последние слова приседает кому-либо за спину, тот и становится волком. Игра повторяется. Можно выбрать два волка						
Май 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба разным темпом и шагом.	Ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Прыжки через шнур.	-----	-----	Пензулаева Занятие №34 стр. 92-93
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Мышеловка»						
Малоподвижная игра	«Жучок» Цель: развивать дружеские отношения в детском коллективе. Дети встают в круг. Выбирается водящий - жучок. Он садится в центр круга на корточки. Дети идут по кругу со словами: Жучок-паучок, Тоненькие ножки, Красные сапожки, Мы тебя кормили, Мы тебя поили, На ноги поставили. (Дети подходят жучку и ставят его на ноги.) Танцевать заставили. Выбирай, кого захочешь, Потанцуй, сколько хочешь! Жучок выбирает себе пару и танцует с ним. Выбранный жучком игрок становится						

	водящим, игра продолжается.						
Май 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в три колонны.	Ходьба разным темпом и шагом.	Ходьба по доске, лежащей на полу.	Прыжки из упр.	Лазание на гимн. стенку.	-----	Пензулаева Занятие №35 стр. 93
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Мячик»						
Малоподвижная игра	<p>«Жучок» Цель: развивать дружеские отношения в детском коллективе.  Дети встают в круг. Выбирается водящий - жучок. Он садится в центр круга на корточки. Дети идут по кругу со словами:  Жучок-паучок,  Тоненькие ножки,  Красные сапожки,  Мы тебя кормили,  Мы тебя поили,  На ноги поставили. (Дети подходят жучку и ставят его на ноги.)  Танцевать заставили.  Выбирай, кого захочешь,  Потанцуй, сколько хочешь!  Жучок выбирает себе пару и танцует с ним. Выбранный жучком игрок становится водящим, игра продолжается.</p>						
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	Метаний, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.  Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры</p>						

Июнь 1-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному, перестроение в пары в движении	Ходьба и бег враспынную.	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой. На середине присесть, хлопнуть в ладоши перед собой; подняться и пройти дальше (в конце скамейки сойти, не прыгая).	Прыжки на двух ногах - прыжком ноги врозь, прыжком ноги вместе, и так на протяжении всей дистанции (4-5 м) (2 раза).	----- --	-----	Пензулаева занятие 1 стр 94
Подвижные игры.	<p>Пензулаева Подвижная игра «Лиса И куры».</p> <p>Ход игры: На одной стороне зала находится «курятник» (можно использовать гимнастическую скамейку). В «курятнике» на «наседте» сидят «куры». На противоположной стороне зала – «нора» лисы. Все свободное место – это двор.</p> <p>Один из играющих назначается лисой, остальные дети – куры. По сигналу воспитателя куры прыгают с насеста, бегают по двору, хлопают крыльями, клюют зерна. По сигналу: «Лиса!» - «куры» убегают. «Лиса» старается поймать «кур». Не успевшую спастись «курицу» она уводит в свою нору. Игра возобновляется. Когда «лиса» поймает 2-3 «кур», выбирается другая «лиса».</p>						
Малоподвижная игра	<p>Пензулаева Игра малой подвижности «Найдем цыпленка».</p> <p>Воспитатель заранее прячет в каком-либо месте игрушечного цыпленка и предлагает поискать его. Тот, кто заметит, где находится игрушка, подходит к воспитателю и тихо ему об этом говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, воспитатель разрешает подойти к игрушке и принести ее.</p>						
Июнь 1 неделя 2 занятие	Ходьба в колонне по одному, перестроение в пары в движении	Ходьба и бег враспынную.	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на	Прыжки на правой и левой ноге до кубика (кегли). Дистанция 3-4 м	----- -	Игровое упражнение с мячом «Мяч по кругу».	Пензулаева занятие №2 стр 95

			середине скамьи перешагнуть через набивной мяч и пройти дальше.	(2-3 раза).			
Подвижные игры.	Э. Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» стр.51 «Трамвай»						
Малоподвижна я игра	<p>«Тишина» Цель: Учить детей двигаться по сигналу, развивать слуховые качества. Тишина у пруда, Не колышется вода, Не шумят камыши, Засыпайте малыши. Дети идут в колонне по одному. После слов дети останавливаются, приседают, наклоняют голову и закрывают глаза. Тот, кто пошевелится, встает в конце колонны. <u>Интерактивные технологии:</u> работа в парах, хоровод, цепочка.</p>						
Июнь 2-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя смена ведущего колонны (педагог называет имя ребенка, и он встает впереди колонны);	ходьба и бег враспынную; перестроение в колонну по одному в движении, найти свое место в колонне.	----- ---	Прыжки - перепрыгивание через 5 брусков, лежащих на расстоянии 40 см один от другого. Прыжки на двух ногах, используя энергичный взмах рук.	----- -	Метание мешочков на дальность правой и левой рукой (способ от плеча).	Пензулаева занятие №3 стр 95-96
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова Сборник подвижных игр «Найди себе пару» стр 50						
Малоподвижна я игра	«Раки» Цель: Развивать активность детей в двигательной деятельности. Поощрять детей в игре. Развивать физические						

	<p>качества. Тики-таки, тики-таки, Ходят в нашей речке раки. Ходят задом наперед, ищут раки в речке брод, Стали раки воду пить — Выходи, тебе водить! Играющие разбираются по парам, становятся по кругу. Каждый в паре поворачивается спиной друг к другу и подает руки. С началом текста все пары двигаются в одном направлении по кругу так, что первый в паре идет прямо по направлению движения и ведет за руки второго, идущего задом наперед (это рак). По окончании текста игра повторяется со сменой направления.</p>						
Июнь 2-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя смена ведущего колонны (педагог называет имя ребенка, и он встает впереди колонны);	ходьба и бег враспынную; перестроение в колонну по одному в движении, найти свое место в колонне.	----- -----	Прыжки через шнур справа и слева от него, продвигаясь вперед. Дистанция 3 м (2-3 раза).	-----	Метание мешочков на дальность правой и левой рукой (способ от плеча).	Пинзулаева занятие №4 стр 96
Подвижные игры.	Пензулаева Игровое упражнение «Мяч через сетку».						
Малоподвижная игра	<p>"Зайка серый умывается" Цель: Формировать умение следить за развитием игры. Развивать умение имитировать характерные действия. Зайка серый умывается Видно в гости собирается Вымыл носик, вымыл хвостик, Вымыл ухо, вытер сухо. дети стоят в кругу, заяка в середине, он обыгрывает текст и подходит к кому-нибудь из детей, тот и становится зайкой.</p>						
Июнь	Ходьба в	Ходьба на носках	-----	-----	Ползание по	Прокатывание	Пензулаева

3-я неделя 1-е занятие	колонне по одному	мелким, семенящим шагом - «мышки»; ходьба и бег между 5-6 предметами (кубиками), поставленными в ряд (расстояние между кубиками 0,5 м).	-----	--	гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени	мячей друг другу из положения, сидя на пятках	занятие №5 стр 96-97	
Подвижные игры.	<p>Пензулаева Подвижная игра «Найди пару». п/и «Найди себе пару» Задачи: Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициативу, сообразительность. Описание: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».</p> <p>Правила: Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя. Каждый раз играющие должны иметь пару. Варианты: Вместо флажков использовать платочки. Чтобы дети не бегали парами, ввести ограничитель – узкую дорожку, перепрыгнуть через ручеек.</p>							
Малоподвижная игра	<p>"Узнай по голосу" Цель: Учить детей играть по правилам. Развивать речевые навыки и физические качества. Ваня ты сейчас в лесу. Мы зовем тебя: "А - у!" Ну-ка глазки закрывай, Не робей, Кто позвал тебя? Узнай поскорей! дети идут по кругу и произносят текст, водящий в середине круга.</p>							

	Водящий закрывает глаза и угадывает, кто из детей его позвал.						
Июнь 3-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному	Ходьба на носках мелким, семенящим шагом - «мышки»; ходьба и бег между 5-6 предметами (кубиками), поставленными в ряд (расстояние между кубиками 0,5 м).	----- -----	Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Дистанция 3 м (2-3 раза).	Лазанье под дугу (шнур), не касаясь руками земли (пола).	Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м (4-5 раз).	Пензулаева занятие №6 стр 97
Подвижные игры.	Э.Я Степаненкова Сборник подвижных игр «Найди свой цвет» стр 50						
Малоподвижная игра	"У ребят порядок строгий" Цель: Развивать умение действовать сигналу, физические качества. У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселей: Тра - та - та, тра - та - та! дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.						
Июнь 4-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному	Ходьба и бег с перешагиванием через бруски; ходьба и бег врассыпную.	Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии одного шага ребенка.	----- -	Лазанье по гимнастической стенке, переход на другой пролет и спуск (2-3 раза).	-----	Пензулаева занятие №7 стр 97-98
Подвижные игры.	Пензулаева Подвижная игра «Ловишки». Описание игры: дети находятся на площадке. Ловишка, назначенный воспитателем или выбранный играющими,						

	становится на середине площадки. По сигналу: «Раз, два, три — лови!» — все дети разбегаются по площадке, увертываются от ловишки, который старается догнать одного из играющих и коснуться его рукой (запятнать). Тот, кого ловишка коснулся рукой, отходит в сторону. Когда будет запятнано 3—4 играющих, выбирается новый ловишка						
Малоподвижная игра	«Где постучали?». Дети стоят по кругу (или сидят). Водящий выходит на середину и закрывает глаза. Воспитатель бесшумно обходит круг позади детей, останавливается возле кого-нибудь из ребят, стучит палочкой и кладет ее в руки ребенка, отходит в сторону и говорит: «Пора!» Стоящий в кругу должен отгадать, где постучали, и подойти к тому, у кого спрятана палочка. Отгадав, он становится на место ребенка, у которого была палочка, тот становится водящим. Если ребенок не отгадает, то он вновь водит. Если и второй раз он ошибется, то выбирают нового водящего. В этой игре дети должны соблюдать тишину, иначе водящему трудно будет отгадать.						
Июнь 4-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному	Ходьба и бег с перешагиванием через бруски; ходьба и бег в рассыпную.	Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, перешагивая через набивные мячи (3 раза).	Прыжки на двух ногах между кеглями, поставленными в ряд (2 раза).	Лазанье по гимнастической стенке, переход на другой пролет, спуск (2-3 раза).	-----	Пензулаева занятие №8 стр 98
Подвижные игры.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр стр 63 «Спасайся от волка»						
Малоподвижная игра	"У ребят порядок строгий" Цель: Развивать умение действовать сигналу, физические качества. У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселей: Тра - та - та, тра - та - та! дети ходят по залу в рассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.						
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	Материалы, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе	Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры						

интеграции образовательных направлений)							
Июль 1-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному, ходьба по кругу, взявшись за руки, с изменением направления движения по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	----- -	Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. На середине остановиться и хлопнуть в ладоши перед собой и за спиной и пройти дальше. В конце скамейки сойти, не прыгая (2 раза).	Прыжки через шнуры на двух ногах, помогая взмахом рук. Шнуры лежат на расстоянии 50 см один от другого (5-6 шнуров).	----- --	-----	Пензулаева занятие №9 стр 98-99
Подвижные игры.	Пензулаева «Автомобили». Описание игры: Дети сидят вдоль стены, они автомобили. Каждому дается флажок какого – либо цвета. Воспитатель стоит лицом к играющим, в центре. В руке – 3 цветных флажка, по цветам светофора. Поднимает флажок, дети, имеющие флажок этого цвета бегут по площадке в любом направлении, на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда воспитатель опустит флажок, дети останавливаются, и по сигналу «Автомобили возвращаются!» - направляются шагом в свой гараж. Затем воспитатель поднимает флажок другого цвета, но может поднять и 2 , и все 3 флажка вместе, тогда все машины выезжают из гаража.						
Малоподвижная игра	"Воздушный шар" Цель: Развивать внимательность, сообразительность, звуковую культуру речи. Раздувайся наш шар, раздувайся большой, оставайся такой, да не лопайся!" дети образуют тесный круг, держатся за руки, небольшими шагами отходят назад, расширяя круг, По сигналу воспитателя:						

	"шарик лопнул!" дети приседают или медленно идут к центру круга и произносят: "ш - ш - ш - ш "						
Июль 1-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному, ходьба по кругу, взявшись за руки, с изменением направления движения по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	----- -	Равновесие - ходьба по гимнастическим скамейкам парами. Воспитатель ставит две скамейки параллельно друг другу, дети встают на скамейки парой, берутся за руки и шагом передвигаются по ним. В конце скамеек дети опускают руки и сходят, не прыгая. Вторая пара приступает к заданию после первой, воспитатель осуществляет страховку.	Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	----- ---	Индивидуальные игровые упражнения с мячом	Пензулаева занятие №10 стр 99
Подвижные игры.	Э.Я Степаненкова Сборник подвижных игр стр 51 «У медведя во бору»						
Малоподвижная игра	"Солнышко и дождик" Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. Смотрит солнышко в окошко, светит в нашу комнату. Мы захлопаем в ладоши очень рады солнышку.						

	<p>Топ, топ, топ, топ / 2р.  Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп / 2р.  дети идут по кругу  дети хлопают в ладоши  дети ритмично топают  дети ритмично хлопают  На сигнал воспитателя "дождь идет" дети приседают - "прячутся".  <u>Интерактивные технологии:</u> «хоровод», «цепочка», «карусель».  «работа в парах», «работа в малых группах».</p>						
<p>Июль  2-я неделя  1-е занятие</p>	<p>Построение в одну шеренгу, объяснение задания, перестроение и ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Зайки!» остановиться и попрыгать на месте на двух ногах, продолжение ходьбы. На сигнал: «Лягушки!» - присесть, руки положить на</p>	-----	----- ----	<p>Прыжки в длину с места (6-8 раз).</p>	----- ---	<p>Перебрасывание мячей друг другу (8-10 раз).</p>	<p>Пензулаева  занятие №11  стр 99-100</p>

	колени. Бег врассыпную по всему залу.						
Подвижные игры.	<p>Пензулаева «Найди себе пару».</p> <p>Описание: Играющие стоят вдоль стены. Воспитатель дает каждому по одному флажку. По сигналу воспитателя – дети разбегаются по площадке. По другому сигналу, или по слову «Найди себе пару!», дети, имеющие флажки одинакового цвета, находят себе пару, каждая пара, используя флажки, делает ту или иную фигуру. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары. Играющие говорят: «Ваня, Ваня – не зевай, быстро пару выбирай!».</p> <p>Правила: Играющие становятся в пары и разбегаются по сигналу (слову) воспитателя. Каждый раз играющие должны иметь пару.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Тепики»</p> <p>Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности.</p> <p>Тепики-тепики, По водичке хлопки, Хлопки ладошками Да босыми ножками.</p> <p>Дети стоят свободно. Игровое упражнение выполняется по показу воспитателя. Под чтение потешки дети встряхивают кистями обеих рук, как бы ударяя по воде.</p> <p>На последнюю строчку притопывают ногами, переступая с одной ноги на другую.</p>						
Июль 2-я неделя 2-е занятие	Построение в одну шеренгу, объяснение задания, перестроение и ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Зайки!» остановиться	Бег по дорожке, ширина 15 см (3 раза).	----- ----	Прыжки в длину с места. Расстояние 70 см (5-6 раз).	-----	Прокатывание мячей (большого диаметра) друг другу из положения - стойка ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой. В руках у детей одной шеренги - мячи. Дети наклоняются и прокатывают мячи	Пензулаева занятие №12 стр 100

	и попрыгать на месте на двух ногах, продолжение ходьбы. На сигнал: «Лягушки!» - присесть, руки положить на колени. Бег врассыпную по всему залу.					на противоположную сторону своим партнерам, те ловят мячи и отправляют обратно.	
Подвижные игры.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр стр 53 «Зайцы и волк»						
Малоподвижная игра	<p>"Волк - волчок"</p> <p>Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества. Учить, считалкой выбирать ведущего.</p> <p>Волк - волчок, шерстяной бочок</p> <p>Через ельник бежал, В можжевельник упал, Зацепился хвостом, Ночевал под кустом.</p> <p>Дети стоят по кругу. По считалке выбирают волка. Волк идет широкими шагами за кругом, на последние слова приседает кому-либо за спину, тот и становится волком. Игра повторяется. Можно выбрать два волка</p>						
Июль 3-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному по кругу с остановкой на сигнал воспитателя, поворот в другую сторону и повторение	Ходьба и бег врассыпную.	----- ----	----- ----	Подлезание под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола (3-4 раза).	Прокатывание мячей между предметами (2 раза).	Пензулаева занятие №13 стр 101

	задания;						
Подвижные игры.	<p>Пензулаева «Совушка» . Ход игры: Играющие свободно располагаются на площадке. В стороне («в дупле») сидит или стоит «Сова». Воспитатель говорит: «День наступает – все оживает». Все играющие свободно двигаются по площадке, выполняя различные движения, имитируя руками полет бабочек, стрекоз и т.д.</p> <p>Неожиданно произносит: «Ночь наступает, все замирает, сова вылетает». Все должны немедленно остановиться в том положении, в котором их застали эти слова, и не шевелиться. «Сова» медленно проходит мимо играющих и зорко осматривает их. Кто пошевелится или засмеется, того «сова» отправляет к себе в «дупло». Через некоторое время игра останавливается, и подсчитывают, сколько человек «сова» забрала к себе. После этого выбирают новую «сову» из тех, кто к ней не попал. Выигрывает та «сова», которая забрала себе большее число играющих.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Лето»  Цель: Развивать слуховые качества, физические качества, умение выполнять движения в соответствии с текстом.  По лужайке  Босиком,  Солнышком согрето,  За цветистым мотыльком  Пробежало лето.  Искупалось в реке,  Полежало на песке,  Загорело,  Пролетело  И исчезло вдалеке.  Дети стоят по кругу. С началом чтения стихотворения двигаются поскачком в одну сторону, а Лето скачет противходом внутри круга.  На строки 6-7 останавливается, Лето выполняет прыжки на месте с маховыми движениями рук ("мельница"). На последние 3 строки Лето выбегает за круг и присаживается за кем-либо из играющих. С окончанием текста дети ищут, куда спряталось Лето. Кто найдет его за своей спиной, выходит в середину. Это новое Лето.</p>						
Июль 3-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному по кругу с остановкой на сигнал воспитателя, поворот в другую сторону и	Ходьба и бег враспынную.	----- --	Прыжки из обруча в обруч (5-6 плоских обручей).	Ползание на четвереньках между набивными мячами с опорой на ладони и колени. Расстояние	-----	Пензулаева занятие №14 стр 101

	повторение задания;				между мячами 1 м.		
Подвижные игры.	Э.Я Степаненкова Сборник подвижных игр «Огуречик, огуречик» стр 54						
Малоподвижная игра	<p>"Флажок"</p> <p>Цель: Упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру.</p> <p>Дети стали в кружок, Увидали флажок, Кому дать, кому дать, Кому флаг передать? Выйди, Оля, в кружок, Возьми, Оля, флажок! Выйди, выйди, возьми, Выше флаг подними!</p> <p>Дети стоят по кругу, в центре один ребёнок с флажком. После слов: "выйди, выйди..." названной ребенок выходит в середину и берет флажок. Первый ребенок встает в круг, игра повторяется</p>						
Июль 4-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через 6-8 шнуров попеременно правой и левой ногой (шнуры положены на расстоянии одного шага ребенка).	----- --	Ходьба по горизонтальному бревну, лежащему на земле, боком приставным шагом (2 раза).	Прыжки между предметами «змейкой» (2 раза).	----- ---	Игровые упражнения с мячом.	Пензулаева занятие №15 стр 102
Подвижные игры.	Э.Я Степанкова Сборник подвижных игр «Лиса в курятнике» стр 54						
Малоподвижная	Докажи»						

я игра	<p>Цель: Развивать память, речь, умению анализировать, приводить и отстаивать доводы. Продолжайте игру помогая делать ему определенный вывод. Игра начинается так: «Мне кажется, что мама теленка – лошадь. Ведь у них есть копыта, они покрыты шерстью, едят сено и т.д.»</p>						
Июль 4-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через 6-8 шнуров попеременно правой и левой ногой (шнуры положены на расстоянии одного шага ребенка).	----- --	Равновесие - ходьба по бревну, лежащему на земле, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в стороны (2-3 раза).	Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Дистанция 3 м (2 раза).	----- ---	----- ---	Пензулаева занятие №16 стр 102
Подвижные игры.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр «Накинь кольцо»						
Малоподвижная игра	<p>«Большой круг» «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем» Цель: Учить детей называть действие словом, правильно употреблять глаголы (время, лицо), развивать творческое воображение, сообразительность. Более сложным вариантом этой игры является индивидуальное воспроизведение аналогичных действий. Организация такой игры примерно та же, что в «Испорченном телефоне». Все участники закрывают глаза, кроме двух первых, один из которых показывает другому какое-либо действие (поливает цветы, или рубит дрова, или играет в мячик). Потом второй ребенок показывает то же действие третьему, третий – четвертому и т.д. Так по очереди дети передают друг другу одно и то же действие. Последний в ряду ребенок должен это действие угадать. Дети разбиваются на небольшие группы (по 4-5 человек), и каждая группа с помощью взрослого продумывает инсценировку какого-либо действия (умывание, или рисование, или собирание ягод). Дети должны сами выбрать сюжет и договориться, как они будут его показывать. После такой подготовки каждая группа молча, показывает свое действие. Каждый показ предваряется известной фразой: «Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем». Зрители внимательно наблюдают за товарищами и</p>						

	отгадывают, что они делают и где находятся. После правильного угадывания актеры становятся зрителями, и на сцену выходит следующая группа						
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Физическое развитие (Здоровье): учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. Безопасность (социально-коммуникативное развитие): учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. Коммуникация: формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры						
Август 1-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному, ходьба с остановкой по сигналу воспитателя	Ходьба и бег враспынную.	Равновесие - ходьба с перешагиванием через набивные мячи высоко поднимая колени, руки за голову. Выполняется детьми двумя колоннами в среднем темпе. Воспитатель ставит на полу в две линии набивные мячи (кубики) по 5-6 штук (расстояние между мячами 40 см).	----- ----	----- ----	Игровые упражнения с мячом - в парах и индивидуально (бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; перебрасывание мяча друг другу	Пензулаева занятие №17 стр 103
Подвижные игры.	Пензулаева «Кролики». Описание игры: в одной стороне зала полукругом расставлены стулья – это клетки кроликов. На противоположной - стул для сторожа. Дети сидят на корточках за стульями. Когда сторож выпускает кроликов на лужок – дети один за другим проползают под стульями, а затем прыгают продвигаясь вперед. По сигналу «Бегите в клетки» кролики возвращаются на свои места, снова проползая под стульями.						
Малоподвиж	«Зеркало»						

ная игра	<p>Цель игры. Развивать речевую и двигательную активность детей.  Ход игры. Дети становятся в круг. Выбранный при помощи считалки ребенок становится в центр круга. Все остальные произносят:  Ровным кругом,  Друг за другом,  Эй, ребята, не зевать!  Что нам Вовочка (Анечка, Валечка и т. д.) покажет,  Будем дружно выполнять.  Ребенок в центре круга показывает разнообразные движения, остальные дети повторяют их.</p>						
Август 1-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному, ходьба с остановкой по сигналу воспитателя	Ходьба и бег в рассыпную.	Ходьба по доске боком при ставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс (2-3 раза).	Прыжки на правой и левой ноге - два прыжка на одной и два на другой, и так далее, продвигаясь вперед. Дистанция 3 м (2 раза).	----- ----	Игровые упражнения с мячом.	Пензулаева занятие №18 стр 103
Подвижные игры.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр «Лиса в курятнике»						
Малоподвижная игра	<p>«По дорожке»  Цель игры. Развивать речевую и двигательную активность детей.  Ход игры: Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.  Раз, два, три, четыре, пять,  Будем ноги разминать.  Мы шагаем по дороге,  Поднимаем выше ноги. (Ходьба на месте.)  И по этой же дорожке  Скачем мы на правой ножке. (Подскоки на правой ноге.)  А теперь еще немножко  На другой поскачем ножке. (Подскоки на левой ноге.)  По тропинке побежим,  До лужайки добежим. (Бег на месте.)  На лужайке, на лужайке</p>						

	<p>Мы попрыгаем, как зайки. (Прыжки на месте на двух ногах.)  Мы похлопаем в ладошки,  Пусть попляшут наши ножки. (Произвольные танцевальные движения.)  Стоп. Присядем — отдохнем. (Приседание.)  И назад пешком пойдем. (Ходьба на месте.)</p>						
Август 2-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному	Ходьба и бег врассыпную. На сигнал воспитателя: «Бабочки!» - остановиться, помахать руками, как крыльшками, продолжить ходьбу; бег врассыпную.					Пензулаева занятие №19 стр 104
Подвижные игры.	<p>Пензулаева подвижная игра «Совушка»  Подвижная игра «Совушка».  Выбирается водящий - «совушка», остальные дети изображают бабочек, птичек и т. д. По сигналу воспитатель: «День!» – дети бегают по всему залу, на команду: «Ночь!» – замирают и останавливаются в том месте, где застала их команда. «Совушка» выходит из своего гнезда и тех, кто пошевелится, забирает к себе. Игра повторяется. При выборе другого водящего главное, чтобы он не был проигравшим.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Великаны и гномы».  Цель: упражнять детей действовать по сигналу  Ход игры: Водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова «великаны» и «гномы». При слове «великаны», все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове «гномы», все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры.  Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова «великаны!» громко и басом, а «гномы» — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или произнося «великаны», водящий приседает, а говоря «гномы» — поднимается на носочки.</p>						
Август 2-я неделя	Ходьба в колонне по	Ходьба и бег врассыпную. На	----- -	Прыжки в длину с места (3-4 раза).	----- ----	Перебрасывание мяча через	Пензулаева занятие

2-е занятие	одному	сигнал воспитателя: «Бабочки!» - остановиться, помахать руками, как крыльшками, продолжить ходьбу; бег врассыпную.				сетку и ловля его после отскока о землю (5-6 раз).	№20 стр 104
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова стр 58 Сборник подвижных игр «Сидит, сидит заяка»						
Малоподвижная игра	<p>«Пробеги тихо ».</p> <p>Цель: учить бесшумно двигаться.</p> <p>Ход игры: Дети делятся на группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.</p>						
Август 3-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Аист!» - поднять ногу, согнутую в колене, руки на пояс; продолжение ходьбы. На следующий	----- ----	----- ---	Прыжки на двух ногах, на правой и левой ноге. Дистанция 3 м. Подвижная игра «Лошадки».	----- ----	Метание мешочков в горизонтальную цель (способ от плеча) (6-8 раз).	Пензулаева занятие №21 стр 104-105

	сигнал: «Лягушки!» - присесть на корточки, руки положить на колени. Бег врассыпную.						
Подвижные игры.	<p>Пензулаев подвижная игра «Лошадки»</p> <p><u>Описание:</u> Дети делятся на 2 равные группы. Одна группа изображает конюхов, другая – лошадей. На одной стороне очерчивается конюшня. На другой – помещение для конюхов, между ними луг. Воспитатель говорит: «Конюхи, вставайте скорей, запрягайте лошадей!». Конюхи с вожжами в руках, бегут к конюшне и запрягают лошадей. Когда все лошади запряжены, они выстраиваются друг за другом и по указанию воспитателя идут шагом или бегут. По слову воспитателя «Приехали!» конюхи останавливают лошадей. Воспитатель говорит «Идите отдыхать!». Конюхи распрягают лошадей и отпускают их пастись на луг. Сами возвращаются на свои места отдохнуть. Лошади спокойно ходят по площадке, пасутся, щиплют траву. По сигналу воспитателя «Конюхи, запрягайте лошадей!» конюх ловит свою лошадь, которая убегает от него. Когда все лошади пойманы и запряжены, все выстраиваются друг за другом. После 2-3 повторений воспитатель говорит: «Отведите лошадей в конюшню!». Конюхи отводят лошадей в конюшню, распрягают их и отдают вожжи воспитателю.</p> <p><u>Правила:</u> Играющие меняют движения по сигналу воспитателя. По сигналу «Идите отдыхать» - конюхи возвращаются на места.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Круг-кружочек».</p> <p>Цель: упражнять детей действовать по сигналу, выполнять ходьбу по кругу</p> <p>Дети идут по кругу, взявшись за руки, и произносят слова: «Круг – кружочек, аленький цветочек! Раз, два, три – развернись-ка, Оля, ты!».</p> <p>Названный ребёнок поворачивается спиной в круг, берётся за руки. Дети продолжают произносить слова игры. Как только спиной в круг окажутся 5-6 детей, игра прекращается.</p>						
Август 3-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Аист!» - поднять	----- ----	----- -	Прыжки на двух ногах, на правой, на левой ноге между предметами. Дистанция 3 м (2 раза).	----- ----	Прокатывание обручей друг другу.	Пензулаева занятие №22 стр 105

	ногу, согнутую в колене, руки на пояс; продолжение ходьбы. На следующий сигнал: «Лягушки!» - присесть на корточки, руки положить на колени. Бег врассыпную.						
Подвижные игры.	Э.Я. Степаненкова стр 59-60 Сборник подвижных игр «Лучинки»						
Малоподвижная игра	<p>"Волк - волчок"</p> <p>Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества. Учить, считалкой выбирать ведущего.</p> <p>Волк - волчок, шерстяной бочок  Через ельник бежал,  В можжевельник упал,  Зацепился хвостом,  Ночевал под кустом.</p> <p>Дети стоят по кругу. По считалке выбирают волка. Волк идет широкими шагами за кругом, на последние слова приседает кому-либо за спину, тот и становится волком. Игра повторяется. Можно выбрать два волка</p>						
Август 4-я неделя 1-е занятие	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по сигналу педагога; ходьба с	----- --	Равновесие - ходьба по бревну боком приставным шагом, руки на пояс (3-4 раза).	Прыжки на двух ногах через шнуры.	-----	----- -----	Пензулаева занятие №23 стр 105-106

	перешагиванием через шнуры.						
Подвижные игры.	Пензулаева подвижная игра «Автомобили» «Автомобили» Цель: Учить реагировать на сигнал. Ход игры: Каждый играющий получает руль (картонный или фанерный). По сигналу воспитателя (подняв зеленый флажок) дети разбегаются в рассыпную так, чтобы не мешать друг другу. На другой сигнал (поднять красный флажок) автомобили останавливаются. Игра повторяется.						
Малоподвижная игра	"Солнышко и дождик" Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. Смотрит солнышко в окошко, светит в нашу комнату. Мы захлопаем в ладоши очень рады солнышку. Топ, топ, топ, топ / 2р. Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп / 2р. дети идут по кругу дети хлопают в ладоши дети ритмично топают дети ритмично хлопают На сигнал воспитателя "дождь идет" дети приседают - "прячутся".						
Август 4-я неделя 2-е занятие	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по сигналу педагога; ходьба с перешагиванием через шнуры.	----- --	Равновесие - ходьба, высоко поднимая колени, перешагивая через 6-8 набивных мячей, поставленных на расстоянии 50 см друг от друга.	Прыжки на двух ногах через канат (шнур) справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м).	----- --	Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между шеренгами 2 м).	Пензулаева занятие №24 стр 106

Подвижные игры.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр стр 60-61 «Улица»					
Малоподвижная игра	<p>"У ребят порядок строгий"</p> <p>Цель: Развивать умение действовать сигналу, физические качества.</p> <p>У ребят порядок строгий, Знают все свои места. Ну, трубите веселей: Тра - та - та, тра - та - та! дети ходят по залу врассыпную. По сигналу дети строятся в колонну.</p>					

### Старшая группа

Сентябрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической 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; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м) (физическая культура); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (социализация, коммуникация)						
Сентябрь 1-нед. 1-зан.	Построение в шеренгу по одному. Проверка равновесие, осанки. Перестроение в колонну по	Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному	Ходьба по линиям периметра. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через кубики	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	-----	Перебрасывание мяча друг-другу двумя руками снизу по 12-15 раз (раст 2м).	Диагностика
Сентябрь							

	одному.						
Подвижные игры.							
Малоподвижная игра							
Сентябрь 1-нед. 2-зан.	Построение в шеренгу по одному. Проверка равновесие, осанки. Перестроение в колонну по одному.	Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному	Ходьба по гимн. скамейке, перешагивая через предметы.	Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед	-----	Броски мяча о пол	Диагностика
Подвижные игры.	«Ловишки» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Найди и промолчи». <i>Цель:</i> Развивать у детей выдержку, умение выполнять движения по сигналу. Развивать качество внимательности <i>Ход игры:</i> Воспитатель заранее прячет какой-либо предмет и предлагает его найти. Тот, кто увидел, подходит к воспитателю и тихонько говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, педагог отмечает тех, кто оказался самый внимательный. Ходьба в колонне по одному. <i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» (старшая группа)2015</i>						
Сентябрь 2-нед 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Перестроение в одну колонну по одному.	Ходьба с разными видами. Бег и ходьба между предметами. Бег в среднем темпе (1,5мин.)	Ходьба по линиям периметра.	Прыжки на двух ногах «Достань до предмета»	-----	Броски малого мяча.	Диагностика
Подвижные игры.	«Фигуры» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Летает-не летает» <i>Цель:</i> Развивать у детей умение слушать внимательно, закрепить навык построения в круг. <i>Ход игры:</i> Дети стоят по кругу, в центре — воспитатель. Он называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Называя предмет, воспитатель поднимает вверх						

	руки. Например, воспитатель говорит: Птица летает, стул летает, самолет летает» и т. д. дети должны поднять руки вверх, если назван летающий предмет. <i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» (старшая группа)2015</i>						
Сентябрь 2-нед 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Перестроение в одну колонну по одному.	Ходьба с разными видами. Бег и ходьба между предметами. Бег в среднем темпе (1,5мин.)	Ходьба по линиям периметра.	Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	Ползание на четвереньках между предметами	Броски мяча вверх и ловля	Диагностика
Подвижные игры.	«Мы веселые ребята» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Затейники...».</p> <p><i>Цель:</i> формировать умение идти ровным кругом, совершать игровые действия в соответствии с текстом.</p> <p><i>Ход игры:</i> Выбирается водящий — затейник, который встает в центр круга, образованного детьми. Взявшись за руки, дети идут по кругу вправо (влево) и произносят:</p> <p>«Ровным кругом друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте! дружно вместе Сделаем вот так...»</p> <p>Дети останавливаются, опускают руки, а затейник показывает какое-нибудь движение, и все должны его повторить. Игра повторяется с другим водящим (3—4 раза).</p> <p><i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» (Старшая группа)2015</i></p>						
Сентябрь 3-нед. 1-за.н	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Строевая ходьба в колонне по одному. Бег в умеренном темпе.	Ходьба по канату боком	Прыжки на двух ногах (Левая вперед, правая назад)	Ползание по гимнастической с опорой на ладони и колени.	Броски вверх и ловля двумя руками	Пензулаева НОД №7 Стр. 21-23
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Десяточка»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком снаружи от резинки;</li> <li>- выпрыгнуть внутрь резинок;</li> <li>- выпрыгнуть наружу то слева, то справа.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Угадай по голосу». <i>Цель:</i> Упражнять детей в построении в круг; ориентироваться в пространстве, развивать слуховое внимание. <i>Ход игры:</i> Водящий встает в центр зала и закрывает глаза. Дети образуют круг, не держась за руки, идут по кругу вправо и произносят: Мы собрались в ровный круг. Повернемся разом вдруг, А как скажем; «Скок-скок-с кок», Угадай, чей голоиок. Слова «скок-скок-скок» произносит один ребенок (по указанию воспитателя). Водящий открывает глаза и пытается угадать, кто сказал эти слова. Если он отгадает, этот игрок становится на его место. Если водящий не угадал, то при повторении игры вновь выполняет эту роль. Дети идут по кругу в другую сторону.</p> <p><i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» (старшая группа)2015</i></p>						Малоподвижная игра
Сентябрь 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Строевая ходьба в колонне по одному. Бег в умеренном темпе.	Ходьба по канату боком с мешочком на голове	Прыжки на двух ногах (Левая вперед, правая назад)	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени	Перебрасывание мячей друг другу.	Пензулаева НОД №8* Стр. 23-24
Подвижные игры.	<p>Чья шеренга победит? (Кимин чэркэси гэлэбэ чалды?) (Азербайджанские)</p> <p>Играющие делятся на две равные команды. Два игрока, по одному из каждой команды, становятся лицом друг к другу перед начерченной на земле линией. Держа друг друга за пояс, по сигналу стараются перетянуть противника к себе. Проигравший переходит в команду выигравшего.</p> <p>Правила игры. Начинать игру следует с определенного места. Побеждает тот, кто перетянул соперника на свою сторону.</p>						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Сделай фигуру». <i>Цель:</i> учить действовать по сигналу педагога, бегать по всей площадке не наталкиваясь друг на друга, развивать координацию движения <i>Ход игры:</i> По сигналу воспитателя все дети разбегаются по залу (площадке). На следующий сигнал (удар в бубен) все играющие останавливаются на месте, где их застала команда, и принимают какую-либо позу. Воспитатель отмечает тех, чьи фигуры ему понравились (оказались наиболее удачными). Игра повторяется 2—3 раза (можно назначить, выбрать водящего, который будет определять, чья фигура лучше). <i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» (старшая группа)2015</i></p>						
Сентябрь	Построение в	Ходьба и бег	Ходьба с	Прыжки на	Пролезание в	-----	Пензулаева

4-нед. 1-зан	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	в разном темпе.	перешагиванием предметов, осанку держать. Препятствие.	двух ногах с мешочком между колен «Пингвины»	обруч боком.		НОД №10 Стр.24-26
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Десяточка-Липы»</p> <p>Липы — то же, только прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стать боком снаружи от резинки; - впрыгнуть внутрь резинок; - выпрыгнуть наружу то слева, то справа. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Найди предмет». <i>Цель:</i> развивать у детей выдержку, наблюдательность <i>Ход игры:</i> дети сидят вдоль стены. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, что он его спрячет. Затем воспитатель предлагает детям встать и отвернуться к стене. Убедившись, что никто из детей не смотрит, воспитатель прячет флажок, после чего говорит «пора». Дети начинают искать спрятанный флажок. Кто первый найдет – тот его прячет. Повторить игру 3-4 раза.						Малоподвижная игра
Сентябрь 4-нед 2-зан	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег в разном темпе.	Ходьба с перешагиванием предметов с мешочком на голове, осанку держать. Препятствие.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед»	Прлезание в обруч боком и прямо.	-----	Пензулаева НОД №11* Стр.26
Подвижные игры.	По программе «Поймай мяч» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Кто ушел?». <i>Цель:</i> развивать внимательность, учить играть сообща. <i>Ход игры:</i> Дети стоят кругом или полукругом. Педагог предлагает одному ребенку запомнить тех, кто находится рядом (пять-шесть человек), а затем выйти из комнаты или отвернуться и закрыть глаза. Кто-то из детей прячется. Воспитатель спрашивает: «Отгадай, кто ушел?». Если ребенок отгадает, то						

	выбирает кого-нибудь вместо себя. Если ошибется, то снова отворачивается и закрывает глаза, а тот, кто прятался, возвращается на свое место. Отгадывающий должен его назвать Борисова М.М. <i>Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</i>	
--	---	--

Октябрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	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 приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках (физическая культура); выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта (музыка, познание, здоровье, физическая культура, социализация)						
Октябрь 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег в колонне по одному с переходами.	Ходьба по гимнаст. Скамейке боком приставным шагом. Руки на пояс.	Прыжки на двух ногах через короткие шнуры.	-----	Броски мяча двумя руками в шеренгах.	Пензулаева НОД №13 28-29
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Девяточки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком между резинками;</li> <li>- перепрыгнуть через них, разведя ноги;</li> <li>- впрыгнуть обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на</p>						

	уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Эхо». <i>Цель:</i> игра служит для упражнения фонематического слуха и точности слухового восприятия  <i>Ход игры:</i> Перед игрой взрослый обращается к детям: Вы слышали когда-нибудь эхо? Когда вы путешествуете в горах или по лесу, проходите через арку или находитесь в большом пустом зале, вы можете повстречать эхо. То есть увидеть-то его вам, конечно, не удастся, а вот услышать – можно. Если вы скажете: «Эхо, привет!», то и оно вам ответит: «Эхо, привет!», потому что всегда в точности повторяет то, что вы ему скажете. А теперь давайте поиграем в эхо. Затем назначают водящего – «Эхо», который и должен повторять то, что ему скажут.  <i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» (старшая группа)2015</i></p>					Малоподвижная игра	
Октябрь 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег в колонне по одному с переходами.	Ходьба по гимнаст. Скамейке боком приставным шагом, через предметы.	Прыжки на двух ногах через шнуры (справа и слева)	-----	Передача мяча двумя руками от груди.	Пензулаева НОД №14* стр 29
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Изюминка (Кишмиши) (азербайджанские)</b></p> <p>На площадке чертится круг (диаметр круга зависит от количества играющих). Дети делятся на две равные группы. По жребию одна команда входит в круг, вторая остается за кругом. Нескольким игрокам второй команды даются мячи, но так, чтобы стоящие в кругу не знали, у кого мяч. Дети с мячами условно нумеруются так, чтобы номер каждого игрока знали только игрок и водящий. Все ходят по кругу. Водящий называет номер одного из игроков.  Тот быстро бросает мяч, стараясь осалить игрока, находящегося в кругу. Осаленный игрок выбывает из игры. Если кидавший мяч не попадает в игрока, то он сам выбывает из игры, а мяч передает другому. Игра продолжается до тех пор, пока в команде останется один человек.  Правила игры. Бросает мяч с места только тот, чей номер назвал ведущий.</p>						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Вершки-корешки». <i>Цель:</i> формировать умение ловить мяч, воспитывать умение слушать  <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг или шеренгу. В центре круга или перед шеренгой стоит взрослый (водящий) с большим мячом в руках (игру может вести кто-нибудь из детей). Водящий бросает мяч, называя какой-нибудь овощ, а дети ловят мяч, называют съедобную часть и бросают мяч водящему. <i>Водящий. Баклажаны.</i> 1-й ребенок. <i>Вершки. Водящий. Редька.</i> 2-й ребенок. <i>Корешки. Водящий. Капуста.</i> 3-й ребенок. <i>Вершки. Водящий. Картофель.</i> 4-й ребенок. <i>Корешки. Водящий. Клубника.</i> 5-й ребенок. <i>Вершки. Водящий. Чеснок.</i> 6-й ребенок. <i>Корешки. Водящий.</i></p>						

	<i>Огурцы. 7-й ребенок. Вершки. Отмечаются дети, которые ни разу не ошиблись Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» старшая группа 2015</i>						
Октябрь 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба с поворотом. Бег с перешагиванием через бруски.	Ходьба по периметру по прямой.	Прыжки со скамейки.	Ползание по гимна. скамейке на четвереньках.	Броски мяча друг другу из-за головы.	Пензулаева НОД №16 Стр 30-32
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center">«Девяточки-Лисы»</p> <p>Лисы — прыжок идет не двумя ногами одновременно, а по одной, словно перешагивание; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком между резинками;</li> <li>- перепрыгнуть через них, разведя ноги;</li> <li>- впрыгнуть обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Октябрь 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба с поворотом. Бег с перешагиванием через бруски.	Ходьба по периметру по прямой.	Прыжки со скамейки.	Ползание на четвереньках.	Перебрасывание мячей друг другу в шеренге от груди.	Пензулаева НОД №17* стр 32
Подвижные игры.	По программе «Мяч водящему» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Белые медведи» Цель: учить красиво идти хороводом, соединять движение со словами; развивать ловкость. <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг, взявшись за руки. Хороводом идут по кругу вместе с педагогом, который произносит текст.</p> <p><i>Как на горке снег, снег</i>  <i>И под горкой снег, снег.</i> (Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом.)  <i>И под елкой снег, снег,</i>  <i>И на елке снег, снег.</i> (Идут к центру круга.)  <i>А под елкой спит медведь.</i>  <i>Тише, тише! Не буди, Сядь на место, не шуми!</i> (Присаживаются на корточки.)</p>						

Октябрь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег в разном темпе с разными шагами. Бег в рассыпную.	Ходьба по прямой с перешагиванием предметов руки на пояс.	-----	Пролезание под дугу прямо, боком.	Метание мяча в цель.	Пензулаева НОД №19 Стр 33-34
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Восьмерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань боком между резинками;</li> <li>- подпрыгни и наступи на обе резинки;</li> <li>- впрыгни обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» Докати обруч до флажка»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Тихо-громко». <i>Цель:</i> формировать умение играть сообща, развивать интерес к играм <i>Ход игры:</i> С помощью считалки выбирается водящий, он становится в центр круга и закрывает глаза. Воспитатель дает одному из играющих какой-либо предмет, который можно спрятать (шнурок, ленточка). Все дети кроме водящего знают, у кого предмет. Когда водящий приближается к этому ребенку, дети начинают громко хлопать в ладоши, когда отдаляется — хлопки становятся тише. Игра продолжается до тех пор, пока водящий не найдет предмет. Если ему долго это не удастся, то выбирается другой водящий.</p>						
Октябрь 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег в разном темпе с разными шагами. Бег в рассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке боком и приставным шагом.	-----	Ползание на четвереньках между предметами.	Метание мяча в горизонтальную цель.	Пензулаева НОД №20* Стр 34-35
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Черный паша (Гара паша) (азербайджанские)</p> <p>Из числа играющих выбираются пастух, собака и врун. Остальные изображают овец. Пастух играет на свирели, собаки сидят в засаде, овцы гуляют и как будто едят траву. Вдруг врун зовет пастуха: «Эй, эй, эй, пастух, пастух». Пастух отзывается: «Что тебе?» Врун: «Братец пастух, мой дядя, Черный паша, говорит, что наша черная овца (называет приметы овцы) в вашу отару попала, и просит ее обратно». Пастух подводит вруна к отаре. Тот неожиданно хватает одну из овец (берет игрока за руку) и убегает. Увидев это, собака бежит за ним. Если врун с овцой добежит до своего дома, то собака</p>						

	<p>возвращается, а если собака догонит, то овца возвращается в стадо.          Правила игры. Собака начинает ловить только тогда, когда врун схватил овцу. Ловить в доме вруна нельзя.</p>						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Великаны и гномы». <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу. <i>Ход игры:</i> Водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова «великаны» и «гномы». При слове «великаны», все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове «гномы», все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры. Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова «великаны!» громко и басом, а «гномы» — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или произнося «великаны», водящий приседает, а говоря «гномы» — поднимается на носочки. Темп игры всё ускоряется и все игроки постепенно выбывают. Последний игрок, который не разу не ошибся, становится водящим.</p>						
Октябрь 4-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчет на первый, второй.</p>	<p>Ходьба парами. Ходьба и бег в рассыпную.</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов.</p>	<p>Прыжки на двух ногах на препятствие (на мат).</p>	<p>Пролезание под обруч боком.</p>	<p>-----</p>	<p>Пензулаева НОД №22 Стр 35-37</p>
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;"><b>«Восьмерочки-Буратино Чиполино»</b></p> <p>Буратино-Чиполино — во время прыжка надо успеть сказать «Буратино, Чиполино, Папа Карло и Мальвина».</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань боком между резинками;</li> <li>- подпрыгни и наступи на обе резинки;</li> <li>- впрыгни обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	<p>Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Караси и щука»</p>						
Малоподвижная	<p>Малоподвижная игра «Найдем воробышка (цыпленка и т.д.)». <i>Цель:</i> развивать зрительное внимание,</p>						

игра	интерес к играм <i>Ход игры:</i> Воспитатель заранее прячет в каком-либо месте игрушечного цыпленка и предлагает поискать его. Тот, кто заметит, где находится игрушка, подходит к воспитателю и тихо ему об этом говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, воспитатель разрешает подойти к игрушке и принести ее.						
Октябрь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба парами. Ходьба и бег враспынную.	Ходьба по гимна, скамейке с приседанием и хлопками.	Прыжки на двух ногах на препятствие (на мат).	Ползание на четвереньках с преодолением препятствий.	-----	Пензулаева НОД №23* Стр 37
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Успей пробежать»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Пробеги тихо». Цель: учить бесшумно двигаться. Ход игры. Дети делятся на группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.						

Ноябрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе	Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо; боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чере-						

интеграции образовательных направлений)	дуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м (здоровье, физическая культура); 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 (физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание)						
Ноябрь 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег в колонне по одному с высоким подниманием колена. Бег врассыпную.	Ходьба по гимн, скамейке с с переключением мяча.	Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед.	-----	Бросание мяча друг другу снизу.	Пензулаева Занятие №25 Стр.39-41
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Семерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- одну ногу поставь между резинок, другую – снаружи;</li> <li>- подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;</li> <li>- опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Успей пробежать»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Пробеги тихо». Цель: учить бесшумно двигаться. Ход игры. Дети делятся на группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.						
Ноябрь	Построение в	Ходьба и бег	Ходьба по гимн.	Прыжки на	-----	Перебрасывание	Пензулаева

1-нед. 2-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	в колонне по одному с высоким подниманием колена. Бег врассыпную.	скамейке с переключением мяча.	правой и левой ногой попеременно(2м)		мячей друг другу из-за головы.	Занятие №26* Стр 41
Подвижные игры.	<p>Бита (Шела)(Северо-Осетинские)</p> <p>Бросая по очереди плоский камень (сланцевую пластинку диаметром 10 - 15 см) двое играющих стараются попасть им в шарик, (деревянный или каменный). Расстояние, которое «пробежит» шарик после удара камнем, измеряется ступнями ног. Победителем считается тот, у кого шарик откатится на большее расстояние.</p> <p>Правила игры. Играющие бросают камень строго по очереди.</p> <p>Вариант. В игре могут участвовать две команды. В этом случае игру ведут до определенного счета. Каждый участник команды, бросая камнем в шарик, ведет свой индивидуальный счет. Потом суммируются результаты всех членов команды.</p>						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Пропавшие ручки». <i>Цель:</i> упражнять в умении сочетать движения с текстом. <i>Ход игры:</i> Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.</p> <p>У меня пропали ручки. (<i>Прячут руки за спину.</i>)</p> <p>Где вы, рученьки мои? (<i>Смотрят по сторонам.</i>)</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять,</p> <p>Покажитесь мне опять. (<i>Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.</i>)</p> <p>У меня пропали ножки. (<i>Присаживаются.</i>)</p> <p>Где вы, ноженьки мои? (<i>Охватывают ноги руками.</i>)</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять,</p> <p>Покажитесь мне опять. (<i>Встают, прыгают на месте.</i>)</p>						
Ноябрь 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение колонны по	Ходьба в колонне по одному с изменением направления. Бег между предметами.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге.	Переползание на животе по гимн. скамейке.	Ведение мяча, с продвижением вперед.	Пензулаева Занятие №28 Стр 42-43

	два.						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Семерочки-Слепые»</p> <p>Слепые — с закрытыми глазами</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- одну ногу поставь между резинок, другую – снаружи;</li> <li>- подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;</li> <li>- опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Зеваки» <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу, ходить ровным кругом. <i>Ход игры:</i> Дети идут по кругу друг за другом. По сигналу ведущего «Стоп!» останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются на 180 градусов и начинают движение в обратную сторону. Сделавший ошибку выходит из игры						
Ноябрь 2-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение колонны по два.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления. Бег между предметами.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно.	Ползание на четвереньках, толкая мяч головой.	Ведение мяча в ходьбе.	Пензулаева Занятие №29* Стр43
Подвижные игры.	По программе «Мяч водящему» Л.И.Пензулаева						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Будь аккуратным». <i>Цель:</i> Упражнять детей в ловле и бросании мяча. Закрепить знания о личной гигиене. <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг. Воспитатель в произвольном порядке бросает мячик играющим. Поймавший мяч возвращает его, называя предмет, который помогает быть чистым, аккуратным, следить за собой. <i>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</i>						
Ноябрь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по	Ходьба с изменением темпа. Бег между предметами.	Ходьба по гимнаст. Скамейке боком приставным шагом.	Прыжки вокруг мяча вправо и влево.	Пролезание в обруч прямо, боком.	Ведение мяча одной рукой.	Пензулаева Занятие №31 стр 44-45

	два. Расчёт на первый, второй.						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center">«Шестерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15 -20 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  - встань боком на резинку так, чтобы одна ступня была на одной, а вторая – на другой резинке;  - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;  - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Чье звено скорее соберется»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Вкусно и полезно». <i>Цель:</i> упражнять детей в ловле и бросании мяча, закрепить знание о полезной пище. <i>Ход игры:</i> Дети стоят в кругу. Ведущий бросает мяч ребенку, он ловит и кидает обратно, называя продукт полезной пищи.						
Ноябрь 3-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Ходьба спортивным маршем.	Ходьба в колонне по одному (Изображая гимнастов, акробатов, силачей). Бег конный.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо на носках, руки за голову, между предметами.	Прыжки (ноги врозь, вместе)	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	-Ведение мяча в ходьбе	Пензулаева Занятие №32 стр 45
Подвижные игры.	<p align="center">Борьба за флажки(Северо-Осетинские)</p> <p>В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется флажок, который устанавливается на видном месте и охраняется одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры - завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому играющему, убежать с флажком.  Правила игры. Начинать игру надо по сигналу; в борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.</p>						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Угадай, где постучали?». <i>Цель:</i> Воспитывать внимательность и организованность. <i>Ход игры:</i> Дети стоят по кругу (или сидят). Водящий выходит на середину и закрывает глаза. Воспитатель бесшумно обходит круг позади детей, останавливается возле кого –нибудь из ребят, стучит палочкой и кладет ее в руки ребенка, отходит в сторону и говорит: «Пора!». Стоящий в кругу должен отгадать, где постучали, и подойти к тому, у кого спрятана палочка. Отгадав, он становится на место ребенка, у которого была палочка, тот становится водящим. Если ребенок не отгадает, то он вновь водит. Если второй раз он						

	ошибется, то выбирают нового водящего. В игре дети должны соблюдать тишину.						
Ноябрь 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба с изображением фигур. Бег в рассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове.	Прыжки на правой и левой до предмета.	Подлезание под шнур.	Бросание мяча в игре.	Пензулаева Занятие №34 стр 46-47
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Шестерочки-Мячики»</p> <p>Мячики — обычный прыжок, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - встань боком на резинку так, чтобы одна ступня была на одной, а вторая – на другой резинке; - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног; - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я. Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Хитрая лиса»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Круг-кружочек». <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу, выполнять ходьбу по кругу Дети идут по кругу, взявшись за руки, и произносят слова: <i>«Круг – кружочек, аленький цветочек! Раз, два, три – развернись-ка, Оля, ты!».</i> Названный ребёнок поворачивается спиной в круг, берётся за руки. Дети продолжают произносить слова игры. Как только спиной в круг окажутся 5-6 детей, игра прекращается. <i>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</i></p>						
Ноябрь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по	Ходьба с изображением фигур. Бег в рассыпную.	Ходьба между предметами на носках, руки за головой	Прыжки на правой и левой попеременно.	Пролезание под шнур прямо и боком.	-----	Пензулаева Занятие №35* Стр 47

	два. Расчёт на первый, второй.						
Подвижные игры.	По программе «Ловишки перебежки» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Снежинки». <i>Цель:</i> упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг. Ходьба по кругу; на сигнал воспитателя «Ветер!» дети-снежинки ускоряют шаг и переходят на бег в умеренном темпе. На сигнал «Ветер стих!» постепенно замедляют движение и останавливаются.						

Декабрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние - 3 м), отбивают мяч в движении, лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи (физическая культура); имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (познание, здоровье, коммуникация)						
Декабрь 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег с разным темпом и разными видами бега и ходьбы.	Ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны.	Прыжки через бруски.	-----	Броски мяча друг-другу из-за головы.	Пензулаева Занятие №1 стр 48-49
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих	«Пятерочки» Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.						

упражнениях.	<p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встань боком снаружи от резинки;</li> <li>- зацепив ногой ближайшую к тебе резинку, перепрыгни через дальнюю, чтобы одна нога оказалась в треугольнике между двумя резинками, а другая – снаружи;</li> <li>- второй ногой натяни прямую резинку в сторону так, чтобы получился угол;</li> <li>- выпрыгни, освободив ноги от резинок, в исходное положение.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто скорее»						
Малоподвижная игра	<p>«Котик к печке подошел» Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу. Котик к печке подошел, Котик к печке подошел. Горшок каши он нашел, Горшок каши там нашел. (Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.) А на печке калачи, Ох, вкусны и горячи! (Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.) Пирог в печи пекется (выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх), Они в руки не даются. (Выпрямляются, прячут руки за спину.)</p>						
Декабрь 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег с разным темпом и разными видами бега и ходьбы.	Ходьба по наклонной доске прямо, руки в стороны.	Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура.	-----	Переброска мячей друг другу, в парах	Пензулаева Занятие №2* Стр 49-50
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Жмурки-носильщики (Уарчъхассач) (Северо-Осетинские)</b></p> <p>Готовится место для игры. В одном конце площадки ставят небольшой столик (или скамейку) и на нем раскладывают ровно десять каких-нибудь мелких предметов - это могут быть детские игрушки, камешки и т. д. На другом конце площадки, шагах в десяти - пятнадцати от столика и в трех-четырёх шагах друг от друга, ставят два стула.</p> <p>Из числа играющих выбирают двух носильщиков. Они садятся на стулья лицом к столику, обоим завязывают глаза. Остальные играющие располагаются по краям площадки. Каждый носильщик должен перенести со столика на свой стул пять предметов. Победит тот, кто раньше справится с работой.</p> <p>Правила игры. Оба носильщика начинают игру одновременно по сигналу. Переносить можно только по одному предмету. В ходе игры необходимо следить, чтобы носильщики не сталкивались, идя навстречу друг другу.</p>						
Малоподвижная	«Шел король по лесу». Дети становятся в круг, взявшись за руки. Шел король по лесу, По лесу, по лесу.						

игра	(Ходьба по кругу.) Нашел себе принцессу, Принцессу, принцессу. Давай с тобой попрыгаем, Попрыгаем, попрыгаем. (Прыжки на двух ногах на месте.) И ножками подрыгаем, Подрыгаем, подрыгаем. (Выбрасывают прямые ноги вперед.) И ручками похлопаем, Похлопаем, похлопаем. (Хлопают в ладоши.) И ножками потопаем, Потопаем, потопаем. (Топают ногами на месте.)						
Декабрь 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег по кругу с разным направлением.	Ходьба по линиям периметра,	Прыжки с ноги на ногу, с продвижением вперед.	Ползание на четвереньках между предметами.	Броски вверх и ловля мяча.	Пензулаева Занятие №4 Стр 51-52
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Пятерочки-Помидоры-Огурцы»</p> <p>Помидоры — надуваем щеки; огурцы — втягиваем; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - встань боком снаружи от резинки; - зацепив ногой ближайшую к тебе резинку, перепрыгни через дальнюю, чтобы одна нога оказалась в треугольнике между двумя резинками, а другая – снаружи; - второй ногой натяни прямую резинку в сторону так, чтобы получился угол; - выпрыгни, освободив ноги от резинок, в исходное положение. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Пастух и стадо»						
Малоподвижная игра	«Летает – не летает». Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет различные предметы. Если это то, что летает, дети поднимают руки вверх или в стороны; если то, что не летает, опускают руки. Ведущий может сознательно ошибаться в движениях, многие, подражая ему, тоже могут ошибаться. Задача детей – удержаться и не допустить ошибки.						
Декабрь 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег по кругу с разным направлением.	Ходьба по линиям периметра,	Прыжки попеременно на правой и левой ноге.	Ползание по прямой с толканием мяча головой	Прокатывание мяча	Пензулаева Занятие №5* Стр 52

	Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.						
Подвижные игры.	По программе «Пройдем по мосточку» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	«Это я!» Воспитатель показывает детям, как надо выполнять движения, выразительно произносит текст. Дети выполняют движения, подражая взрослому. Это глазки. Вот! Вот! (Показывают сначала левый, потом правый глаз.) Это ушки. Вот! Вот! (Берутся сначала за левое ухо, потом за правое.) Это нос! Это рот! (Левой рукой показывают рот, правой нос.) Там спинка! Тут живот! (Левую ладонь кладут на спину, правую на живот.) Это ручки! Хлоп, хлоп! (Протягивают обе руки, два раза хлопают.) Это ножки! Топ, топ! (Кладут ладони на бедра, два раза топают.) Ой, устали! Вытрем лоб. (Правой ладонью проводят по лбу.)						
Декабрь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег в рассыпную. Ходьба с командой «Сделай фигуру»	Ходьба по гимн. скамейке, сохраняя равновесие с мешочком на голове	-----	Ползание по гимнастической скамейке на животе.	Перебрасывание мяча с большого диаметра.	Пензулаева Занятие №7 Стр 53-54
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Четверочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань снаружи, лицом к резинке; - перепрыгни через ближнюю, а затем через дальнюю резинку (ноги вместе); - прыгай в исходное положение спиной вперед. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Не оставайся на земле»						
Малоподвижная игра	«Жили-были зайчики». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения. Жили-были зайчики (Показывают руками заячьи ушки.) На лесной опушке, (Разводят руками.)						

	<p>Жили-были зайчики (<i>Приседают и показывают руками над головой крышу дома.</i>)  В маленькой избушке, Мыли свои ушки, (<i>Трут ушки.</i>)  Мыли свои лапочки (<i>Поглаживающие движения рук.</i>)  Наряжались зайчики, (<i>Руки на пояс, повороты вправо-влево.</i>)  Надевали тапочки. (<i>Поочередно выставляют ноги на пяточки.</i>)</p>						
Декабрь 3-нед. 2-зан.	<p>Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.</p>	<p>Ходьба и бег враспынную. Ходьба с командой «Сделай фигуру»</p>	<p>Ходьба по гимн. скамейке, сохраняя равновесие боком приставным шагом.</p>	-----	<p>Ползание на четвереньках с мешочком на голове.</p>	<p>Перебрасывание мячей в парах с низу</p>	<p>Пензулаева Занятие №8* стр 54</p>
Подвижные игры.	<p>Жмурки (Хъуырмарсытай) (Северо-Осетинские)</p> <p>Водящему завязывают глаза. Затем игроки поочередно легко ударяют по ладоням его вытянутых вперед рук. При этом они шепотом спрашивают: «Кто я?» Водящий должен угадать, кто из играющих его ударил. Если он угадает, то тот, кто ударил, становится водящим. Если же водящий три раза подряд не сможет угадать, кто касался его ладоней, то выбирается новый водящий. Игра продолжается. В ней могут участвовать одновременно несколько групп детей.</p> <p>Правила игры. Ладоней водящего не должны касаться одновременно несколько участников. Подсказывать водящему нельзя.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Повстречались». На каждую строчку соединить поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы.</p> <p>Повстречались два котенка: «Мяу-мяу!»,  Два щенка: «Гав-гав!»,  Два жеребенка: «Иго-го!»,  Два тигренка: «Р-р-р!»,  Два быка: «Му-у!».  Смотри, какие рога!</p>						
Декабрь 4-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.</p>	<p>Ходьба и бег по кругу, меняя направление</p>	<p>Ходьба по гимнаст. скамейке между предметами</p>	<p>Прыжки на двух ногах между предметами.</p>	<p>Лазанье на гимнаст. стенку.</p>	-----	<p>Пензулаева Занятие №10 стр 55-57</p>

	Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center">«Четверочки-Широкие»</p> <p>Широкие — ноги расставляют широко, и расстояние между полосками увеличивается; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи, лицом к резинке;</li> <li>- перепрыгни через ближнюю, а затем через дальнюю резинку (ноги вместе);</li> <li>- прыгай в исходное положение спиной вперед.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Удочка»						
Малоподвижная игра	«Кошка выпускает коготки». На счет «один» прижать подушечки пальцев к верхней части ладони и прошипеть, как рассерженная кошка: «Ш-ш-ш!». На счет «два» быстро выпрямить и растопырить пальцы, промякнуть, как довольная киска: «Мяу!». Повторить игру, всякий раз превращаясь то в рассерженного, то в добродушного котенка.						
Декабрь 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй	Ходьба и бег по кругу, меняя направление	Ходьба по гимн. скамейке, сохраняя равновесие боком приставным шагом с мешочком на голове.	Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком в колене.	Лазанье по гимн. стенке ,разноименным способом.	-----	Пензулаева Занятие №11* Стр 57
Подвижные игры.	По программе «Мы веселые ребята» Л.И. Пензулаева						
Малоподвижная игра	Игровое упражнение «Метелица». Дети строятся в колонну по одному. Воспитатель – «Метелица» становится впереди колонны. Все берутся за руки и, не разрывая цепочки, в умеренном темпе передвигаются за воспитателем. «Метелица» ведет детей между игровыми постройками на участке, различными предметами. Через некоторое время все останавливаются и отдыхают; упражнение повторяется.						

Январь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и враспынную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений (физическая культура); проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни (здоровье, физическая культура, социализация, труд, коммуникация)						
Декабрь-Январь 5-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй	Ходьба и бег между кубиками	Ходьба и бег по наклонной доске.	Прыжки на правой и левой ноге между кубиками.	-----	Метание-броски мяча в шеренгах.	Пензулаева Занятие №13 стр 59
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Трочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи, лицом к резинке;</li> <li>- прыгни толчком двумя ногами, зацепив носками ближнюю резинку, через дальнюю;</li> <li>- подпрыгни с поворотом на 180° так, чтобы резинка соскочила с ног, и оказаться лицом к резинкам;</li> <li>- эту же комбинацию проделай в обратном направлении.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень</p>						

	коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Снежные круги»						
Малоподвижная игра	«Давайте вместе с нами!». Дети стоят в рассыпную. Воспитатель вместе с детьми произносит текст и показывает движения. Давайте вместе с нами (поднимают руки в стороны) Потопаем ногами (топают ногами, стоя на месте), Похлопаем в ладоши (хлопают в ладоши). Сегодня день хороший! (Поднимают прямые руки вверх – в стороны.)						
Декабрь-Январь 5-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй	Ходьба и бег между кубиками	Ходьба и бег по наклонной доске.	Прыжки на правой и левой ноге между надувными мячами	-----	Перебрасывание мячей друг-другу	Пензулаева Занятие №14 Стр 60
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Гаккарис (Северо-Осетинские)</p> <p>По кругу на расстоянии 40 - 50 см друг от друга роют небольшие ямки или чертят круги. Игроки приседают в них на корточки. Водящий, прыгая на одной ноге, старается столкнуть кого-нибудь из игроков с места. Игрок считается сбитым, если хотя бы одна его нога сместилась и ступня оказалась за чертой круга. Игра продолжается по договоренности играющих.</p> <p>Правила игры. Игрокам разрешается время от времени касаться руками пола. Водящий не должен ударять ногой сидящего, а слегка только подталкивать его. Сидящим не разрешается поддерживать друг друга, вскакивать, поворачиваться лицом к водящему. По договоренности можно разрешить водящему менять ногу, на которой он прыгает.</p>						
Малоподвижная игра	«Низко-высоко». Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – приседайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.						
Январь 2-нед. 1-зан.	Построение в шеренгу, перестроение шеренг разными способами	Ходьба и бег по кругу.	-----	Прыжки в длину с места	Проползание под дугами на четвереньках	Броски мяча вверх	Пензулаева Занятие №16 Стр 61-62
Прыжки в игровой форме в	<p style="text-align: center;">«Троечки-Рыбы»</p> <p>Рыбы — нельзя говорить не слова;</p>						

общеразвивающих упражнениях.	<p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи, лицом к резинке;</li> <li>- прыгни толчком двумя ногами, зацепив носками ближнюю резинку, через дальнюю;</li> <li>- подпрыгни с поворотом на 180° так, чтобы резинка соскочила с ног, и оказаться лицом к резинкам;</li> <li>- эту же комбинацию проделай в обратном направлении.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Школа мяча»						
Малоподвижная игра	«Шарик». Дети сидят в кругу на ковре (диаметр круга 2 м) и перекатывают через круг шарик (мячик). Стоящий на середине ребенок старается перехватить шарик. Если ему это удастся, тот, кто неудачно прокатил шарик, идет вместо него на середину.						
Январь 2-нед. 2-зан.	Построение в шеренгу, перестроение шеренг разными способами	Ходьба и бег по кругу.	-----	Прыжки в длину с места	Переползание через предметы.	Перебрасывание мячей.	Пензулаева Занятие №17 стр 63
Подвижные игры.	По программе Л.И.Пензулаева «Пробеги – Не задень»						
Малоподвижная игра	«Делай наоборот!». Дети стоят в рассыпную на улице. Воспитатель показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону. Например, воспитатель наклоняется вправо, дети – влево; воспитатель делает шаг вперед, дети – шаг назад и т.д.						
Январь 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй	Ходьба по кругу с выполнением задания	Ходьба с перешагиванием предметов, руки на пояс	Прыжки в упражнении.	Пролезание в обруч боком	Перебрасывание мячей друг другу	Пензулаева Занятие №19 Стр 63-64
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Двочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p>						

	<p>- стань боком снаружи от резинки;          - прыгни, наступив двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на ближнюю резинку;          - подпрыгнув с поворотом на 180°, наступи двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на дальнюю резинку;          - эту же комбинацию проделай в обратном направлении.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кегли»						
Малоподвижная игра	«Овощи и фрукты». Дети стоят шеренгой или в рассыпную по залу. Педагог называет различные овощи (дети должны быстро присесть) и фрукты (поднять руки). Те, кто ошибся, делают шаг вперед. Побеждают дети, сделавшие меньше ошибок.						
Январь 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй	Ходьба по кругу с выполнением задания	Ходьба с перешагиванием предметов, с мешочком на голове	Прыжки в упражнении	Пролезание в обруч правым и левым боком.	Перебрасывание мячей друг другу	Пензулаева Занятие №20 стр 64
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Игра в колокол (Заробана) (ГРУЗИНСКИЕ)</p> <p>На площадке чертится круг диаметром 5 м, от которого на расстоянии 10 - 12 м ставится флажок на подставке (или стойке высотой 1 - 1,5м).          Десять - двенадцать игроков становятся внутри круга (у самой линии), берутся за руки и, расставив их в стороны, образуют колокол. Один игрок назначается языком колокола, который двигается внутри круга и повторяет: «Сломаю колокол...» Внезапно он подбегает к какой-нибудь паре детей и пытается разорвать их сцепленные руки - сломать колокол. В случае если языку это удастся, он бежит по направлению к флажку, а его преследуют те двое игроков, между которыми он разорвал круг.          Если убегающий успеет дотронуться до флажка раньше, чем его осалят преследователи, он имеет право еще раз выполнить эту же роль. В случае, если его осалят (коснутся рукой), то ловишка занимает место языка, а остальные двое игроков встают в круг. Если же убегающего одновременно осалят оба догоняющих, то языком становится один из них по жребию, а другой вместе с бывшим языком становится в круг.          Правила игры. Языка можно салить только до того, пока он не коснулся флажка. Во время преследования языка пробегать через круг запрещается. Прорывать круг между одними и теми же игроками запрещается. После каждого прорыва рекомендуется смещать колокол вправо или влево на</p>						

	несколько мест. С целью усложнения игры колокол может постоянно медленно двигаться вправо или влево (по указанию ведущего).						
Малоподвижная игра	«Низко-высоко». Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – присядайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.						
Январь 4-нед. 1-зан.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну.	Ходьба и бег по кругу с поворотом.	Ходьба по гимнастической скамейке, разным шагом	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Лазанье на гимн.стенку.	Ведение мяча в прямом направлении	Пензулаева Занятие №22 Стр 65-66
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Двочки-Пожарные»</p> <p>Пожарные — прыгать очень быстро; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань боком снаружи от резинки; - прыгни, наступив двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на ближнюю резинку; - подпрыгнув с поворотом на 180°, наступи двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на дальнюю резинку; - эту же комбинацию проделай в обратном направлении. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кегли»						
Малоподвижная игра	«Шарик». Дети сидят в кругу на ковре (диаметр круга 2 м) и перекатывают через круг шарик (мячик). Стоящий на середине ребенок старается перехватить шарик. Если ему это удастся, тот, кто неудачно прокатил шарик, идет вместо него на середину.						
Январь 4-нед. 2-зан.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну.	Ходьба и бег по кругу с поворотом.	Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой	Прыжки через шнуры.	Лазанье на гимн.стенку	Ведение мяча до обозначенного места	Пензулаева Занятие №23 Стр 66
Подвижные игры.	По программе Л.И. Пензулаева «Хитрая лиса»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Белые медведи» Цель: учить красиво идти хороводом, соединять движение со словами; развивать ловкость. <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг, взявшись за руки. Хороводом идут по кругу вместе с педагогом, который произносит текст.						

	<p>Как на горке снег, снег  И под горкой снег, снег. (Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом.)  И под елкой снег, снег,  И на елке снег, снег. (Идут к центру круга.)  А под елкой спит медведь.  Тише, тише! Не буди, Сядь на место, не шуми! (Присаживаются на корточки.)</p>	
--	--	--

Февраль							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную; перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками (физическая культура); сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения (социализация, здоровье, физическая культура, коммуникация)</p>						
Февраль 1-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу.  Проверка осанки и равнения.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, в рассыпную.</p>	<p>Ходьба по гимн. Скамейке, руки в стороны.</p>	<p>Прыжки через бруски.</p>	<p>-----</p>	<p>Бросание мячей в корзину.</p>	<p>Пензулаева  Занятие №25  стр 68-69</p>
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Единички»  Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  - стань снаружи спиной к резинке;  - оттолкнись двумя ногами и, зацепив пятками ближайшую резинку, запрыгни на дальнюю;  - выпрыгни, освободив ноги от резинок, и приземляясь за резинкой и лицом к ней.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						

Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Перебежки»						
Малоподвижная игра	«Флюгер». Играющие встают шеренгой или врассыпную. Воспитатель называет стороны света, каждой соответствует определенное действие: север – руки на пояс; юг – руки на голову; восток – руки вверх; запад – руки вниз.						
Февраль 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному, в рассыпную.	Бег по гимнастической скамейке.	Прыжки через бруски правым и левым боком.	-----	Забрасывание мяча в корзину двумя руками.	Пензулаева Занятие №26 стр 69
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Ударь жгутом! (Кочинчара) (ГРУЗИНСКИЕ)</p> <p>На площадке чертится круг диаметром 6 - 10 м (в зависимости от количества участников). Игроки становятся в круг. Один из них по жребию или по назначению - кочинчара, который на одной ноге преследует игроков и ударом мягкого жгута (длиной 50 - 60 см) старается осалить их. Игроки, используя обманные движения, стараются избежать ударов. После осаливания одного-двух игроков избирается новый кочинчара. Если кочинчаре не удалось в течение 10 - 15 секунд осалить кого-нибудь из игроков, его заменяют другим, более ловким. При смене кочинчара новому передается жгут, а старый кочинчара присоединяется к остальным игрокам.</p> <p>Правила игры. Игрокам, кроме кочинчары, не разрешается выходить за пределы круга. Кто выйдет за круг, считается осаленным и он временно выходит из игры до смены кочинчары. Кочинчара не имеет права менять ногу. Осаливать жгутом разрешается только ниже колена.</p>						
Малоподвижная игра	«Угадай, чей голосок» Играющие стоят по кругу; водящий выходит в середину, закрывает глаза. Дети идут по кругу, читая стихотворение: Мы составили всех в круг, повернемся разом вдруг. А как скажем: скок – скок – скок, угадай, чей голосок. Слова «скок – скок – скок» произносит, тот ребенок до которого дотронулся педагог. Если ребенок ошибается – снова закрывает глаза. Игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.						
Февраль 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег по кругу взявши за руки, врассыпную с расстановкой.	-----	Прыжки в длину с места.	Лазание – подлезание под дугу.	Отбивание мяча об пол одной рукой.	Пензулаева Занятие №28 стр 70-71
Прыжки в игровой	«Единички-Морковь»						

форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>Морковка — один конец узкий, другой — широкий;          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи спиной к резинке;</li> <li>- оттолкнись двумя ногами и, зацепив пятками ближайшую резинку, запрыгни на дальнюю;</li> <li>- выпрыгни, освободив ноги от резинок, и приземляясь за резинкой и лицом к ней.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Накинь кольцо»						
Малоподвижная игра	<p>«Пропавшие ручки». Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.          У меня пропали ручки. <i>(Прячут руки за спину.)</i>          Где вы, рученьки мои? <i>(Смотрят по сторонам.)</i>          Раз, два, три, четыре, пять,          Покажите мне опять. <i>(Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.)</i>          У меня пропали ножки. <i>(Присаживаются.)</i>          Где вы, ноженьки мои? <i>(Охватывают ноги руками.)</i>          Раз, два, три, четыре, пять,          Покажите мне опять. <i>(Встают, прыгают на месте.)</i></p>						
Февраль 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег по кругу взявши за руки, враспынную с расстановкой	-----	Прыжки в длину с места.	Ползание на четвереньках между предметами.	Перебрасывание мяча одной рукой.	Пензулаева Занятие №29 стр 71
Подвижные игры.	По программе Л.И. Пензулаева «Не оставайся на снегу»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Белые медведи» Цель: учить красиво идти хороводом, соединять движение со словами; развивать ловкость. <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг, взявшись за руки. Хороводом идут по кругу вместе с педагогом, который произносит текст.</p> <p>Как на горке снег, снег          И под горкой снег, снег. <i>(Поворачиваются в обратную сторону, идут хороводом.)</i>          И под елкой снег, снег,</p>						

	<p>И на елке снег, снег. (Идут к центру круга.)  А под елкой спит медведь.  Тише, тише! Не буди, Сядь на место, не шуми! (Присаживаются на корточки.)</p>						
Февраль 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Перестроение в три колонны	Ходьба и бег между предметами.	Перешагивание через шнур, соблюдая равновесие.	Прыжки из упражнения.	Подлезание под палку.	Метание мешочков в вертикальную цель.	Пензулаева Занятие №31 стр. 71-72
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Березка»  Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  -встаем к резиночке боком.  -сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку,  -затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Белки в лесу»						
Малоподвижная игра	<p>«Дом». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.  На опушке дом стоит, (Складывают ладони «домиком» над головой.)  На дверях замок висит, (Смыкают ладони «в замок».)  За дверями стоит стол, (Накрывают правой ладонью кулачок левой руки.)  Вокруг дома частокол. (Руки перед собой, пальцы растопыривают.)  «Тук-тук-тук – дверь открой!» (Стучат кулачком по ладони.)  «Заходите, я не злой!» (Руки в стороны, ладони вверх.)</p>						
Февраль 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Перестроение в три колонны	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба на носках между кеглями.	Прыжки из упр.	Ползание под гимн. Скамейке на четвереньках.	Метание мешочков вертикальную цель.	Пензулаева Занятие №32 стр. 72-73
Подвижные игры.	Защитник (Давлаоба) (ГРУЗИНСКИЕ)						

	<p>На площадке чертится круг диаметром 2 - 3 м. В игре участвуют восемь - десять человек.</p> <p>Двое из них по жребию идут в центр круга: один присаживается на корточки, а второй (защитник) кладет ему руку на голову и, не отнимая ее от головы, обходит сидящего товарища то справа, то слева. Остальные игроки, свободно расположившись за кругом, стараются коснуться сидящего рукой, а защитник стремится их осалить (коснуться рукой или ногой). Если защитнику удастся это сделать, то осаленный занимает место сидящего, сидящий становится защитником, а последний присоединяется к остальным игрокам.</p> <p>Игра каждой пары длится не более 2 - 3 минут.</p> <p>Правила игры. Осаливание не засчитывается, если защитник отнял руку от головы сидящего. Ногой разрешается осаливать только ниже колена. Мешать защитнику (толкать, дергать) запрещается. В случае некорректного поведения игрок выводится из игры.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Дерево, пенек, снег». Дети образуют круг и двигаются по кругу.</p> <p>Воспитатель объясняет правила игры: на слово «дерево» дети поднимают руки вверх, на слово «пенек» – разводят в стороны, на слово «снег» опускают руки вниз, касаясь снега.</p> <p>Взрослый вразбой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения. Тот, кто ошибается, выходит из игры.</p>						
Февраль 4-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе.</p>	<p>Ходьба по гимн. Скамейке, руки на пояс.</p>	<p>Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед.</p>	<p>Лазание на гимн. Стенку.</p>	<p>Отбивание мяча в ходьбе.</p>	<p>Пензулаева Занятие №34 стр.73-74</p>
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Березка» «Мячики»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке боком.</p> <p>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики;</p> <p>-затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики;</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						

Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто скорее до флага»						
Малоподвижная игра	«Капуста – редиска». Воспитатель объясняет правила игры: на слово «капуста» нужно поднять руки вверх, а на слово «редиска» – хлопнуть в ладоши. Затем взрослый в произвольном порядке произносит эти слова, а дети выполняют движения. Усложнить игру можно ускорением или добавлением еще одного слова (например, на слово «морковка» – прыжок на месте).						
Февраль 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе.	Ходьба по гимн. Скамейке, руки за головой.	Прыжки с ноги на ногу между предметами.	Лазание на гимн. стенку.	Бросание мяча вверх.	Пензулаева Занятие №35 стр. 74-75
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева. «Гонки санок»						
Малоподвижная игра	«Котик к печке подошел». Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог становится в круг вместе с играющими. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. Котик к печке подошел, Котик к печке подошел. <i>(Идут по кругу, взявшись за руки.)</i> Горшок каши он нашел, Горшок каши там нашел. <i>(Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.)</i> А на печке калачи, Ох, вкусны и горячи! <i>(Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.)</i> Пирог в печи пекется, <i>(Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.)</i> Они в руки не даются. <i>(Выпрямляются, прячут руки за спину.)</i>						

Март							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий, стр.
Целевые ориентиры	Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают						

развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве (физическая культура, познание); сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека (здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, познание)						
Март 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному с поворотами в другую сторону.	Ходьба по канату боком приставным шагом.	Прыжки из обруча в обруч.	-----	Перебрасывание мяча друг другу.	Пензулаева Занятие №1 стр. 76-77
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Пешеходы»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке боком.</p> <p>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку,</p> <p>- затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Пожарные на учении»						
Малоподвижная игра	«Овощи и фрукты». Дети стоят в шеренге или врассыпную. Воспитатель называет различные овощи и фрукты. Если назван овощ, то дети должны быстро присесть, а если фрукт – поднять руки вверх. Игроки, которые ошиблись, делают шаг вперед. Побеждают игроки, сделавшие меньше ошибок.						
Март 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному с поворотами в другую сторону.	Ходьба по канату боком с мешочком на голове.	Прыжки на двух ногах через предметы.	-----	Переброска мячей друг другу.	Пензулаева Занятие №2 стр 77-78
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Взятие в плен (Герои) (АРМЯНСКИЕ)</p> <p>После жеребьевки участники двух команд становятся в две шеренги на расстоянии 3 - 5 м друг от друга. Каждый ряд в своей правой стороне чертит на расстоянии пяти-шести шагов круг диаметром 2,5 м - это</p>						

	<p>убежище для пленников. Получив право начать игру, первый номер одной команды подбегает к первому номеру другой команды и становится перед ним. Тот вытягивает одну руку, чтобы противник ударил его по ладони, и тут же готовится в беге поймать его. Игрок из первой команды ударяет три раза по вытянутой руке соперника, стараясь после третьего удара быстро и ловко убежать на свое место. Если ему не удастся убежать, он попадает в плен. После первых номеров соперничают вторые номера команд. Победителем становится та команда, которая смогла взять в плен больше пленных. Правила игры. Игрок вытягивает вперед руку, не сгибая ее в предплечье. Ударять три раза по ладони можно снизу или сверху. Не рекомендуется ударять выше локтя. При преследовании нельзя толкать противника. Вариант. В конце игры можно освободить пленных. Это делает игрок, уверенный в своих силах. Он, ударив три раза по руке противника, бежит в сторону убежища и, хлопая рукой по руке каждого пленника, освобождает всех из плена, затем бежит на свое место. Преследователь в этом случае имеет право опять ловить убегающих и снова пленить их.</p> <p>Правила игры. Пленные не должны выходить за пределы круга навстречу освободителю. Освобожденный из плена игрок сам может стать освободителем. При освобождении пленных или при преследовании игроков остальные участники игры не имеют права вмешиваться. Нельзя забегать за черту другой команды.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«По дорожке». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. Раз, два, три, четыре, пять, Будем ноги разминать. Мы шагаем по дороге, Поднимаем выше ноги. (Ходьба на месте.) И по этой же дорожке Скачем мы на правой ножке. (Подскоки на правой ноге.) А теперь еще немножко На другой поскачем ножке. (Подскоки на левой ноге.) По тропинке побежим, До лужайки добежим. (Бег на месте.) На лужайке, на лужайке Мы попрыгаем, как зайки. (Прыжки на месте на двух ногах.) Мы похлопаем в ладошки, Пусть попляшут наши ножки. (Произвольные танцевальные движения.) Стоп. Присядем – отдохнем. (Приседание.) И назад пешком пойдем. (Ходьба на месте.)</p>						
Март	Построение в	Ходьба и бег	-----	Прыжки в	Ползание на	Метание	Пензулаева

2-нед. 1-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	по кругу с изменением направления.		высоту с разбега.	четвереньках между предметами.	мешочков в вертикальную цель.	Занятие №4 стр. 79-80
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Пешеходы» «Пожарные»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке боком, но прыгать очень быстро, как пожарные;</p> <p>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, но прыгать очень быстро, как пожарные;</p> <p>- затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть, но прыгать очень быстро, как пожарные;</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Быстрее по местам»						
Малоподвижная игра	<p>«Дом». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.</p> <p>На опушке дом стоит, (Складывают ладони «домиком» над головой.)</p> <p>На дверях замок висит, (Смыкают ладони «в замок».)</p> <p>За дверями стоит стол, (Накрывают правой ладонью кулачок левой руки.)</p> <p>Вокруг дома частокол. (Руки перед собой, пальцы растопыривают.)</p> <p>«Тук-тук-тук – дверь открой!» (Стучат кулачком по ладони.)</p> <p>«Заходите, я не злой!» (Руки в стороны, ладони вверх.)</p>						
Март 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на	Ходьба и бег по кругу с изменением направления.	-----	Прыжки в высоту с разбега.	Ползание на четвереньках по прямой.	Метание мешочков в вертикальную цель.	Пензулаева Занятие №5 стр. 80

	первый, второй.						
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «Ловкие ребята»						
Малоподвижная игра	<p>«Ручки – ножки». Дети стоят в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.          Все захлопали в ладоши – <i>(Хлопают в ладоши.)</i>          Дружно, веселее! <i>(Стучат ножками.)</i>          Застучали наши ножки          Громче и быстрее.          По коленочкам ударим – <i>(Хлопают по коленкам.)</i>          Тише, тише, тише.          Ручки, ручки поднимаем – <i>(Медленно поднимают руки.)</i>          Выше, выше, выше!          Завертелись наши ручки, <i>(Поворачивают кисти рук то вправо, то влево.)</i>          Снова опустились. <i>(Опускают руки.)</i>          Покружились, покружились          И остановились. <i>(Останавливаются.)</i></p>						
Март 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба со сменной темпа и шага.	Ходьба по гимн. скамейке боком с заданиями.	Прыжки вправо, влево через шнур.	Лазание по гимн. скамейке с опорой на ладони и ступни.	-----	Пензулаева Занятие №7 стр. 81-82
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Ступеньки»          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          -встаем к резиночке лицом.          -прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу, но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.          -перепрыгиваем на вторую половину, меняя ноги.          -выпрыгиваем из резиночки и повторяем еще раз, в обратную сторону.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Затейники»						
Малоподвижная	«Три медведя». Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.						

игра	<p>Три медведя шли домой. <i>(Маршируют на месте.)</i>  Папа был большой-большой, <i>(Поднимают руки вверх.)</i>  Мама чуть поменьше ростом, <i>(Вытягивают руки вперед на уровне груди.)</i>  А сынок – малютка просто. <i>(Ставят руки на пояс.)</i>  Очень маленький он был,  С погремушками ходил. <i>(Имитируют игру с погремушкой.)</i></p>						
Март 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба со сменной темпа и шага.	Ходьба по гимн. скамейке боком с заданиями.	Прыжки из обруча в обруч.	Ползание по гимн. скамейке на четвереньках.	-----	Пензулаева Занятие №8 стр. 82
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Беспокойный мяч (Анангист гндак) (АРМЯНСКИЕ)</b></p> <p>В центре поля чертят большой круг диаметром 3 - 4 м. Играют две команды: одни защитники, другие - нападающие. Защитники входят в круг, а нападающие окружают их за чертой, отойдя друг от друга на одинаковое расстояние. Получив мяч от ведущего, они три раза подряд перебрасывают мяч над кругом. Это условие для начала игры. В это время нападающие не имеют права ударять находящихся в кругу, а те не могут прыгать и ловить мяч.</p> <p>После трех перебросов нападающие стараются уловить момент и ударить по кругу. Кто находится в кругу, старается избежать ударов защищается, т. е. ловит мяч или стремится удержать его в кругу. В случае удачной защиты играющие меняются ролями.</p> <p>Правила игры. Если удар нападающих достиг цели и мяч вылетел из круга, то защитник, в которого попал мяч, выбывает из игры. Если мяч не достиг цели, из игры выходит тот нападающий, который бросал мяч.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«У меня, у тебя» Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.</p> <p>У меня, <i>(Показывают руками на себя.)</i>  У тебя <i>(Разводят руки, показывая на соседей.)</i>  Блестящие глазки, <i>(Показывают глазки.)</i>  У меня, у тебя – чистые ушки. <i>(Показывают ушки.)</i>  Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки. <i>(Хлопают в ладоши.)</i>  Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке. <i>(Прыгают на месте.)</i>  У меня, у тебя аленькие губки, <i>(Показывают глазки.)</i>  У меня, у тебя розовые щечки.  Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки.  Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке.</p>						
Март 4-нед.	Построение в одну шеренгу.	Ходьба по гимн.	Ходьба на носках между предметами,	Прыжки из упр.	Лазание под шнур боком.	Метание мешочков в	Пензулаева Занятие №10

1-зан.	Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	скамейке боком с заданиями..	руки за головой.			горизонтальную цель.	стр. 83-84
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Ступеньки» «Широкие»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Ноги двое игроков расставляют широко, и расстояние между полосками увеличивается;  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  -встаем к резиночке лицом.  -прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу, но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.  -перепрыгиваем на вторую половину, меняя ноги.  -выпрыгиваем из резиночки и повторяем еще раз, в обратную сторону.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто больше соберет»						
Малоподвижная игра	<p>«У меня есть все» Перед началом игры дети ложатся на ковер, руки вдоль тела, вытягиваются. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.  Есть у кровати спинка, (Приподнимают голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.)  А у чайника – носик, (Садятся, приставляют два кулачка к носу, один за другим.)  А у тумбочки – ножки, (Садятся на корточки.)  А у кастрюли – ручки. (Руки ставят на пояс или к плечам.)  А в этой большой кастрюле (Встают и показывают кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг.)  Есть очень вкусный компот. («Заглядывают» в кастрюлю.)  А у меня —  И ножки, (Показывают ножки.)  И ручки, (Показывают ручки.)  И носик, (Показывают носик.)  И спинка, (Показывают спинку.)  И вот еще что —  Очень голодный живот! (Показывают живот.)</p>						

Март 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба по гимн. скамейке боком с заданиями..	Ходьба с перешагиванием через предметы.	Прыжки из упр.	Ползание на четвереньках между предметами.	Метание мешочков в горизонтальную цель.	Пензулаева Занятие №11 стр. 84
Подвижные игры.	По программе Л.И. Пензулаева «Прокати»						
Малоподвижная игра	«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки. Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»						

Апрель							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Могут 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; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения (физическая культура, музыка); следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной 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 (познание, здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, музыка)						

Апрель 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег по кругу	Ходьба по гимн. скамейке, руки в стороны	Прыжки через бруски.	-----	Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	Пензулаева Занятие №13 стр. 86-87
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Бантики»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу. Но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.</p> <p>-не отпуская резиночку, прыгаем на вторую половину.</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кольцо на палочке»						
Малоподвижная игра	<p>«Колобок» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий, развивать слуховое внимание через игру. Мяч для этой игры может быть любого размера. Покидать свое место игрокам нельзя. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий. Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к нему.</p> <p>Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Апрель 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег по кругу	Ходьба по гимн. скамейке с передачей мяча.	Прыжки на двух ногах.	-----	Броски мяча вверх одной рукой.	Пензулаева Занятие №14 стр. 87
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Цветы и ветерки (Царик ев каминер) (АРМЯНСКИЕ)</p> <p>В середине площадки на расстоянии 2 м проводятся две черты, за ними на расстоянии 10 - 15 м проводятся еще две черты. Каждая команда - цветы и ветерки - стоит перед внутренней чертой лицом к команде соперников. Игру начинают цветы, заранее выбравшие себе имя - название цветка. «Здравствуйте, ветерки!» - говорят они. «Здравствуйте, цветы!» - отвечают ветерки. «Ветерки, ветерки! -</p>						

	<p>обращаются к ним цветы. - Угадайте наши имена!»</p> <p>Ветерки начинают перечислять названия цветов. И как только угадывают, цветы убегают за вторую черту.</p> <p>Правила игры. По числу пойманных определяются очки. После одной игры команды меняются ролями. Играя условное число раз, определяют победителя по сумме очков.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«ЩУКА» Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. Игра проводится с мячом. Дети стоят по кругу. Выбирается Щука. Она выходит на середину круга.</p> <p>Мимо леса мимо дач, Плыл по речке Красный мяч. Увидала щука: — Что это за штука? Хвать, хвать. Не поймать. Мячик вынырнул опять. Он пустился Дальше плыть.</p> <p>Выходи, тебе водить! На первые четыре строки стихотворения дети перекатывают мяч от одного к другому через центр круга (мимо Щуки). На пятую строку стихотворения мяч перекатывается Щуке, которая берет мяч, произнося текст шестой строки, и как бы разглядывает мяч. На первые три строки второй строфы стихотворения Щука ударяет мячом об пол, произнося этот текст, на четвертую строку она перекатывает мяч снова детям, которые продолжают перекатывать его снова от одного к другому через середину. Тот ребенок, на которого пришлись слова «Тебе водить», выходит с мячом в середину. Он становится Щукой. Игра повторяется. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель»</p>						
Апрель 2-нед. 1-зан.	<p>Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.</p>	<p>Ходьба и бег между предметами.</p>	-----	<p>Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>Пролезание в обруч прямо и боком.</p>	<p>Прокатывание обручей друг другу.</p>	<p>Пензулаева Занятие №16 стр. 88-89</p>
Прыжки в игровой	«Бантики» «Слепые»						

форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу. Но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху и с закрытыми глазами</p> <p>-не отпуская резиночку, прыгаем на вторую половину и опять с закрытыми глазами.</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки, глаза открываем.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Летчики»						
Малоподвижная игра	<p>«Кто ушел?» Цель: Развивать внимательность, сообразительность. Умение быстро найти недостающего. Запрещается подглядывать, можно назначить ведущего ребенка.</p> <p>Дети строятся в круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Педагог дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Педагог разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушел?» Если водящий отгадал, то он встает в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а вышедший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий, открыв глаза, должен назвать его. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Апрель 2-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег между предметами.	-----	Прыжки на месте через короткую скакалку.	Пролезание в обруч.	Прокатывание обручей друг другу.	Пензулаева Занятие №17 стр. 89
Подвижные игры.	По программе. Л. И. Пензулаева «Догони обруч»						
Малоподвижная игра	<p>«Летает -не летает» Цель: Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе.</p> <p>Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим</p> <p>Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например, самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Апрель	Построение в	Ходьба с	Ходьба по гимн.	Прыжки из	Ползание по	Метание	Пензулаева

3-нед. 1-зан.	одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	выполнением заданий.	скамейке с перешагиванием.	упражнения .	прямой и через скамейку.	мешочков в вертикальную цель.	Занятие №19 стр. 89-91
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Платочек»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем, чтобы встать на дальнюю половинку резинки, зацепив при этом ближнюю.</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки.</p> <p>-в другом варианте — не встаем, а перпрыгиваем вторую.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кольцо на палочке»						
Малоподвижная игра	"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Ведущий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого ведущий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет. Интерактивные технологии: «хоровод».						
Апрель 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба с выполнением заданий.	Ходьба по гимн. скамейке .	Прыжки из упр.	Ползание по «медвежьи».	Метание мешочков.	Пензулаева Занятие №20 стр. 91
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Филин и пташки (русские народные)</p> <p>Перед началом игры дети выбирают для себя названия тех птиц, голосу которых они смогут подражать. Например, голубь, ворона, галка, воробей, синица, гусь, утка, журавль и др.</p> <p>Играющие выбирают филина. Он уходит в свое гнездо, а играющие тихо, чтобы не услышал филин, придумывают, какими птицами они будут в игре. Птицы летают, кричат, останавливаются и приседают. Каждый игрок подражает крику и движениям той птицы, которую он выбрал.</p> <p>На сигнал «Филин!» все птицы стараются быстрее занять место в своем доме. Если филин успеет кого-то поймать, то он должен угадать, что это за птица. Только верно названная птица становится филином.</p> <p>Правила игры. Дома птиц и дом филина нужно располагать на возвышении. Птицы улетают в гнездо по сигналу или как только филин поймает одну из них.</p>						
Малоподвижная	"Водяной" Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества.						

игра	<p>Дедушка - Водяной!          Что сидишь ты под водой?          Выйди, выйди хоть на час.          Угадай кого из нас!          Запрещается подглядывать. Можно усложнить игру - выбрать 2 водяного. Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Апрель 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба по канату богом, приставным шагом.	Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.	Лазание на гимн. стенку.	Метание мешочков в вертикальную цель.	Пензулаева Занятие №22 стр. 91-93
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Платочек» «Липы»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.          -прыгаем, чтобы встать на дальнюю половинку резинки, зацепив при этом ближнюю и прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;          -выпрыгиваем за пределы резиночки, прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;          -в другом варианте — не встаем, а перпрыгиваем вторую и также прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Блошки»						
Малоподвижная игра	<p>«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.</p> <p>Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекачивается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в</p>						

	игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».						
Апрель 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба на носках между предметами.	Прыжки-перепрыгивания через шнур вправо и влево.	Лазание на гимн. стенку.	-----	Пензулаева Занятие №23 стр. 93
Подвижные игры.	По программе» Л.И. Пензулаева «Пробеги не задень»						
Малоподвижная игра	«Топор». Цель: развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу. Ведущему нельзя показывать, кому он дал предмет. Взял Егор в углу топор, С топором пошел во двор. Стал Егор чинить забор, Потерял Егор топор. Вот и ищет до сих пор, Поищи и ты топор! Ведущий (сначала взрослый) прячет в ладонях одного из играющих маленький предмет (топорик). Стихотворение произносят хором. Тот из играющих, на кого пришлось слово топор, идет его искать <u>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</u>						

Май							
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции)	Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (Вес 1 кг); прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта (физическая культура, музыка); сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в						

образовательных направлений)	ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость (социализация, здоровье, физическая культура)						
Май 1-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному с поворотами.	Ходьба по гимн. скамейке с перешагиванием.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	-----	Броски мяча о стену.	Пензулаева Занятие №25 стр. 94-95
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Конфета»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем внутри перекрещивающихся сзади впереди резиночек (по форме получается «конфета», «завернутая» с двух сторон).</p> <p>-подпрыгиваем, чтобы она раскрутилась. Нужно приземлиться, встав одно ногой на одну половину резиночки, другой — на другую.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Акулы»						
Малоподвижная игра	<p>«Найдите различия» Цель: развивать внимание, память, умение действовать по сигналу. Ведущий должен определить, что изменилось у игроков. Тот, у кого он нашел больше всего изменений, и будет водить. Все садятся в круг. Для игры нужно, чтобы играющие внимательно осмотрели друг друга. Когда ведущий выходит из комнаты, участники должны произвести небольшие перемены в своем облике: заколоть волосы, забинтовать палец, расстегнуть пуговицу.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Май 1-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба в колонне по одному с поворотами.	Ходьба по гимн. скамейке боком, приставным шагом с заданиями.	Прыжки по переменной на левой и правой ноге.	-----	Проведи мяч, стр. 95 №26**	Пензулаева Занятие №26 стр. 95-96
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Краски (русские народные)</p> <p>Участники игры выбирают хозяина и двух покупателей. Остальные игроки - краски. Каждая краска придумывает себе цвет и тихо называет его хозяину. Когда все краски выбрали себе цвет и назвали его</p>						

	<p>хозяину, он приглашает одного из покупателей. Покупатель стучит:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Тук, тук!</li> <li>- Кто там?</li> <li>- Покупатель.</li> <li>- Зачем пришел?</li> <li>- За краской.</li> <li>- За какой?</li> <li>- За голубой.</li> </ul> <p>Если голубой краски нет, хозяин говорит: «Иди по голубой дорожке, найди голубые сапожки, поноси да назад принеси!» Если же покупатель угадал цвет краски, то краску забирает себе.</p> <p>Идет второй покупатель, разговор с хозяином повторяется. И так они подходят по очереди и разбирают краски. Выигрывает покупатель, который набрал больше красок. Если покупатель не отгадал цвет краски, хозяин может дать и более сложное задание, например: «Скачи на одной ножке по голубой дорожке».</p> <p>Правила игры. Хозяином становится покупатель, который угадал больше красок.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Статуи» Цель: развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам. Нужно кидать мяч прямо в руки. Внимательно слушать ведущего. Эту игру лучше играть большим мячом. Игроки становятся по кругу и перебрасывают мяч друг другу руками. Кто не поймает мяч, получает наказание: продолжает игру, стоя на одной ноге. Если в такой позе ему удастся поймать мяч, то наказание снимается; он становится на обе ноги. Если же совершается еще одна ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает мяч, ему прощаются все наказания, и он продолжает игру, стоя на обеих ногах. А если постигнет неудача, придется выбыть из игры.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Май 2-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег с перешагиваем через шнуры.	-----	Прыжки в длину с разбега.	Ползание по прямой на ладонях и ступнях.	Перебрасывание мяча друг другу двумя руками.	Пензулаева Занятие №28 стр. 96-97
Прыжки в игровой форме в	<p>«Конфета» «Буратино Чиполино»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь,</p>						

<p>общеразвивающих упражнениях.</p>	<p>растягивают резиночку на высоте 15-20 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          Во время прыжка надо успеть сказать «Буратино, Чиполино, Папа Карло и Мальвина».          -встаем внутри перекрещивающихся сзади впереди резиночек (по форме получается «конфета», «завернутая» с двух сторон).          -подпрыгиваем, чтобы она раскрутилась. Нужно приземлиться, встав одно ногой на одну половину резиночки, другой — на другую.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
<p>Подвижная игра.</p>	<p>Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Чудесный шарик»</p>						
<p>Малоподвижная игра</p>	<p>«Чем все закончилось» Цель: развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.          В игре используется сказочный сюжет. Прочитайте начало сюжета и попросите продолжить его. Осенним солнечным днем отправились зайчонок и ежонок в лес по грибы. Зайчонок поднял красивый березовый лист и увидел гриб. «Я нашел гриб в красной шапке!» - радостно закричал он. Ежонок посмотрел на гриб и сказал....          Интерактивные технологии: работа в малых группах (тройках), «цепочка», «карусель», «аквариум», «большой круг»</p>						
<p>Май 2-нед. 2-зан.</p>	<p>Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.</p>	<p>Ходьба и бег с перешагиваем через шнуры.</p>	<p>-----</p>	<p>Прыжки в длину с разбега</p>	<p>Лазание под дугу.</p>	<p>Забрасывание мяча в корзину.</p>	<p>Пензулаева Занятие №29 стр. 97</p>
<p>Подвижные игры.</p>	<p>Птицелов (русские народные)          Играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого - птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев:          В лесу, во лесочке,          На зеленом дубочке,          Птички весело поют,</p>						

	<p>Ай! Птицелов идет! Он в неволю нас возьмет, Птицы, улетайте! Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом. Правила игры. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.</p>						
Малоподвижная игра	<p>"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло, горячо...помогая найти спрятанный предмет. Интерактивные технологии: «хоровод».</p>						
Май 3-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег врассыпную между предметами.	Ходьба по гимн. скамейке боком с заданиями.	Прыжки из упр.	Пролезание в обруч правым и левым боком.	Броски мяча о пол.	Пензулаева Занятие №31 стр. 98-99
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Пожарные на учении»						
Малоподвижная игра	<p>«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч. Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекачивается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Май 3-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения.	Ходьба и бег врассыпную между предметами.	Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове.	Прыжки из упр.	Лазание в обруч прямо и боком.	Броски мяча о пол.	Пензулаева Занятие №32 стр. 99
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Кто быстрее»						

Малоподвижная игра	<p>«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу          Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки.          Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара.          Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»</p>						
Май 4-нед. 1-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Расчёт на первый, второй.	Ходьба и бег разными темпами.	Ходьба с перешагиваем через предметы.	Прыжки через кегли.	Ползание по гимн. скамейке на животе.	-----	Пензулаева Занятие №34 стр. 100-101
Подвижные игры. Л.И. Пензулаева «Караси и щука»							
Малоподвижная игра	<p>«Найди пару» Цель: развивает навыки классифицирования и сортировки, зрительно-двигательную координацию, моторику рук, мыслительные навыки. На стол выкладывают предметы, которые сочетаются друг с другом по каким-либо признакам. Перемешивают их. Детям предлагается взять любой предмет и найти к нему пару, а также объяснить, потом почему он считает эти предметы парными. Собираются различные предметы, которые сочетаются друг с другом (карандаши, бумага, носок и ботинок, замок и ключ и т.д.). Раскладывают предметы на столе и перемешивают. Детей усаживают либо, деля на команды, либо в парах за стол, или по одному. Взрослый выбирает любой предмет и просит ребенка найти ему пару (или ребенок выбирает предмет самостоятельно). Если ребенок находит пару, ее откладывают в сторону. Берут следующий предмет и повторяют тоже самое. Игра продолжается до тех пор, пока все предметы не будут собраны по парам. Вместо предметов можно использовать картинки с предметами.          Интерактивные технологии: работа в парах, хоровод, цепочка.</p>						
Май 4-нед. 2-зан.	Построение в одну шеренгу. Проверка осанки и равнения. Построение в колонну по	Ходьба и бег разными темпами.	Ходьба с перешагиваем через бруски.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно.	Ползание по гимн. скамейке на животе.	-----	Пензулаева Занятие №35 стр. 101

	два. Расчёт на первый, второй.						
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Не оставайся на земле»						
Малоподвижная игра	Л.И. Пензулаева «Передай мяч в колонне»						

Неделя, заня-тия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)

Июнь 1-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, объяснение задания; перестроение в колонну по одному;	ходьба в колонне, перешагивая через скакалки, положенные на расстоянии 40 см одна от другой. Воспитатель напоминает, что перешагивать надо попеременно правой и левой ногой, сохраняя координацию движений в ходьбе. Бег в	Ходьба по бревну, руки свободно балансируют (2—3 раза).	Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед на расстояние 8—10 м(2—3 раза).	----- -----	Метание мешочков в корзину (обруч) с расстояния 3 м (5—6 раз).	Пензулаева №1 Стр102-103
-------------------------------	---	---	---	--	----------------	--	-----------------------------

		колонне по одному в среднем темпе; перестроение в три колонны (по ходу движения взять кегли).					
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Догони свою пару»						
Малоподвижная игра	<p>«Как живешь?» Цель: развивать у детей умения правильно описывать движения и проговаривать одновременно, мыслительные навыки, координацию движения. Выбирается ведущий. Ребенок показывает движения, а остальные дети повторяют за ним. Игру можно усложнить разделить детей на команды и под руководством взрослого команды выполняют движения. Во время игры можно включить негромкую музыку.</p> <p>Как живешь? Вот так!</p> <p>Показать большие пальцы обе их рук, направленные вверх.</p> <p>Как идешь? — Вот так!</p> <p>Маршировать.</p> <p>Как бежишь? — Вот так?</p> <p>Бег на месте.</p> <p>Ночью спишь? — Вот так!</p> <p>Ладони соединить и положить на них голову (щекой)</p> <p>Как берешь? — Вот так!</p> <p>Прижать ладонь к себе.</p> <p>А даешь? — Вот так!</p> <p>Выставить ладошку вперед.</p> <p>Как шалишь? — Вот так!</p> <p>Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним.</p> <p>Как грозишь? — Вот так!</p> <p>Погрозить пальцем вперед, или друг другу.</p> <p>Интерактивные технологии: работа в малых группах (тройках), «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Июнь 1-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, объяснение	Ходьба в колонне,	Ходьба по бревну, руки на поясе (2—3	Прыжки на двух ногах с	----- -----	Прокатывание набивных	Пензулаева №2 Стр104

	задания; перестроение в колонну по одному;	перешагивая через скакалки, положенные на расстоянии 40 см одна от другой. Воспитатель напоминает, что перешагивать надо попеременно правой и левой ногой, сохраняя координацию движений в ходьбе. Бег в колонне по одному в среднем темпе; перестроение в три колонны (по ходу движения взять кегли).	раза).	мешочком, зажатым между колен (расстояние 5 м) — 2—3 раза.		мячей в прямом направлении (3—4 раза).	
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Не оставайся на полу»						
Малоподвижная игра	«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки. Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары						

	проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»						
Июнь 2-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба на носках, пятках в чередовании с обычной ходьбой;	Бег на скорость (на 20 м), затем переход на бег без ускорения, и так несколько раз.	----- -----	Прыжок в высоту с разбега, способом согнув ноги (5—6 раз).	Подлезание под шнур в группировке .	Метание мячей (мешочков) на дальность (5—6 раз).	Пензулаева №4 Стр104-105
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Совушка»						
Малоподвижная игра	«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч. Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».						
Июнь 2-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба на носках, пятках в чередовании с обычной ходьбой;	Бег на скорость (на 20 м), затем переход на бег без ускорения, и так несколько раз.	----- -----	Прыжок в высоту с разбега способом согнув ноги (5—6 раз).	Подлезание под 3—4 дуги (2—3 раза).	Прокатывание набивных мячей в прямом направлении (до предмета), развивая ловкость и силовые качества (3—4 раза).	Пензулаева №5 Стр106
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Бездомный заяц»						

Малоподвижная игра	<p>"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло, горячо...помогая найти спрятанный предмет. Интерактивные технологии: «хоровод».</p>						
Июнь 3-неделя 1-занятие	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя перестроение в колонну по два в движении. Предварительно воспитатель предлагает рассчитаться на первый и второй; вторые номера подходят к первым и идут парами, в колонне по два. На следующий сигнал перестроение в колонну по одному также в движении.</p>	<p>Бег шеренгами на скорость — отрезок в 20 м. Сначала по сигналу воспитателя бежит первая шеренга, дети второй наблюдают; затем приглашается вторая подгруппа детей, и так в чередовании с отдыхом несколько раз.</p>	<p>Ходьба на носках между шнурами (ширина 15 см), руки за головой (2—3 раза).</p>	<p>----- -----</p>	<p>Лазанье по гимнастической стенке изученными способами (каждый ребенок выбирает удобный для себя способ лазанья) — 2—3 раза.</p>	<p>Перебрасывание мячей друг другу одной рукой из-за головы и ловля их двумя руками (8—10 раз).</p>	<p>Пензулаева №7 Стр106-107</p>
Подвижные игры.	<p>Бита (Шела) (Северо-Осетинские) Бросая по очереди плоский камень (сланцевую пластинку диаметром 10 - 15 см) двое играющих стараются попасть им в шарик, (деревянный или каменный). Расстояние, которое «пробежит» шарик после</p>						

	<p>удара камнем, измеряется ступнями ног. Победителем считается тот, у кого шарик откатится на большее расстояние.</p> <p>Правила игры. Играющие бросают камень строго по очереди.</p> <p>Вариант. В игре могут участвовать две команды. В этом случае игру ведут до определенного счета. Каждый участник команды, бросая камнем в шарик, ведет свой индивидуальный счет. Потом суммируются результаты всех членов команды.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру.</p> <p>Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.</p> <p>Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекачивается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Июнь 3-неделя 2-занятие	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя перестроение в колонну по два в движении. Предварительно воспитатель предлагает рассчитаться на первый и второй; вторые номера подходят к первым и идут парами, в колонне по два.</p>	<p>Бег шеренгами на скорость — отрезок в 20 м. Сначала по сигналу воспитателя бежит первая шеренга, дети второй наблюдают; затем приглашается вторая подгруппа детей, и так в чередовании с отдыхом несколько раз.</p>	<p>Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе (2—3 раза).</p>	<p>----- -----</p>	<p>Лазанье по гимнастической стенке, ходьба по четвертой рейке и спуск вниз (2—3 раза).</p>	<p>Прокатывание набивных мячей друг другу двумя руками снизу (рис. 25) сильным отталкиванием вперед в руки партнеру (расстояние между детьми 4 м) — 5—6 раз.</p>	<p>Пензулаева №8 Стр107-108</p>

	На следующий сигнал перестроение в колонну по одному также в движении.						
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Пустое место»						
Малоподвижная игра	«Найдите различия» Цель: развивать внимание, память, умение действовать по сигналу. Ведущий должен определить, что изменилось у игроков. Тот, у кого он нашел больше всего изменений, и будет водить. Все садятся в круг. Для игры нужно, чтобы играющие внимательно осмотрели друг друга. Когда ведущий выходит из комнаты, участники должны произвести небольшие перемены в своем облике: заколоть волосы, забинтовать палец, расстегнуть пуговицу. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Июнь 4-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба, на команду «Аист» - остановиться, встать на одной ноге, подогнув вторую, руки в стороны, ходьба; на сигнал: «Зайцы» - выполнить три прыжка на двух ногах;	Бег враспынную	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс(2-3 раза)	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах, продвигаясь вперед (Дистанция 10 м), повторить (2-3 раза)	Лазанье по гимнастической скамейке, переход на другой пролет спск вниз(2-3 раза)	----- ---	Пензулаева №10 Стр108-109
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Черный паша (Гара паша) (азербайджанские)</p> <p>Из числа играющих выбираются пастух, собака и врун. Остальные изображают овец. Пастух играет на свирели, собаки сидят в засаде, овцы гуляют и как будто едят траву. Вдруг врун зовет пастуха: «Эй, эй, эй,</p>						

	<p>пастух, пастух». Пастух отзывается: «Что тебе?» Врун: «Братец пастух, мой дядя, Черный паша, говорит, что наша черная овца (называет приметы овцы) в вашу отару попала, и просит ее обратно». Пастух подводит вруна к отаре. Тот неожиданно хватается одну из овец (берет игрока за руку) и убегает. Увидев это, собака бежит за ним. Если врун с овцой добежит до своего дома, то собака возвращается, а если собака догонит, то овца возвращается в стадо.</p> <p>Правила игры. Собака начинает ловить только тогда, когда врун схватил овцу. Ловить в доме вруна нельзя.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Топор». Цель: развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу. Ведущему нельзя показывать, кому он дал предмет.</p> <p>Взял Егор в углу топор, С топором пошел во двор. Стал Егор чинить забор, Потерял Егор топор. Вот и ищет до сих пор, Поищи и ты топор! Ведущий (сначала взрослый) прячет в ладонях одного из играющих маленький предмет (топорик). Стихотворение произносят хором. Тот из играющих, на кого пришлось слово топор, идет его искать. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Июнь 4-неделя 2-занятие	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба, на команду «Аист» - остановиться, встать на одной ноге, подогнув вторую, руки в стороны, ходьба; на сигнал: «Зайцы» - выполнить три прыжка на двух ногах;</p>	<p>Бег враспынную</p>	<p>Равновесие –ходьба с высоким подниманием колен и перешагиванием через набивные мячи, или бруски, руки на пояс (2-3 раза)</p>	<p>----- -----</p>	<p>Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; спуск, не пропуская реек</p>	<p>----- ----</p>	<p>Пензулаева №11 Стр110</p>

Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»»Эстафета с обручами»						
Малоподвижная игра	«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч. Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».						

Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)							
Июль 1-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба по кругу, по сигналу изменить направление движения и	Бег по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить бег, бег врассыпную	Ходьба по наклонному бревну, руки свободно балансируют (2-3 раза)	Прыжки в высоту с разбега(5-6раз)	----- ---	Перебрасывание мячей друг другу(10-12раз)	Пензулаева №13 Стр110-111

	продолжить ходьбу						
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Птицелов (русские народные)</p> <p>Играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого - птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев:</p> <p>В лесу, во лесочке, На зеленом дубочке, Птички весело поют, Ай! Птицелов идет! Он в неволю нас возьмет, Птицы, улетайте!</p> <p>Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом.</p> <p>Правила игры. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.</p>						
Малоподвижная игра	<p>"Водяной" Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества.</p> <p>Дедушка - Водяной! Что сидишь ты под водой? Выйди, выйди хоть на час. Угадай кого из нас!</p> <p>Запрещается подглядывать. Можно усложнить игру - выбрать 2 водяного. Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Июль 1-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба по кругу, по сигналу изменить направление движения и	Бег по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить бег, бег врассыпную	Ходьба по наклонному бревну боком приставным шагом	Прыжки в высоту с разбега(5-6раз)	----- ----	Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах расстояние 3 м (10-12раз)	Пензулаева №14 Стр111

	продолжить ходьбу						
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Эстафета по кругу»						
Малоподвижная игра	"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Ведущий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого ведущий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет. Интерактивные технологии: «хоровод».						
Июль 2-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках.	Бег между кубиками в рассыпную.	----- ----	Прыжок в длину с разбега (5-браз)	Пролезание в обруч (под дугу) боком в группировке (5-браз)	Броски малого мяча вверх одной рукой, и ловля его двумя руками после хлопка в ладоши 910-12 раз)	Пензулаева №16 Стр113-114
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Заря (русские народные)</p> <p>Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих - заря - ходит сзади с лентой и говорит:  Заря-зарница,  Красная девица,  По полю ходила,  Ключи обронила,  Ключи золотые,  Ленты голубые,  Кольца обвитые -  За водой пошла!  С последними словами ведущий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется.</p> <p>Правила игры. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока ведущий выбирает, кому положить на плечо платок.</p>						
Малоподвижная игра	«Летает -не летает» Цель: Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим. Дети идут в колонне по одному. Педагог называет						

	различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Июль 2-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках.	Бег между кубиками в рассыпную.	----- -----	Прыжок в длину с разбега (5-браз)	Лазанье под шнур прямо и боком	Бросание мяча вверх и вниз, ловля его одной рукой и двумя руками	Пензулаева №17 Стр114
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Море волнуется»						
Малоподвижная игра	«Кто ушел?» Цель: Развивать внимательность, сообразительность. Умение быстро найти недостающего. Запрещается подглядывать, можно назначить ведущего ребенка. Дети строятся в круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Педагог дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Педагог разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушел?» Если водящий отгадал, то он встает в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а выходивший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий, открыв глаза, должен назвать его. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Июль 3-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну; по сигналу воспитателя ходьба с выполнением заданий: на слово – «Зайцы»-три прыжка на двух ногах (как зайки), ходьба	Бег в рассыпную	Равновесие –ходьба по наклонному бревну (2-3 раза)	Прыжки между набивными мячами	----- -	Метание мешочков в корзину правой и левой рукой снизу (5-6 раз)	Пензулаева №19 Стр114-115

	врассыпную. На слово «Аист» - остановиться, встать на одной ноге, подогнув вторую, руки на пояс.						
Подвижные игры.	<p>Чья шеренга победит? (Кимин чэркэси гэлэбэ чалды?) (Азербайджанские)</p> <p>Играющие делятся на две равные команды. Два игрока, по одному из каждой команды, становятся лицом друг к другу перед начерченной на земле линией. Держа друг друга за пояс, по сигналу стараются перетянуть противника к себе. Проигравший переходит в команду выигравшего.</p> <p>Правила игры. Начинать игру следует с определенного места. Побеждает тот, кто перетянул соперника на свою сторону.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«ЩУКА» Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. Игра проводится с мячом. Дети стоят по кругу. Выбирается Щука. Она выходит на середину круга.</p> <p>Мимо леса мимо дач, Плыл по речке Красный мяч. Увидала щука: — Что это за штука? Хвать, хвать. Не поймать. Мячик вынырнул опять. Он пустился Дальше плыть. Выходи, тебе водить! На первые четыре строки стихотворения дети перекатывают мяч от одного к другому через центр круга (мимо Щуки). На пятую строку стихотворения мяч перекатывается Щуке, которая берет мяч, произнося текст шестой строки, и как бы разглядывает мяч. На первые три строки второй строфы стихотворения Щука ударяет мячом об пол, произнося этот текст, на четвертую строку она перекатывает мяч снова детям, которые продолжают перекатывать его снова от одного к другому через середину. Тот ребенок, на которого пришлись слова «Тебе водить», выходит с мячом в середину. Он становится Щукой. Игра повторяется. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель»</p>						
Июль 3-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, проверка осанки и	Бег врассыпную	Ходьба по горизонтальному бревну, 2-3 раза	Прыжки на правой и левой ноге между кубиками(кегля	----- -	Метание мешочков в даль правой и левой	Пензулаева №20 Стр115-116

	равнения, перестроение в колонну; по сигналу воспитателя ходьба с выполнением заданий: на слово – «Зайцы»-три прыжка на двух ногах (как зайки), ходьба враспынную. На слово «Аист» - остановиться, встать на одной ноге, подогнув вторую, руки на пояс.			ми) 2-3 раза		рукой (обозначает ориентир), (5-6 раз)	
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто скорее снимет Ленту»						
Малоподвижная игра	«Колобок» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий, развивать слуховое внимание через игру. Мяч для этой игры может быть любого размера. Покидать свое место игрокам нельзя. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий. Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к нему. Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Июль 4-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба	Ходьба и бег между предметами	Равновесие-ходьба по бревну, свободно балансируя руками (2-3 раза)	Прыжки через короткую скакалку	Лазанье на гимнастическую стенку, переход на другой пролет	----- -----	Пензулаева №22 Стр116-117

	с выполнением заданий для рук по сигналу воспитателя; ходьба и бег между предметами.				пропуская реек (2 раза)		
Подвижные игры.	<p>Борьба за флажки(Северо-Осетинские)</p> <p>В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется флажок, который устанавливается на видном месте и охраняется одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры - завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому играющему, убежать с флажком.</p> <p>Правила игры. Начинать игру надо по сигналу; в борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу</p> <p>Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки.</p> <p>Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»</p>						
Июль 4-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий для рук по сигналу воспитателя; ходьба и бег между предметами.	Ходьба и бег между предметами	Равновесие-ходьба по горизонтальному бревну (2 раза)	Прыжки через короткую скакалку с промежуточным прыжком	Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, в индивидуальном темпе	----- -----	Пензулаева №23 Стр117
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Волк во рву»						
Малоподвижная игра	«У меня есть все» Перед началом игры дети ложатся на ковер, руки вдоль тела, вытягиваются. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. Есть у кровати спинка, (Приподнимают голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.)						

	<p>А у чайника – носик, (Садятся, приставляют два кулачка к носу, один за другим.)</p> <p>А у тумбочки – ножки, (Садятся на корточки.)</p> <p>А у кастрюли – ручки. (Руки ставят на пояс или к плечам.)</p> <p>А в этой большой кастрюле (Встают и показывают кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг.)</p> <p>Есть очень вкусный компот. («Заглядывают» в кастрюлю.)</p> <p>А у меня —И ножки, (Показывают ножки.) И ручки, (Показывают ручки.) И носик, (Показывают носик.) И спинка, (Показывают спинку.) И вот еще что —Очень голодный живот! (Показывают живот.)</p>	
--	--	--

Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.

Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)

Август 1-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить ходьбу	Бег по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить бег, бег врассыпную	Ходьба по наклонному бревну, руки свободно балансируют (2-3 раза)	Прыжки в высоту с разбега(5-6раз)	----- ---	Перебрасывание мячей друг другу(10-12раз)	Пензулаева №13 Стр110-111
---------------------------------	---	---	---	-----------------------------------	--------------	---	---------------------------

Подвижные игры.	<p>Птицелов (русские народные)</p> <p>Играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого - птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев:</p> <p>В лесу, во лесочке, На зеленом дубочке, Птички весело поют, Ай! Птицелов идет!</p>						
-----------------	---	--	--	--	--	--	--

	<p>Он в неволю нас возьмет, Птицы, улетайте! Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом. Правила игры. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.</p>						
Малоподвижная игра	<p>"Водяной" Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества. Дедушка - Водяной! Что сидишь ты под водой? Выйди, выйди хоть на час. Угадай кого из нас! Запрещается подглядывать. Можно усложнить игру - выбрать 2 водяного. Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Август 1-неделя 2-занятие	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить ходьбу</p>	<p>Бег по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить бег, бег врассыпную</p>	<p>Ходьба по наклонному бревну боком приставным шагом</p>	<p>Прыжки в высоту с разбега(5-6раз)</p>	<p>----- ----</p>	<p>Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах расстояние 3 м (10-12раз)</p>	<p>Пензулаева №14 Стр111</p>
Подвижные игры.	<p>Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Эстафета по кругу»</p>						
Малоподвижная игра	<p>"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет. Интерактивные технологии: «хоровод».</p>						
Август 2-неделя	<p>Построение в шеренгу,</p>	<p>Бег между кубиками</p>	<p>----- ----</p>	<p>Прыжок в длину с разбега (5-</p>	<p>Пролезание в обруч (под дугу)</p>	<p>Броски малого мяча</p>	<p>Пензулаева №16</p>

1-занятие	перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках.	врассыпную.		браз)	боком в группировке (5-браз)	вверх одной рукой, и ловля его двумя руками после хлопка в ладоши 910-12 раз)	Стр113-114
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Заря (русские народные)</b></p> <p>Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих - заря - ходит сзади с лентой и говорит:  Заря-зарница,  Красная девица,  По полю ходила,  Ключи обронила,  Ключи золотые,  Ленты голубые,  Кольца обвитые -  За водой пошла!  С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется.  Правила игры. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому положить на плечо платок.</p>						
Малоподвижная игра	«Летает -не летает» Цель: Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим. Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Август 2-неделя 2-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках.	Бег между кубиками врассыпную.	----- -----	Прыжок в длину с разбега (5-браз)	Лазанье под шнур прямо и боком	Бросание мяча вверх и вниз, ловля его одной рукой и двумя руками	Пензулаева №17 Стр114

Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Море волнуется»						
Малоподвижная игра	«Кто ушел?» Цель: Развивать внимательность, сообразительность. Умение быстро найти недостающего. Запрещается подглядывать, можно назначить ведущего ребенка. Дети строятся в круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Педагог дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Педагог разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушел?» Если водящий отгадал, то он встает в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а вышедший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий, открыв глаза, должен назвать его. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Август 3-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну; по сигналу воспитателя ходьба с выполнением заданий: на слово – «Зайцы»-три прыжка на двух ногах (как зайки), ходьба врассыпную. На слово «Аист» - остановиться, встать на одной ноге, подогнув вторую, руки на пояс.	Бег врассыпную	Равновесие –ходьба по наклонному бревну (2-3 раза)	Прыжки между набивными мячами	----- -	Метание мешочков в корзину правой и левой рукой снизу (5-6 раз)	Пензулаева №19 Стр114-115
Подвижные игры.	<p>Чья шеренга победит? (Кимин чэркэси гэлэбэ чалды?) (Азербайджанские)</p> <p>Играющие делятся на две равные команды. Два игрока, по одному из каждой команды, становятся лицом друг к другу перед начерченной на земле линией. Держа друг друга за пояс, по сигналу стараются</p>						

	<p>перетянуть противника к себе. Проигравший переходит в команду выигравшего.</p> <p>Правила игры. Начинать игру следует с определенного места. Побеждает тот, кто перетянул соперника на свою сторону.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«ЩУКА» Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. Игра проводится с мячом. Дети стоят по кругу. Выбирается Щука. Она выходит на середину круга.</p> <p>Мимо леса мимо дач, Плыл по речке Красный мяч. Увидала щука: — Что это за штука? Хвать, хвать. Не поймать. Мячик вынырнул опять. Он пустился Дальше плыть. Выходи, тебе водить! На первые четыре строки стихотворения дети перекачивают мяч от одного к другому через центр круга (мимо Щуки). На пятую строку стихотворения мяч перекачивается Щуке, которая берет мяч, произнося текст шестой строки, и как бы разглядывает мяч. На первые три строки второй строфы стихотворения Щука ударяет мячом об пол, произнося этот текст, на четвертую строку она перекачивает мяч снова детям, которые продолжают перекачивать его снова от одного к другому через середину. Тот ребенок, на которого пришлись слова «Тебе водить», выходит с мячом в середину. Он становится Щукой. Игра повторяется. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель»</p>						
Август 3-неделя 2-занятие	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну; по сигналу воспитателя ходьба с выполнением заданий: на слово – «Зайцы»-три</p>	<p>Бег враспынную</p>	<p>Ходьба по горизонтальному бревну, 2-3 раза</p>	<p>Прыжки на правой и левой ноге между кубиками(кеглями) 2-3 раза</p>	<p>----- -</p>	<p>Метание мешочков в даль правой и левой рукой (обозначается ориентир), (5-6 раз)</p>	<p>Пензулаева №20 Стр115-116</p>

	прыжка на двух ногах (как зайки), ходьба враспынную. На слово «Аист» - остановиться, встать на одной ноге, подогнув вторую, руки на пояс.						
Подвижные игры.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто скорее снимет Ленгу»						
Малоподвижная игра	«Колобок» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий, развивать слуховое внимание через игру. Мяч для этой игры может быть любого размера. Покидать свое место игрокам нельзя. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий. Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к нему. Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Август 4-неделя 1-занятие	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий для рук по сигналу воспитателя; ходьба и бег между предметами.	Ходьба и бег между предметами	Равновесие-ходьба по бревну, свободно балансируя руками (2-3 раза)	Прыжки через короткую скакалку	Лазанье на гимнастическую стенку, переход на другой пролет спуск вниз, не пропуская реек (2 раза)	----- -----	Пензулаева №22 Стр116-117
Подвижные игры.	Борьба за флажки(Северо-Осетинские) В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется флажок, который устанавливается на видном месте и охраняется						

	<p>одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры - завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому играющему, убежать с флажком.</p> <p>Правила игры. Начинать игру надо по сигналу; в борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу</p> <p>Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки.</p> <p>Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»</p>						
Август 4-неделя 2-занятие	<p>Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий для рук по сигналу воспитателя; ходьба и бег между предметами.</p>	<p>Ходьба и бег между предметами</p>	<p>Равновесие-ходьба по горизонтальному бревну (2 раза)</p>	<p>Прыжки через короткую скакалку с промежуточным прыжком</p>	<p>Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, в индивидуальном темпе</p>	<p>----- -----</p>	<p>Пензулаева №23 Стр117</p>
Подвижные игры.	<p>Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Волк во рву»</p>						
Малоподвижная игра	<p>«У меня есть все» Перед началом игры дети ложатся на ковер, руки вдоль тела, вытягиваются. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.</p> <p>Есть у кровати спинка, (Приподнимают голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.)</p> <p>А у чайника – носик, (Садятся, приставляют два кулачка к носу, один за другим.)</p> <p>А у тумбочки – ножки, (Садятся на корточки.)</p> <p>А у кастрюли – ручки. (Руки ставят на пояс или к плечам.)</p> <p>А в этой большой кастрюле (Встают и показывают кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг.)</p> <p>Есть очень вкусный компот. («Заглядывают» в кастрюлю.)</p> <p>А у меня —И ножки, (Показывают ножки.) И ручки, (Показывают ручки.) И носик, (Показывают носик.) И спинка, (Показывают спинку.) И вот еще что —Очень голодный живот! (Показывают живот.)</p>						

**Подготовительная группа**

**Сентябрь**

Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической 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; двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м) (физическая культура); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (социализация, коммуникация)</p>						
Сентябрь 1-нед. 1-зан.	<p>Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному(10м) в чередовании с бегом(20м) Бег враспынную, бег с нахождением места.</p>	<p>Ходьба по линиям периметра. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку с мешочком на голове.</p>	<p>Прыжки на двух ногах на месте, через шнуры(раст.40см)</p>	-----	<p>Перебрасывание мяча друг-другу двумя руками снизу по 12-15 раз (раст 3м).</p>	Диагностика
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Ловишки»						
Малоподвижная игра	<p>«Найди пару» Цель: развивает навыки классифицирования и сортировки, зрительно-двигательную координацию, моторику рук, мыслительные навыки. На стол выкладывают предметы, которые сочетаются друг с другом по каким-либо признакам. Перемешивают их. Детям предлагается взять любой предмет и найти к нему пару, а также объяснить, потом почему он считает эти предметы парными. Собираются различные предметы, которые сочетаются друг с другом (карандаши, бумага, носок и ботинок, замок и ключ и т.д.). Раскладывают предметы на столе и перемешивают. Детей усаживают либо, деля на команды, либо в парах за стол, или по одному. Взрослый выбирает любой предмет и просит ребенка найти ему пару (или ребенок выбирает предмет самостоятельно). Если ребенок находит пару, ее откладывают в сторону. Берут следующий предмет и повторяют тоже самое. Игра продолжается до тех пор, пока все предметы не</p>						

	будут собраны по парам. Вместо предметов можно использовать картинки с предметами. Интерактивные технологии: работа в парах, хоровод, цепочка.						
Сентябрь 1-нед. 2-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба в колонне по одному(10м) в чередовании с бегом(20м) Бег врассыпную, бег с нахождением места. (Закреплять)	Ходьба по линиям периметра. Ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая через мячи, руки на пояс.	Прыжки на двух ногах на месте, через мячи (5-6шт; расстояние 40 см)	-----	Переброска мячей двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (дистанция 3м)	Диагностика
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Догони свою пару»						
Малоподвижная игра	<p>«Как живешь?» Цель: развивать у детей умения правильно описывать движения и проговаривать одновременно, мыслительные навыки, координацию движения. Выбирается ведущий. Ребенок показывает движения, а остальные дети повторяют за ним. Игру можно усложнить разделить детей на команды и под руководством взрослого команды выполняют движения. Во время игры можно включить негромкую музыку.</p> <p>Как живешь? Вот так! Показать большие пальцы обе их рук, направленные вверх. Как идешь? — Вот так! Маршировать. Как бежишь? — Вот так? Бег на месте. Ночью спишь? — Вот так! Ладони соединить и положить на них голову (щекой) Как берешь? — Вот так! Прижать ладонь к себе. А даешь? — Вот так! Выставить ладошку вперед. Как шалишь? — Вот так! Надуть щеки и кулачками мягко ударить по ним. Как грозишь? — Вот так!</p>						

	Погрозить пальцем вперед, или друг другу. Интерактивные технологии: работа в малых группах (тройках), «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Сентябрь 2-нед 1-зан.	Перестроение в три колонны.	Ходьба с разными положениями рук. Бег в колонне по одному в умеренном темпе	Ходьба по линиям периметра.	Прыжки врозь, вместе. Прыжок с доставкой предмета в высоту с разбега. (Высота с роста ребенка 5-браз)	Лазанье под шнур не касаясь руками пола присев. (3-4 раза)	Перебрасывание мяча через шнур друг-другу двумя руками из-за головы(раст .4м)	Диагностика
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Не оставайся на полу»						
Малоподвижная игра	«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки. Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»						
Сентябрь 2-нед 2-зан.	Перестроение в три колонны	Ходьба с разными положениями рук. Бег в колонне по одному в умеренном темпе	Ходьба по линиям периметра.	Прыжки ноги врозь, вместе. Прыжки на двух ногах между предметами (дистанция 6-8 расстояние между предметами 50см)	«Крокодил» Дети друг друга держат по очереди за ноги и на руках перебираются	Перебрасывание мяча друг-другу двумя руками снизу из положения по 12-15 раз (раст 3м).	Диагностика
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Совушка»						
Малоподвижная игра	«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч. Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».						

Сентябрь 3-нед. 1-за.н	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному. Бег в умеренном темпе.	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопанием под коленом в ладоши.	Прыжки на двух ногах на месте(20прыжков)	Ползание по гимнастической скамейке на животе.	Подбрасывание мяча одной рукой, а ловля двумя руками.	Пензулаева НОД №7 Стр. 15-16
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Десяточки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стать боком снаружи от резинки; - впрыгнуть внутрь резинок; - выпрыгнуть наружу то слева, то справа. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Бездомный заяц»						
Малоподвижная игра	"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Ведущий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого ведущий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно... тепло, горячо... помогая найти спрятанный предмет. Интерактивные технологии: «хоровод».						
Сентябрь 3-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному. Бег в умеренном темпе.	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот в среднем темпе, затем пройти дальше.	Прыжки на двух ногах на месте(20прыжков)	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (по медвежьей)	Бросание мяча левой и правой рукой попеременно	Пензулаева НОД №8* Стр. 16
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Бита (Шела) (Северо-Осетинские)</p> <p>Бросая по очереди плоский камень (сланцевую пластинку диаметром 10 - 15 см) двое играющих стараются попасть им в шарик, (деревянный или каменный). Расстояние, которое «пробежит» шарик после удара камнем, измеряется ступнями ног. Победителем считается тот, у кого шарик откатится на большее расстояние.</p>						

	<p>Правила игры. Играющие бросают камень строго по очереди.          Вариант. В игре могут участвовать две команды. В этом случае игру ведут до определенного счета. Каждый участник команды, бросая камнем в шарик, ведет свой индивидуальный счет. Потом суммируются результаты всех членов команды.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру.          Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч.          Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекатывается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Сентябрь 4-нед. 1-зан	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег по кругу в чередовании.	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши и пойти дальше.	Прыжки из обруча в обруч. Прыжки врозь, вместе.	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.	----- -	Пензулаева НОД №10 Стр.16-17
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Десяточки-Липы»          Липы — то же, только прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          - стать боком снаружи от резинки;          - впрыгнуть внутрь резинок;          - выпрыгнуть наружу то слева, то справа.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Горелки»						
Малоподвижная игра	<p>«Чем все закончилось» Цель: развивать память, умственные способности. Пополнять словарный запас ребенка.          В игре используется сказочный сюжет. Прочитайте начало сюжета и попросите продолжить его. Осенним солнечным днем отправились зайчонок и ежонок в лес по грибы. Зайчонок поднял красивый березовый лист и увидел гриб. «Я нашел гриб в красной шапке!» - радостно закричал он. Ежонок посмотрел на гриб и сказал....</p>						

	Интерактивные технологии: работа в малых группах (тройках), «цепочка», «карусель», «аквариум», «большой круг»						
Сентябрь 4-нед 2-зан	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег по кругу в чередовании.	Ходьба боком, приставным шагом, с перешагиванием через предметы.	Прыжки на правой и левой ноге, через шнуры(раст50см)	Лазанье в обруч правым и левым боком.	----- -	Пензулаева НОД №11* Стр.18
Подвижные игры.	<p>Изюминка (Кишмиши) (азербайджанские)</p> <p>На площадке чертится круг (диаметр круга зависит от количества играющих). Дети делятся на две равные группы. По жребию одна команда входит в круг, вторая остается за кругом. Нескольким игрокам второй команды даются мячи, но так, чтобы стоящие в кругу не знали, у кого мяч. Дети с мячами условно нумеруются так, чтобы номер каждого игрока знали только игрок и водящий. Все ходят по кругу. Водящий называет номер одного из игроков. Тот быстро бросает мяч, стараясь осалить игрока, находящегося в кругу. Осаленный игрок выбывает из игры. Если кидавший мяч не попадает в игрока, то он сам выбывает из игры, а мяч передает другому. Игра продолжается до тех пор, пока в команде останется один человек. Правила игры. Бросает мяч с места только тот, чей номер назвал ведущий.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Статуи» Цель: развивать координацию движений, слух, физические качества, умение играть по правилам. Нужно кидать мяч прямо в руки. Внимательно слушать ведущего. Эту игру лучше играть большим мячом. Игроки становятся по кругу и перебрасывают мяч друг другу руками. Кто не поймает мяч, получает наказание: продолжает игру, стоя на одной ноге. Если в такой позе ему удастся поймать мяч, то наказание снимается; он становится на обе ноги. Если же совершается еще одна ошибка, игрок становится на одно колено. При третьей ошибке он опускается на оба колена. Если в этом положении игрок поймает мяч, ему прощаются все наказания, и он продолжает игру, стоя на обеих ногах. А если постигнет неудача, придется выбыть из игры.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						

Октябрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка	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 приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по						

(на основе интеграции образовательных направлений)	прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках (физическая культура); выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта (музыка, познание, здоровье, физическая культура, социализация)						
Октябрь 1-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному, между предметами.	Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову.	Прыжки через шнуры на правой и левой ноге.	-----	Броски мяча вверх и ловля двумя руками.	Пензулаева НОД №13 стр 20-21
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Девяточки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стать боком между резинками;</li> <li>- перепрыгнуть через них, разведя ноги;</li> <li>- впрыгнуть обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Пустое место»						
Малоподвижная игра	<p>«Найдите различия» Цель: развивать внимание, память, умение действовать по сигналу. Ведущий должен определить, что изменилось у игроков. Тот, у кого он нашел больше всего изменений, и будет водить. Все садятся в круг. Для игры нужно, чтобы играющие внимательно осмотрели друг друга. Когда ведущий выходит из комнаты, участники должны произвести небольшие перемены в своем облике: заколоть волосы, забинтовать палец, расстегнуть пуговицу. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Октябрь 1-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в	Ходьба и бег в колонне по одному, между	Ходьба по гимнастической скамейке, боком приставным шагом	Прыжки на двух ногах вдоль шнура.	-----	Переброска мячей друг другу.	Пензулаева НОД №14* стр 21-22

	три колонны.	предметами.	с мешочком на голове.				
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Черный паша (Гара паша) (азербайджанские)</b></p> <p>Из числа играющих выбираются пастух, собака и врун. Остальные изображают овец. Пастух играет на свирели, собаки сидят в засаде, овцы гуляют и как будто едят траву. Вдруг врун зовет пастуха: «Эй, эй, эй, пастух, пастух». Пастух отзывается: «Что тебе?» Врун: «Братец пастух, мой дядя, Черный паша, говорит, что наша черная овца (называет приметы овцы) в вашу отару попала, и просит ее обратно». Пастух подводит вруна к отаре. Тот неожиданно хватает одну из овец (берет игрока за руку) и убегает. Увидев это, собака бежит за ним. Если врун с овцой добежит до своего дома, то собака возвращается, а если собака догонит, то овца возвращается в стадо.</p> <p>Правила игры. Собака начинает ловить только тогда, когда врун схватил овцу. Ловить в доме вруна нельзя.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Топор». Цель: развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу. Ведущему нельзя показывать, кому он дал предмет.</p> <p>Взял Егор в углу топор, С топором пошел во двор. Стал Егор чинить забор, Потерял Егор топор. Вот и ищет до сих пор, Поищи и ты топор! Ведущий (сначала взрослый) прячет в ладонях одного из играющих маленький предмет (топорик). Стихотворение произносят хором. Тот из играющих, на кого пришлось слово топор, идет его искать. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Октябрь 2-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба с изменением направления, ходьба в колонне по одному. Бег с перешагиванием через предметы.	Ходьба по прямой в четкости, голову прямо держать.	Прыжки с высоты 40см на мат.	Ползание по прямой на ладонях и ступнях.	Отбивание мяча.	Пензулаева НОД №16 Стр 22-23
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;"><b>«Девяточки-Лисы»</b></p> <p>Лисы — прыжок идет не двумя ногами одновременно, а по одной, словно перешагивание; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стать боком между резинками;</p>						

	<p>- перепрыгнуть через них, разведя ноги; - впрыгнуть обратно. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»»Эстафета с обручами»						
Малоподвижная игра	<p>«Шмель» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий. Развивать слуховое внимание через игру. Мяч откатывать только руками; нельзя ловить, задерживать мяч. Играющие сидят по кругу. Внутри круга по земле перекачивается мяч. Играющие руками откатывают его от себя, стараясь осалить другого (попасть в ноги). Тот, кого коснулся мяч (ужаленный), поворачивается спиной к центру круга и в игре не участвует, пока не будет осален другой ребенок. Тогда он вступает в игру, а вновь ужаленный поворачивается спиной в круг. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Октябрь 2-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба с изменением направления, ходьба в колонне по одному. Бег с перешагиванием через предметы.	Ходьба по прямой в четкости, голову прямо держать	Прыжки с высоты 40см, без мата.	Лазанье в обруч на четвер., прямо и боком.	Отбивание мяча	Пензулаева НОД №17* стр 23-24
Подвижные игры.	<p>Птицелов (русские народные) Играющие выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать. Встают в круг, в центре которого - птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят, кружатся вокруг птицелова и произносят нараспев: В лесу, во лесочке, На зеленом дубочке, Птички весело поют, Ай! Птицелов идет! Он в неволю нас возьмет, Птицы, улетайте! Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя игрока. Играющий становится птицеловом. Правила игры. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути. Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.</p>						
Малоподвижная	"Водяной" Цель: Развивать координацию движений, слух, физические качества.						

игра	<p>Дедушка - Водяной!          Что сидишь ты под водой?          Выйди, выйди хоть на час.          Угадай кого из нас!          Запрещается подглядывать. Можно усложнить игру - выбрать 2 водяного. Дети стоят в кругу, водяной в центре. Дети идут по кругу и говорят слова, после слов: - выйди, выйди... водяной идет с закрытыми глазами, руки вперед, кого заденет, того и угадывает. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка».</p>						
Октябрь 3-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба с подниманием колена, бег в среднем темпе.	Ходьба по гимнастической скамейке.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вдоль скамейке.	Ползание по гимнастич. скамейке	Ведение мяча по прямой.	Пензулаева НОД №19 Стр 24-25
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Восьмерочки»          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          - стань боком между резинками;          - подпрыгни и наступи на обе резинки;          - впрыгни обратно.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Эстафета по кругу»						
Малоподвижная игра	<p>"Холодно горячо" Цель: Развивать слуховые качества, физические качества. Запрещается подглядывать, когда ведущий прячет предмет. Водящий выходит из зала, дети прячут предмет. После этого водящий входит и ищет предмет. А дети ходят за ним и говорят: холодно...тепло...горячо...помогая найти спрятанный предмет.          Интерактивные технологии: «хоровод».</p>						
Октябрь 3-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба с подниманием колена, бег в среднем темпе.	Ходьба по гимнастич. скамейке, руки за голову..	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вдоль скамейке.	Ползание на четвереньках по прямой	Ведение мяча между предметами.	Пензулаева НОД №20* Стр 26
Подвижные игры.	<p>Заря (русские народные)          Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих - заря - ходит сзади с лентой и говорит:          Заря-зарница,          Красная девица,          По полю ходила,</p>						

	<p>Ключи обронила, Ключи золотые, Ленты голубые, Кольца обвитые - За водой пошла!</p> <p>С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется.</p> <p>Правила игры. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому положить на плечо платок.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Летает -не летает» Цель: Развивать координацию, внимание, умение работать в коллективе. Тот, кто неправильно поднял руки, считается проигравшим. Дети идут в колонне по одному. Педагог называет различные предметы. Если предмет летает, например самолет, птица, то дети должны поднять в стороны руки и взмахнуть ими, как крыльями, если предмет не летает, то они не должны поднимать рук. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Октябрь 4-нед. 1-зан.	Ходьба широким шагом с энергичной работой рук.	Ходьба в колонне по одному-тепм движения. Бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке с схлопыванием ладош.	Прыжки на правой и левой ноге между предметами.	Ползание на четвереньках по прямой.	-----	Пензулаева НОД №22 Стр 27-28
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Восьмерочки-Буратино Чиполино»</p> <p>Буратино-Чиполино — во время прыжка надо успеть сказать «Буратино, Чиполино, Папа Карло и Мальвина».</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань боком между резинками;</li> <li>- подпрыгни и наступи на обе резинки;</li> <li>- впрыгни обратно.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Море волнуется»						
Малоподвижная игра	<p>«Кто ушел?» Цель: Развивать внимательность, сообразительность. Умение быстро найти недостающего. Запрещается подглядывать, можно назначить ведущего ребенка. Дети строятся в круг. Водящий встает в центре круга и закрывает глаза. Педагог дотрагивается до одного из играющих, стоящих в круге, и он тихо выходит из зала. Педагог разрешает водящему открыть глаза и спрашивает у него: «Отгадай, кто ушел?»</p>						

	Если водящий отгадал, то он встает в круг и выбирает другого водящего. Если не отгадал, то снова закрывает глаза, а вышедший из зала занимает своё прежнее место в кругу. Водящий, открыв глаза, должен назвать его. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».						
Октябрь 4-нед. 2-зан.	Ходьба широким шагом с энергичной работой рук.	Ходьба в олонне по дному-тепм вижения. Бег рассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове.	Прыжки на двух ногах между предметами	«Проползи не урони» по гимнастич. скамейке с предметами	-----	Пензулаева НОД №23* стр. 28
Подвижные игры.	<p>Чья шеренга победит? (Кимин чэркэси гэлэбэ чалды?) (Азербайджанские)</p> <p>Играющие делятся на две равные команды. Два игрока, по одному из каждой команды, становятся лицом друг к другу перед начерченной на земле линией. Держа друг друга за пояс, по сигналу стараются перетянуть противника к себе. Проигравший переходит в команду выигравшего.</p> <p>Правила игры. Начинать игру следует с определенного места. Побеждает тот, кто перетянул соперника на свою сторону.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«ЩУКА» Цель: координация речи с движением, развитие общих речевых навыков, обогащение словаря, развитие творческого воображения и двигательной подражательности, обучение элементам пантомимы. Игра проводится с мячом. Дети стоят по кругу. Выбирается Щука. Она выходит на середину круга.</p> <p>Мимо леса мимо дач, Плыл по речке Красный мяч. Увидала щука: — Что это за штука? Хвать, хвать. Не поймать. Мячик вынырнул опять. Он пустился</p> <p>Дальше плыть. Выходи, тебе водить! На первые четыре строки стихотворения дети перекатывают мяч от одного к другому через центр круга (мимо Щуки). На пятую строку стихотворения мяч перекатывается Щуке, которая берет мяч, произнося текст шестой строки, и как бы разглядывает мяч. На первые три строки второй строфы стихотворения Щука ударяет мячом об пол, произнося этот текст, на четвертую строку она перекатывает мяч снова детям, которые продолжают перекатывать его снова от одного к другому через середину. Тот ребенок, на которого пришлось слова «Тебе водить», выходит с мячом в середину. Он становится Щукой. Игра повторяется. Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель»</p>						

Ноябрь							
Неделя, заня-тия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо; боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м (здоровье, физическая культура); 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 (физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание)						
Ноябрь 1-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением.	Ходьба по канату боком приставным шагом. Двумя способами (пятки на полу, носки на канате)	Прыжки на двух ногах через шнуры	-----	Бросание мяча друг другу.	Пензулаева Занятие №25 Стр.29-32
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Семерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- одну ногу поставь между резинок, другую – снаружи;</li> <li>- подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;</li> <li>- опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.</li> </ul>						

	Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто скорее снимет Ленту»						
Малоподвижная игра	<p>«Колобок» Цель: упражнять детей в координации и ориентировке в пространстве при выполнении разных заданий, развивать слуховое внимание через игру. Мяч для этой игры может быть любого размера. Покидать свое место игрокам нельзя. Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук друг от друга. В центре круга — водящий. Игроки один другому ногами передают мяч, а водящий старается перехватить его. Они могут плавно перекатывать мяч, отбивать, делать обманные движения. Нельзя только брать его в руки. А водящий может поступать как угодно; задержать мяч ногой, рукой, выбить за круг, достаточно даже слегка прикоснуться к нему.</p> <p>Если водящему удастся задержать мяч, он становится на место того игрока, от которого к нему попал мяч.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель».</p>						
Ноябрь 1-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением.	Ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову.	Прыжки на правой и левой ноге.	-----	Броски мяча в корзину двумя руками.	Пензулаева Занятие №26* Стр 32
Подвижные игры.	<p>Борьба за флажки(Северо-Осетинские)</p> <p>В игре участвуют две команды. Количество участников может быть любым, но равным в обеих командах. У каждой команды имеется флажок, который устанавливается на видном месте и охраняется одним из игроков. Остальные члены команды делятся на защитников и нападающих. Цель игры - завладеть флажком противника, сохранив свой. В процессе игры разрешается передавать флажок другому играющему, убежать с флажком.</p> <p>Правила игры. Начинать игру надо по сигналу; в борьбе за флажок нельзя допускать грубых действий.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Челночок» Цель: Развивать физические качества, коллективизм, умение действовать по сигналу</p> <p>Пройти нужно так чтобы не задеть ворота, дети держат друг друга за руки.</p> <p>Все играющие встают парами лицом друг к другу и берутся за руки - это ворота. Дети из последней пары проходят под воротами и встают впереди колонны, за ними идет следующая пара.</p> <p>Интерактивные технологии: «хоровод», «цепочка», «карусель», «работа в парах»</p>						
Ноябрь 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному, с изменением направления движения, с упражнениями	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки через короткую скакалку, вперёд	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях коленях с мешочком на голове.	Броски мяча друг другу. Стоя в шеренге (из-за головы)	Пензулаева Занятие №28 Стр 32-34

		для рук.					
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	«Семерочки-Слепые» Слепые — с закрытыми глазами Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - одну ногу поставь между резинок, другую – снаружи; - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног; - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Волк во рву»						
Малоподвижная игра	«У меня есть все» Перед началом игры дети ложатся на ковер, руки вдоль тела, вытягиваются. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. Есть у кровати спинка, (Приподнимают голову и плечи, носки ног смотрят строго вверх.) А у чайника – носик, (Садятся, приставляют два кулачка к носу, один за другим.) А у тумбочки – ножки, (Садятся на корточки.) А у кастрюли – ручки. (Руки ставят на пояс или к плечам.) А в этой большой кастрюле (Встают и показывают кастрюлю, сомкнув руки перед грудью в круг.) Есть очень вкусный компот. («Заглядывают» в кастрюлю.) А у меня —И ножки, (Показывают ножки.) И ручки, (Показывают ручки.) И носик, (Показывают носик.) И спинка, (Показывают спинку.) И вот еще что —Очень голодный живот! (Показывают живот.)						
Ноябрь 2-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному, с изменением направления движения, с упражнениями для рук.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо.	Прыжки через короткую скакалку, вперед.	Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.	Передача мяча в шеренгах (в виде эстафете)	Пензулаева Занятие №29* Стр34
Подвижные игры.	По программе Л.И. Пензулаева «Не оставайся на полу»						
Малоподвижная игра	«У меня, у тебя» Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. У меня, (Показывают руками на себя.) У тебя (Разводят руки, показывая на соседей.) Блестящие глазки, (Показывают глазки.)						

	<p>У меня, у тебя – чистые ушки. (Показывают ушки.)  Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки. (Хлопают в ладоши.)  Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке. (Прыгают на месте.)  У меня, у тебя аленькие губки, (Показывают глазки.)  У меня, у тебя розовые щечки.  Мы с тобой, мы с тобой хлопаем в ладошки.  Мы с тобой, мы с тобой прыгаем на ножке.</p>						
Ноябрь 3-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвертый.	Ходьба в колонне по одному (принять позу животного) Бег с перепрыгиванием кубиков.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо на носках, руки за голову, между предметами.	Прыжки вокруг кубика с чередованием.	Лазанье под дугу.	Ведение мяча в прямом направлении.	Пензулаева Занятие №31 стр 34-36
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Шестерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  - встань боком на резинку так, чтобы одна ступня была на одной, а вторая – на другой резинке;  - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног;  - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кассы»						
Малоподвижная игра	<p>«Три медведя». Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.  Три медведя шли домой. (Маршируют на месте.)  Папа был большой-большой, (Поднимают руки вверх.)  Мама чуть поменьше ростом, (Вытягивают руки вперед на уровне груди.)  А сынок – малютка просто. (Ставят руки на пояс.)  Очень маленький он был,  С погремушками ходил. (Имитируют игру с погремушкой.)</p>						
Ноябрь 3-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот	Ходьба в колонне по одному (принять	Ходьба по гимн. Скамейке боком приставным	Прыжки (ноги врозь, вместе)	-Ползание по медвежьей на ладонях и	Метание мешочков в горизонтальную	Пензулаева Занятие №32 стр 36

	на углах. Ходьба спортивным маршем.	позу животного). Бег конный.	шагом с мешочком на голове.		ступнях.	цель с расстояния 3-4 м.	
Подвижные игры.	<p>Жмурки-носильщики (Уарчъхассач) (Северо-Осетинские)</p> <p>Готовится место для игры. В одном конце площадки ставят небольшой столик (или скамейку) и на нем раскладывают ровно десять каких-нибудь мелких предметов - это могут быть детские игрушки, камешки и т. д. На другом конце площадки, шагах в десяти - пятнадцати от столика и в трех-четыре шагах друг от друга, ставят два стула.</p> <p>Из числа играющих выбирают двух носильщиков. Они садятся на стулья лицом к столику, обоим завязывают глаза. Остальные играющие располагаются по краям площадки. Каждый носильщик должен перенести со столика на свой стул пять предметов. Победит тот, кто раньше справится с работой. Правила игры. Оба носильщика начинают игру одновременно по сигналу. Переносить можно только по одному предмету. В ходе игры необходимо следить, чтобы носильщики не сталкивались, идя навстречу друг другу.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Ручки – ножки». Дети стоят врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.</p> <p>Все захлопали в ладоши – (Хлопают в ладоши.)</p> <p>Дружно, веселее! (Стучат ножками.)</p> <p>Застучали наши ножки</p> <p>Громче и быстрее.</p> <p>По коленочкам ударим – (Хлопают по коленкам.)</p> <p>Тише, тише, тише.</p> <p>Ручки, ручки поднимаем – (Медленно поднимают руки.)</p> <p>Выше, выше, выше!</p> <p>Завертелись наши ручки, (Поворачивают кисти рук то вправо, то влево.)</p> <p>Снова опустились. (Опускают руки.)</p> <p>Покружились, покружились</p> <p>И остановились. (Останавливаются.)</p>						
Ноябрь 4-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй,	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба по гимн.скамейке бокком приставным шагом.	Прыжки на двух ногах. Прыжки через шнур	Лазанье на гимн. стенку. Переход на другой пролет.	Бросание мяча о стенку.	Пензулаева Занятие №34 стр 37- 38

	третий, четвёртый						
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Шестерочки-Мячики»</p> <p>Мячики — обычный прыжок, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - встань боком на резинку так, чтобы одна ступня была на одной, а вторая – на другой резинке; - подпрыгнув с поворотом на 180°, поменяй положение ног; - опять, подпрыгнув с поворотом на 180°, вернись в исходное положение. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Два мороза»						
Малоподвижная игра	<p>«Дом». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. На опушке дом стоит, (Складывают ладони «домиком» над головой.) На дверях замок висит, (Смыкают ладони «в замок».) За дверями стоит стол, (Накрывают правой ладонью кулачок левой руки.) Вокруг дома частокол. (Руки перед собой, пальцы растопыривают.) «Тук-тук-тук – дверь открой!» (Стучат кулачком по ладони.) «Заходите, я не злой!» (Руки в стороны, ладони вверх.)</p>						
Ноябрь 4-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвёртый	Ходьба и бег между предметами.	Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом.	Прыжки на двух ногах с хлопками.	Лазанье на гимн. стенку. Спуск.	Забрасывание мяча в корзину.	Пензулаева Занятие №35* Стр 38-39
Подвижные игры.	По программе Л.И. Пензулаева «Хитрая лиса»						
Малоподвижная игра	<p>«По дорожке». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. Раз, два, три, четыре, пять, Будем ноги разминать.</p>						

	<p>Мы шагаем по дороге,          Поднимаем выше ноги. (Ходьба на месте.)          И по этой же дорожке          Скачем мы на правой ножке. (Подскоки на правой ноге.)          А теперь еще немножко          На другой поскачем ножке. (Подскоки на левой ноге.)          По тропинке побежим,          До лужайки добежим. (Бег на месте.)          На лужайке, на лужайке          Мы попрыгаем, как зайки. (Прыжки на месте на двух ногах.)          Мы похлопаем в ладошки,          Пусть попляшут наши ножки. (Произвольные танцевальные движения.)          Стоп. Присядем – отдохнем. (Приседание.)          И назад пешком пойдем. (Ходьба на месте.)</p>	
--	---	--

Декабрь							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	<p>Ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние - 3 м), отбивают мяч в движении, лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи (физическая культура); имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (познание, здоровье, коммуникация)</p>						

Декабрь 1-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвёртый	Ходьба с различным положением рук. Бег врассыпную.	Ходьба по прямой боком приставным шагом с мешочком на голове с перешагиванием через предметы.	Прыжки между предметами, огибая их.	-----	Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя.	Пензулаева Занятие №1 стр 40-41
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center">«Пятерочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встань боком снаружи от резинки;</li> <li>- зацепив ногой ближайшую к тебе резинку, перепрыгни через дальнюю, чтобы одна нога оказалась в треугольнике между двумя резинками, а другая – снаружи;</li> <li>- второй ногой натяни прямую резинку в сторону так, чтобы получился угол;</li> <li>- выпрыгни, освободив ноги от резинок, в исходное положение.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Паук и мухи»						
Малоподвижная игра	<p>«Котик к печке подошел». Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог становится в круг вместе с играющими. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.</p> <p>Котик к печке подошел, Котик к печке подошел. (Идут по кругу, взявшись за руки.) Горшок каши он нашел, Горшок каши там нашел. (Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.) А на печке калачи, Ох, вкусны и горячи! (Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.) Пирог в печи пекется, (Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.) Они в руки не даются. (Выпрямляются, прячут руки за спину.)</p>						
Декабрь 1-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в	Ходьба с различным положением рук. Бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке ,руки на пояс.	Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура.	-----	Переброска мячей друг другу.	Пензулаева Занятие №2* Стр 41

	три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвёртый						
Подвижные игры.	<p>Жмурки (Хъуырмарсытай) (Северо-Осетинские)</p> <p>Водящему завязывают глаза. Затем игроки поочередно легко ударяют по ладоням его вытянутых вперед рук. При этом они шепотом спрашивают: «Кто я?» Водящий должен угадать, кто из играющих его ударил. Если он угадает, то тот, кто ударил, становится водящим. Если же водящий три раза подряд не сможет угадать, кто касался его ладоней, то выбирается новый водящий. Игра продолжается. В ней могут участвовать одновременно несколько групп детей.</p> <p>Правила игры. Ладоней водящего не должны касаться одновременно несколько участников. Подсказывать водящему нельзя.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Снежинка – метель». Воспитатель объясняет правила игры: на слово «снежинка» нужно поднять руки вверх, а на слово «метель» – хлопнуть в ладоши. Затем взрослый в произвольном порядке произносит эти слова, а дети выполняют движения. Усложнить игру можно ускорением или добавлением еще одного слова (например, на слово «Вьюга» – прыжок на месте).</p>						
Декабрь 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвёртый Равнение в командах.	Ходьба строевым шагом.	Ходьба на ракетке пронести маленький мяч и не уронить.	Прыжки на правой и левой ноге.	Ползание по скамейке на ладонях и коленях	Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне»	Пензулаева Занятие №4 Стр 42-43
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Пятерочки-Помидоры-Огурцы»</p> <p>Помидоры — надуваем щеки; огурцы — втягиваем;</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встань боком снаружи от резинки;</li> <li>- зацепив ногой ближайшую к тебе резинку, перепрыгни через дальнюю, чтобы одна нога оказалась в</li> </ul>						

	<p>треугольнике между двумя резинками, а другая – снаружи;  - второй ногой натяни прямую резинку в сторону так, чтобы получился угол;  - выпрыгни, освободив ноги от резинок, в исходное положение.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» Два мороза»						
Малоподвижная игра	<p>«Дом». Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.  На опушке дом стоит, (Складывают ладони «домиком» над головой.)  На дверях замок висит, (Смыкают ладони «в замок».)  За дверями стоит стол, (Накрывают правой ладонью кулачок левой руки.)  Вокруг дома частокол. (Руки перед собой, пальцы растопыривают.)  «Тук-тук-тук – дверь открой!» (Стучат кулачком по ладони.)  «Заходите, я не злой!» (Руки в стороны, ладони вверх.)</p>						
Декабрь 2-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвёртый	Ходьба разным видом.Бег врассыпную.	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо на носках, руки за голову, между предметами.	Прыжки на ногах между предметами.	Ползание под шнур.	Эстафета с мячом.	Пензулаева Занятие №5* Стр 43
Подвижные игры.	По программ Л.И. Пензулаева «Стой»						
Малоподвижная игра	<p>«Две подружки». Дети стоят в кругу или врассыпную. Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.  На лужайке две подружки: (Хлопают по коленям.)  «Ква-ква-ква, ква-ква-ква». (Хлопают в ладоши.)  Две зеленые лягушки: (Хлопают по коленям.)  «Ква-ква-ква, ква-ква» (Хлопают в ладоши.)  «Ква!» (Притопыривают одной ногой.)  Хором песни распевают: (Складывают ладони и чуть-чуть «приоткрывают» их – это ротик.)  «Ква-ква-ква», (Хлопают в ладоши.)  «Ква-ква-ква», (Несколько раз притопыривают ногой.)  И спокойно спать мешают. (Грозят пальцем.)  «Ква-ква-ква-ква-ква» (Хлопают в ладоши.)  «Ква!» (Делают один притоп.)</p>						
Декабрь	Четкий поворот	Ходьба	Ходьба по гимн.	Прыжки на	Ползание по	Подбрасывание	Пензулаева

3-нед. 1-зан.	на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий, четвертый.	разным темпом. Бег врассыпную.	скамейке, сохраняя равновесие.	правой и левой ноги вокруг своей оси.	гимнастической скамейке на животе.	мяча левой и правой рукой вверх. Ловля двумя руками.	Занятие №7 Стр 45-46
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center">«Четверочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи, лицом к резинке;</li> <li>- перепрыгни через ближнюю, а затем через дальнюю резинку (ноги вместе);</li> <li>- прыгай в исходное положение спиной вперед.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Спрячь руки за спину»						
Малоподвижная игра	<p>«Пропавшие ручки». Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. У меня пропали ручки. (Прячут руки за спину.) Где вы, рученьки мои? (Смотрят по сторонам.) Раз, два, три, четыре, пять, Покажитесь мне опять. (Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.) У меня пропали ножки. (Присаживаются.) Где вы, ноженьки мои? (Охватывают ноги руками.) Раз, два, три, четыре, пять, Покажитесь мне опять. (Встают, прыгают на месте.)</p>						
Декабрь 3-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба разным темпом. Бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке, сохраняя равновесие.	Прыжки со скамейки на мат	Ползание на четвереньках опорой на ладони и колени.	Перебрасывание мячей в парах.	Пензулаева Занятие №8* стр 46
Подвижные игры.	<p align="center">Гаккарис (Северо-Осетинские)</p> <p>По кругу на расстоянии 40 - 50 см друг от друга роют небольшие ямки или чертят круги. Игроки приседают в них на корточки. Водящий, прыгая на одной ноге, старается столкнуть кого-нибудь из игроков с места. Игрок считается сбитым, если хотя бы одна его нога сместилась и ступня оказалась за</p>						

	<p>чертой круга. Игра продолжается по договоренности играющих.</p> <p>Правила игры. Игрокам разрешается время от времени касаться руками пола. Водящий не должен ударять ногой сидящего, а слегка только подталкивать его. Сидящим не разрешается поддерживать друг друга, вскакивать, поворачиваться лицом к водящему. По договоренности можно разрешить водящему менять ногу, на которой он прыгает.</p>						
Малоподвижная игра	<p>«Угадай, чей голосок» Играющие стоят по кругу; водящий выходит в середину, закрывает глаза. Дети идут по кругу, читая стихотворение: Мы составили всех в круг, повернемся разом вдруг. А как скажем: скок – скок – скок, угадай, чей голосок. Слова «скок – скок – скок» произносит, тот ребенок до которого дотронулся педагог. Если ребенок ошибается – снова закрывает глаза. Игра повторяется. Дети идут по кругу в другую сторону.</p>						
Декабрь 4-нед.  1-зан.	Построение в шеренгу, проверить осанку и равновесие.	Ходьба и бег по кругу.	Ходьба по гимн. скамейке. боком приставным шагом с мешочком на голове с перешагиванием через предметы.	Прыжки с мешочком между колен.	Ползание по гимн. скамейке на ладонях и коленях.	-----	Пензулаева Занятие №10 стр 47-48
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Четверочки-Широкие»</p> <p>Широкие — ноги расставляют широко, и расстояние между полосками увеличивается;</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи, лицом к резинке;</li> <li>- перепрыгни через ближнюю, а затем через дальнюю резинку (ноги вместе);</li> <li>- прыгай в исходное положение спиной вперед.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Прокати»						
Малоподвижная игра	<p>«Флюгер». Играющие встают шеренгой или в рассыпную. Воспитатель называет стороны света, каждой соответствует определенное действие: север – руки на пояс; юг – руки на голову; восток – руки вверх; запад – руки вниз.</p>						
Декабрь 4-нед. 2-зан.	Построение в шеренгу, проверить осанку и равновесие.	Ходьба и бег по кругу.	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	Прыжки через короткую скакалку.	Лазанье по гимн. стенке .	-----	Пензулаева Занятие №11* Стр 48
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «По дорожке проскользи»						

Малоподвижная игра	«Низко-высоко». Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – присядайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.	
--------------------	--	--

Январь							
Неделя, заня-тия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений (физическая культура); проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни (здоровье, физическая культура, социализация, труд, коммуникация)						
Декабрь-Январь 5-нед. 1-зан.	Построение в шеренгу, проверить осанку и равновесие.	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную	Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове	Прыжки через препятствие.	-----	Отбивание мяча одной рукой по ходу движения	Пензулаева Занятие №13 Стр 49-51

Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p>«Троечки»          Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает.          Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи, лицом к резинке;</li> <li>- прыгни толчком двумя ногами, зацепив носками ближнюю резинку, через дальнюю;</li> <li>- подпрыгни с поворотом на 180° так, чтобы резинка соскочила с ног, и оказаться лицом к резинкам;</li> <li>- эту же комбинацию проделай в обратном направлении.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Зайцы и охотник»						
Малоподвижная игра	«Делай наоборот!». Дети стоят в рассыпную на улице. Воспитатель показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону. Например, воспитатель наклоняется вправо, дети – влево; воспитатель делает шаг вперед, дети – шаг назад и т.д.						
Декабрь-Январь 1-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба разным темпом. Бег в рассыпную.	Ходьба по гимн. Скам. с хлопками	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	-----	Прокатывание мяча между предметами.	Пензулаева Занятие №14 Стр 51
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Мяч в кругу (Цребурти) (ГРУЗИНСКИЕ)</b></p> <p>В центре площадки чертят два концентрических круга: малый диаметром 1,5 - 2 м, большой - 3 - 4 м. Из центра круга на расстоянии 5 -- 6 м по обе стороны площадки обозначаются домики.</p> <p>В игре участвуют десять - двенадцать детей. Несколько из них по жребию становятся в малый круг, остальные равномерно располагаются за линией большого круга. Один из игроков, находящийся в малом кругу, по сигналу передает мяч (среднего размера) одному из игроков большого круга, который сразу же возвращает ему мяч. Последний игрок посылает мяч тому же игроку, а сам быстро бежит в один из домиков. Его напарник, поймав мяч руками, старается осалить убегающего. В случае, если ему удастся попасть мячом в убегающего, осаленный остается в домике, а салка занимает место в малом кругу.</p> <p>Игру продолжает следующий игрок из малого круга. Если же игроку не удастся осалить убегающего, то оба возвращаются на свои места. Игру также продолжает следующий игрок из малого круга. Игра длится 5 - 6 минут.</p> <p>Правила игры. Игрок считается осаленным, если мяч коснулся его до входа в домик. Если при</p>						

	передачах в паре игроки два-три раза теряют мяч, игру продолжает следующая пара. Салить разрешается и с места, и в движении. Пойманный игрок возвращается в игру и становится за линией большого круга после того, как будет осален следующий игрок. Игроки не должны заступать за линию круга.						
Малоподвижная игра	«Давайте вместе с нами!». Дети стоят врассыпную. Воспитатель вместе с детьми произносит текст и показывает движения. Давайте вместе с нами (поднимают руки в стороны) Потопаем ногами (топают ногами, стоя на месте), Похлопаем в ладоши (хлопают в ладоши). Сегодня день хороший! (Поднимают прямые руки вверх – в стороны.)						
Январь 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо на носках, руки за голову, между предметами.	Прыжки в длину с места	Ползание по прямой на четвереньках	«Поймай мяч»(Тройки детей.	Пензулаева Занятие №16 Стр 52-53
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Троечки-Рыбы»</p> <p>Рыбы — нельзя говорить не слова; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань снаружи, лицом к резинке; - прыгни толчком двумя ногами, зацепив носками ближнюю резинку, через дальнюю; - подпрыгни с поворотом на 180° так, чтобы резинка соскочила с ног, и оказаться лицом к резинкам; - эту же комбинацию проделай в обратном направлении. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Рыбаки и рыбки»						
Малоподвижная игра	«Шарик». Дети сидят в кругу на ковре (диаметр круга 2 м) и перекатывают через круг шарик (мячик). Стоящий на середине ребенок старается перехватить шарик. Если ему это удастся, тот, кто неудачно прокатил шарик, идет вместо него на середину.						
Январь 2-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному	Ходьба по линиям периметра, держа голову прямо на носках, руки за голову, между предметами.	Прыжки в длину с места	Ползание по прямой с мешочком на голове.	Бросание мяча с дополнительными заданиями.	Пензулаева Занятие №17 Стр 53-54

Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «Два мороза»						
Малоподвижная игра	Ищем следы птиц.						
Январь 3-нед. 1-зан.	Расчет на три и перестроение в три колонны	Ходьба в колонне с дополнительными заданиями	Ходьба по гим. Скам. боком приставным шагом.	Прыжки на левой и правой ноге в упражнении	Лазанье под шнур правым и левым боком.	Подбрасывание мяча вверх	Пензулаева Занятие №19 Стр 54-56
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Двочки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40 см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань боком снаружи от резинки;</li> <li>- прыгни, наступив двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на ближнюю резинку;</li> <li>- подпрыгнув с поворотом на 180°, наступи двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на дальнюю резинку;</li> <li>- эту же комбинацию проделай в обратном направлении.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Эстафета «Чьи санки быстрые?»						
Малоподвижная игра	«Низко-высоко». Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – присядайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.						
Январь 3-нед. 2-зан.	Расчет на три и перестроение в три колонны	Ходьба в колонне с дополнительными заданиями	Ходьба на носках между предметами	Прыжки на левой и правой ноге в упражнении	Ползание на ладонях в прямом направлении	Переброска мяча друг другу	Пензулаева Занятие №20 Стр 56
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Игра в колокол (Заробана) (ГРУЗИНСКИЕ)</p> <p>На площадке чертится круг диаметром 5 м, от которого на расстоянии 10 - 12 м ставится флажок на подставке (или стойке высотой 1 - 1,5м).</p> <p>Десять - двенадцать игроков становятся внутри круга (у самой линии), берутся за руки и, расставив их в стороны, образуют колокол. Один игрок назначается языком колокола, который двигается внутри круга и повторяет: «Сломаю колокол...» Внезапно он подбегает к какой-нибудь паре детей и пытается разорвать их сцепленные руки - сломать колокол. В случае если языку это удастся, он бежит по направлению к флажку, а его преследуют те двое игроков, между которыми он разорвал круг.</p> <p>Если убегающий успеет дотронуться до флажка раньше, чем его осалят преследователи, он имеет право еще раз выполнить эту же роль. В случае, если его осалят (коснутся рукой), то ловишка занимает</p>						

	<p>место языка, а остальные двое игроков встают в круг. Если же убегающего одновременно осалят оба догоняющих, то языком становится один из них по жребию, а другой вместе с бывшим языком становится в круг.</p> <p>Правила игры. Языка можно салить только до того, пока он не коснулся флажка. Во время преследования языка пробегать через круг запрещается. Прорывать круг между одними и теми же игроками запрещается. После каждого прорыва рекомендуется смещать колокол вправо или влево на несколько мест. С целью усложнения игры колокол может постоянно медленно двигаться вправо или влево (по указанию ведущего).</p>						
Малоподвижная игра	«Угадай чей след»						
Январь 4-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне с дополнительными заданиями	Ходьба по гим. скамейке.	Прыжки через короткую скакалку	Ползание по гим. скамейке, на ладонях и коленях	-----	Пензулаева Занятие №22 Стр 57-58
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Двочки-Пожарные»</p> <p>Пожарные — прыгать очень быстро; Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань боком снаружи от резинки;</li> <li>- прыгни, наступив двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на ближнюю резинку;</li> <li>- подпрыгнув с поворотом на 180°, наступи двумя ногами (одна впереди, другая сзади) на дальнюю резинку;</li> <li>- эту же комбинацию проделай в обратном направлении.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Караси и щука»						
Малоподвижная игра	«Овощи и фрукты». Дети стоят шеренгой или врассыпную по залу. Педагог называет различные овощи (дети должны быстро присесть) и фрукты (поднять руки). Те, кто ошибся, делают шаг вперед. Побеждают дети, сделавшие меньше ошибок.						
Январь 4-нед. 2-зан.	Расчет на три и перестроение в три колонны	Ходьба в колонне с дополнительными	Ходьба по гим. скамейке..	Прыжки на двух ногах из обруча в	Ползание на четвереньках между	-----	Пензулаева Занятие №23 Стр 58

		заданиями		обруч	предметами		
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «Поезд»						
Малоподвижная игра	«Испорченный телефон»						

Февраль							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную; перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками (физическая культура); сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения (социализация, здоровье, физическая культура, коммуникация)						
Февраль 1-нед. 1-зан.	Расчет на три и перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному с игровым заданием.	Ходьба по гимн. Скамейке с перешагиванием.	Прыжки на двух ногах через короткие шнуры.	-----	Броски мяча в середину между шеренгами.	Пензулаева Занятие №25 Стр 59-60
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Единички»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. - стань снаружи спиной к резинке;</p>						

	<p>- оттолкнись двумя ногами и, зацепив пятками ближайшую резинку, запрыгни на дальнюю;  - выпрыгни, освободив ноги от резинок, и приземляясь за резинкой и лицом к ней.  Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Лягушка и цапля»						
Малоподвижная игра	«Воздушный шар». Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу. С мамой в магазин ходили, Шар воздушный там купили. Будем шарик надувать, Будем с шариком играть. (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)						
Февраль 1-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному с игровым заданием.	Ходьба по гимн. Скамейке, приставляя пятку одной ноги к другой.	Прыжки между предметами	-----	Передача мяча в эстафетной форме.	Пензулаева Занятие №26 Стр 60
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Ударь жгутом! (Кочинчара) (ГРУЗИНСКИЕ)</b></p> <p>На площадке чертится круг диаметром 6 - 10 м (в зависимости от количества участников). Игроки становятся в круг. Один из них по жребию или по назначению - кочинчара, который на одной ноге преследует игроков и ударом мягкого жгута (длиной 50 - 60 см) старается осалить их. Игроки, используя обманные движения, стараются избежать ударов. После осаливания одного-двух игроков избирается новый кочинчара. Если кочинчаре не удалось в течение 10 - 15 секунд осалить кого-нибудь из игроков, его заменяют другим, более ловким. При смене кочинчара новому передается жгут, а старый кочинчара присоединяется к остальным игрокам.</p> <p>Правила игры. Игрокам, кроме кочинчары, не разрешается выходить за пределы круга. Кто выйдет за круг, считается осаленным и он временно выходит из игры до смены кочинчары. Кочинчара не имеет права менять ногу. Осаливать жгутом разрешается только ниже колена.</p>						
Малоподвижная игра	«Угадай чей голосок»						
Февраль 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба с выполнением задания. Ходьба и бег в рассыпную	-----	Прыжки-подскоки попеременно.	Лазанье под дугу	Переброска мяча друг-другу.	Пензулаева Занятие №28 стр 61-62
Прыжки в игровой форме в	<p style="text-align: center;"><b>«Единички-Морковь»</b></p> <p>Морковка — один конец узкий, другой — широкий;</p>						

общеразвивающих упражнениях.	<p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стань снаружи спиной к резинке;</li> <li>- оттолкнись двумя ногами и, зацепив пятками ближайшую резинку, запрыгни на дальнюю;</li> <li>- выпрыгни, освободив ноги от резинок, и приземляясь за резинкой и лицом к ней.</li> </ul> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Перемени предмет»						
Малоподвижная игра	«Испорченный телефон»						
Февраль 2-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба с выполнением задания. Ходьба и бег в рассыпную	-----	Прыжки на двух ногах между предметами.	Ползание на ладонях и коленях между предметами.	Переброска мяча в парах	Пензулаева Занятие №29 стр 62
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «Гонки санок»						
Малоподвижная игра	«Фигура замри»						
Февраль 3-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба со сменой шага.	Ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимн. Скамейкам.	Прыжки из упражнений.	Лазанье на гимн. Стенку.	Метание мешочков в обручи.	Пензулаева Занятие №31 стр 63-64
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Березка»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает.</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-встаем к резиночке боком.</li> <li>-сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку,</li> <li>-затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть.</li> </ul>						

	Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Эстафета с мячами»						
Малоподвижная игра	«Угадай чей голосок»						
Февраль 3-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба со сменой шага.	Ходьба по гимн. Скамейке с перешагиванием через предметы.	Прыжки из упражнения.	Лазанье по гимн. Стенке.	Метание мешочков	Пензулаева Занятие №32 стр 64
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Снятие шапки (Кудис агеба) (ГРУЗИНСКИЕ)</p> <p>На одном конце площадки у стартовой линии на расстоянии 3 - 4 м друг от друга выстраиваются две колонны играющих. Напротив каждой из них в землю втыкаются по две палки (или ставятся стойки высотой 1 м): ближние на расстоянии 2 - 3 м, а дальние - 7 - 8 м от стартовой линии. На дальние палки вешается по одной шапке. Первые игроки обеих команд по сигналу бегут в дальний конец площадки, снимают шапки с палок, возвращаются к палкам у стартовой линии и вешают шапки на палки. Затем подбегают к последующему игроку своей команды, касаются ладони его вытянутой руки и становятся в конец колонны.</p> <p>Последующие игроки команд быстро бегут вначале к ближним палкам, снимают с них шапки, затем бегут к дальним палкам и вешают их на палки. После чего они возвращаются к стартовой линии, чтобы коснуться рукой ладони следующего игрока своей команды, и так далее, пока все дети по разу не примут участия в игре.</p> <p>Выигрывает команда, раньше закончившая игру.</p> <p>Правила игры. Последующий игрок вступает в игру лишь после того, как его руки коснется предыдущий. Если игрок уронит шапку, он обязан подобрать ее и повесить на палку.</p>						
Малоподвижная игра	«Флюгер». Играющие встают шеренгой или враспынную. Воспитатель называет стороны света, каждой соответствует определенное действие: север – руки на пояс; юг – руки на голову; восток – руки вверх; запад – руки вниз.						
Февраль 4-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба с остановкой.	Ходьба по гимн. Скамейке с хлопками.	Прыжки из обруча в обруч.	Ползание на четвереньках между предметами.	----- --	Пензулаева Занятие №34 стр 65-66

Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Березка» «Мячики»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. -встаем к резиночке боком. -сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики; -затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть, но при этом надо подпрыгивать вверх, как мячики; Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Малоподвижная игра	«Воздушный шар». Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу. С мамой в магазин ходили, Шар воздушный там купили. Будем шарик надувать, Будем с шариком играть. (Останавливаются, поворачиваются лицом в центр круга, держатся за руки, выполняют «пружинку».)						
Февраль 4-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба с остановкой.	Ходьба по гимн. Скамейке с переходом.	Прыжки из упражнения.	Лазанье на гимнаст стенку.	Эстафета «Передал, садись»	Пензулаева Занятие №35 стр 66
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «Белые медведи»						
Малоподвижная игра	«Делай наоборот!». Дети стоят в рассыпную на улице. Воспитатель показывает движения, дети должны повторить их, но в противоположную сторону. Например, воспитатель наклоняется вправо, дети – влево; воспитатель делает шаг вперед, дети – шаг назад и т.д.						

Март							
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития	Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу,						

ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве (физическая культура, познание); сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека (здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, познание)						
Март 1-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба и бег между кеглями, врассыпную.	Ходьба по гимнастич. скамейке навстречу.	Прыжки в шеренгах.	----- -	Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге»	Пензулаева Занятие №1 стр 72-73
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Пешеходы»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. -встаем к резиночке боком. -сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, - затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Чей отряд быстрее переправится»						
Малоподвижная игра	«Низко-высоко». Дети стоят по кругу. Взрослый. Украсили мы елочку разными игрушками, а в лесу елочки разные растут: широкие, низкие, высокие, тонкие. Я скажу: высокие – поднимайте руки вверх; низкие – приседайте и руки опускайте; широкие – делайте круг шире; тонкие – делайте круг уже. Игра пойдет веселее, если взрослый будет стараться запутать детей.						
Март 1-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба и бег между кеглями, врассыпную.	Ходьба в колонне по одному по гимн. Скамейке с передачей мяча.	Прыжки на правой и левой ноге с продвижением.	----- -	Эстафета с мячом	Пензулаева Занятие №2 стр 73
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Игра в лягушек (Бакакоба) (ГРУЗИНСКИЕ)</p> <p>На площадке чертится круг диаметром 3 - 4 м, от которого на расстоянии 6 - 8 м обозначается домик. Игроки делятся на две команды по 6 - 8 детей. Одна из них по жребию становится в круг на четвереньки: они</p>						

	<p>- лягушки - скачут, квакают. На головах у них шапки. Игроки второй команды свободно располагаются за линией круга, стараются снять с них шапки, используя обманные движения, и донести, их до домика. Убегающих преследуют лягушки, у которых сняли шапки. Они пытаются осалить убегающих (коснуться их рукой), прежде чем последние успеют вбежать в домик. Если это им удается, команде лягушек засчитывается столько очков, сколько игроков они осалили. В противном случае очки получает другая команда. Каждые 3 - 4 минуты команды меняются местами.</p> <p>Правила игры. Лягушкам не разрешается выходить за пределы круга до тех пор, пока с них не снимут шапки. В кругу лягушки передвигаются на четвереньках, а за его пределами преследуют убегающих обычным бегом. Снимать шапки разрешается с нескольких лягушек. В этом случае они могут осаливать любого из убегающих и даже нескольких игроков.</p>						
Малоподвижная игра	«Кошка выпускает коготки». На счет «один» прижать подушечки пальцев к верхней части ладони и прошипеть, как рассерженная кошка: «Ш-ш-ш!». На счет «два» быстро выпрямить и растопырить пальцы, промякнуть, как довольная киска: «Мяу!». Повторить игру, всякий раз превращаясь то в рассерженного, то в добродушного котенка.						
Март 2-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба в колонне по одному в игровой форме	-----	Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед	Ползание под шнур	Перебрасывание мяча через сетку.	Пензулаева Занятие №4 стр 74-75
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Пешеходы» «Пожарные»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку. -встаем к резиночке боком, но прыгать очень быстро, как пожарные; -сначала нужно перепрыгнуть через одну резиночку, но прыгать очень быстро, как пожарные; - затем через вторую, чтобы она оставалась между ногами, и выпрыгнуть, но прыгать очень быстро, как пожарные; Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр»						
Малоподвижная игра	«Жили-были зайчики». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения. Жили-были зайчики (Показывают руками заячьи ушки.) На лесной опушке, (Разводят руками.)						

	<p>Жили-были зайчики (Приседают и показывают руками над головой крышу дома.)  В маленькой избушке, Мыли свои ушки, (Трут ушки.)  Мыли свои лапочки (Поглаживающие движения рук.)  Наряжались зайчики, (Руки на пояс, повороты вправо-влево.)  Надевали тапочки. (Поочередно выставляют ноги на пяточки.)</p>						
Март 2-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному в игровой форме	-----	Прыжки через шнуры.	Ползание на четвереньках по гимн. Скамейке.	Переброска мячей в парах.	Пензулаева Занятие №5 стр 75
Подвижные игры.	По программе Л.И. Пензулаева «Охотники и утки»						
Малоподвижная игра	«Повстречались». На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы. Повстречались два котенка: «Мяу-мяу!», Два щенка: «Гав-гав!», Два жеребенка: «Иго-го!», Два тигренка: «Р-р-р!», Два быка: «Му-у!». Смотри, какие рога!						
Март 3-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба в колонне по одному с разными видами ходьбы.	Ходьба по гимнаст. скамейке	Прыжки в упражнении.	Ползание в прямом направлении на четвереньках	Метание мешочков в горизонт. Цель.	Пензулаева Занятие №7 стр 76-78
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Ступеньки»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает.  Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.  -встаем к резиночке лицом.  -прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу, но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.  -перепрыгиваем на вторую половину, меняя ноги.</p>						

	-выпрыгиваем из резиночки и повторяем еще раз, в обратную сторону. Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Кто раньше дойдет до середины»						
Малоподвижная игра	«Жили-были зайчики». Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения и читает текст, дети повторяют движения. Жили-были зайчики (Показывают руками заячьи ушки.) На лесной опушке, (Разводят руками.) Жили-были зайчики (Приседают и показывают руками над головой крышу дома.) В маленькой избушке, Мыли свои ушки, (Трут ушки.) Мыли свои лапочки (Поглаживающие движения рук.) Наряжались зайчики, (Руки на пояс, повороты вправо-влево.) Надевали тапочки. (Поочередно выставляют ноги на пяточки.)						
Март 3-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному с разными видами ходьбы.	Ходьба между предметами.	Прыжки в упражн.	Ползание по гимнаст. Скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени.	Метание мешочков в горизонтальн. Цель.	Пензулаева Занятие №8 стр 78
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Защитник (Давлаоба) (ГРУЗИНСКИЕ)</p> <p>На площадке чертится круг диаметром 2 - 3 м. В игре участвуют восемь - десять человек. Двое из них по жребию идут в центр круга: один присаживается на корточки, а второй (защитник) кладет ему руку на голову и, не отнимая ее от головы, обходит сидящего товарища то справа, то слева. Остальные игроки, свободно расположившись за кругом, стараются коснуться сидящего рукой, а защитник стремится их осалить (коснуться рукой или ногой). Если защитнику удастся это сделать, то осаленный занимает место сидящего, сидящий становится защитником, а последний присоединяется к остальным игрокам. Игра каждой пары длится не более 2 - 3 минут.</p> <p>Правила игры. Осаливание не засчитывается, если защитник отнял руку от головы сидящего. Ногой разрешается осаливать только ниже колена. Мешать защитнику (толкать, дергать) запрещается. В случае некорректного поведения игрок выводится из игры.</p>						
Малоподвижная игра	«Это я!» Воспитатель показывает детям, как надо выполнять движения, выразительно произносит текст. Дети выполняют движения, подражая взрослому. Это глазки. Вот! Вот! (Показывают сначала левый, потом правый глаз.) Это ушки. Вот! Вот! (Берутся сначала за левое ухо, потом за правое.) Это нос! Это рот! (Левой рукой показывают рот, правой нос.) Там спинка! Тут живот! (Левую ладонь кладут на спину, правую на живот.) Это ручки! Хлоп, хлоп! (Протягивают обе руки, два раза хлопают.) Это ножки! Топ, топ! (Кладут ладони на бедра,						

	два раза топают.) Ой, устали! Вытрём лоб. (Правой ладонью проводят по лбу.)						
Март 4-нед. 1-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба в колонне по одному в игровой форме, враспынную	Ходьба по прямой с перешагиванием через мячи.	Прыжки на правой и левой ноге.	Лазанье на гимна. Стенку.	-----	Пензулаева Занятие №10 стр 79-80
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Ступеньки» «Широкие»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Ноги двое игроков расставляют широко, и расстояние между полосками увеличивается;</p> <p>Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем к резиночке лицом.</p> <p>-прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу, но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.</p> <p>-перепрыгиваем на вторую половину, меняя ноги.</p> <p>-выпрыгиваем из резиночки и повторяем еще раз, в обратную сторону.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Перелет птиц»						
Малоподвижная игра	«Летает – не летает». Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет различные предметы. Если это то, что летает, дети поднимают руки вверх или в стороны; если то, что не летает, опускают руки. Ведущий может сознательно ошибаться в движениях, многие, подражая ему, тоже могут ошибаться. Задача детей – удержаться и не допустить ошибки.						
Март 4-нед. 2-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному в игровой форме, враспынную	-----	Прыжки через короткую скакалку	Лазанье под шнур прямо и боком	Эстафета «Передача мяча в шеренге»	Пензулаева Занятие №11 стр 80
Подвижные игры.	По программе. Л.И. Пензулаева «Горелки»						
Малоподвижная игра	«Передача мяча в колонне»						

Апрель							
Неделя, занятия	Основные виды движений						Методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	№занятий,стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Могут 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; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения (физическая культура, музыка); следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной 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 (познание, здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, музыка)						
Апрель 1-нед. 1-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба в колонне по одному с игрой «Быстро возьми»	Ходьба по гимн. Скамейке.	Прыжки на двух ногах вдоль шнура.	-----	Переброска мячей в шеренгах	Пензулаева Занятие №13 стр 81-82
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Бантики»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу. Но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху.</p>						

	<p>-не отпуская резиночку, прыгаем на вторую половину.          -выпрыгиваем за пределы резиночки.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» Ключи»						
Малоподвижная игра	<p>«Шел король по лесу». Дети становятся в круг, взявшись за руки. Шел король по лесу, По лесу, по лесу. (Ходьба по кругу.) Нашел себе принцессу, Принцессу, принцессу. Давай с тобой попрыгаем, Попрыгаем, попрыгаем. (Прыжки на двух ногах на месте.) И ножками подрыгаем, Подрыгаем, подрыгаем. (Выбрасывают прямые ноги вперед.) И ручками похлопаем, Похлопаем, похлопаем. (Хлопают в ладоши.) И ножками потопаем, Потопаем, потопаем. (Топают ногами на месте.)</p>						
Апрель 1-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий.	Ходьба в колонне по одному с игрой «Быстро возьми»	Ходьба по скамейке боком	Прыжки через короткую скакалку.	-----	Переброска мячей друг другу	Пензулаева Занятие №14 стр 82
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Взятие в плен (Героци) (АРМЯНСКИЕ)</b></p> <p>После жеребьевки участники двух команд становятся в две шеренги на расстоянии 3 - 5 м друг от друга. Каждый ряд в своей правой стороне чертит на расстоянии пяти-шести шагов круг диаметром 2,5 м - это убежище для пленников. Получив право начать игру, первый номер одной команды подбегает к первому номеру другой команды и становится перед ним. Тот вытягивает одну руку, чтобы противник ударил его по ладони, и тут же готовится в беге поймать его. Игрок из первой команды ударяет три раза по вытянутой руке соперника, стараясь после третьего удара быстро и ловко убежать на свое место. Если ему не удастся убежать, он попадает в плен. После первых номеров соперничают вторые номера команд. Победителем становится та команда, которая смогла взять в плен больше пленных.</p> <p>Правила игры. Игрок вытягивает вперед руку, не сгибая ее в предплечье. Ударять три раза по ладони можно снизу или сверху. Не рекомендуется ударять выше локтя. При преследовании нельзя толкать противника. Вариант. В конце игры можно освобождать пленных. Это делает игрок, уверенный в своих силах. Он, ударив три раза по руке противника, бежит в сторону убежища и, хлопая рукой по руке каждого пленника, освобождает всех из плена, затем бежит на свое место. Преследователь в этом случае имеет право опять ловить убегающих и снова пленить их. Правила игры. Пленные не должны выходить за пределы круга навстречу освободителю. Освобожденный из плена игрок сам может стать освободителем. При освобождении пленных или при преследовании игроков остальные участники игры не имеют права вмешиваться. Нельзя забегать за черту другой команды.</p>						

Малоподвижная игра	«Котик к печке подошел» Дети образуют круг, взявшись за руки. Вместе с педагогом идут по кругу. Котик к печке подошел, Котик к печке подошел. Горшок каши он нашел, Горшок каши там нашел. (Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.) А на печке калачи, Ох, вкусны и горячи! (Останавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши.) Пирог в печи пекется (выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх), Они в руки не даются. (Выпрямляются, прячут руки за спину.)						
Апрель 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба и бег в колонне по одному с поворотом в другую сторону.	-----	Прыжки в длину с разбега	«Ползание на четвереньках «Кто быстрее до кубика»	Броски мяча друг-другу в парах	Пензулаева Занятие №16 стр 83
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Бантики» «Слепые»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем на ближнюю половину резиночки двумя ногами сразу. Но так, чтоб одна нога проходила под ней, а другая — придавливала сверху и с закрытыми глазами</p> <p>-не отпуская резиночку, прыгаем на вторую половину и опять с закрытыми глазами.</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки, глаза открываем.</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Совушка»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Круг-кружочек». <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу, выполнять ходьбу по кругу</p> <p>Дети идут по кругу, взявшись за руки, и произносят слова: «Круг – кружочек, аленький цветочек! Раз, два, три – развернись-ка, Оля, ты!». Названный ребёнок поворачивается спиной в круг, берётся за руки. Дети продолжают произносить слова игры. Как только спиной в круг окажутся 5-6 детей, игра прекращается.</p> <p>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</p>						
Апрель 2-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному с поворотом в	-----	Прыжки в длину с разбега	Лазанье под шнур в группировке	Эстафета с мячом «Передал садись»	Пензулаева Занятие №17 стр. 84

	Расчет на первый, второй, третий	другую сторону.					
Подвижные игры.	<p align="center"><b>Беспокойный мяч (Анангист гндак) (АРМЯНСКИЕ)</b></p> <p>В центре поля чертят большой круг диаметром 3 - 4 м. Играют две команды: одни защитники, другие - нападающие. Защитники входят в круг, а нападающие окружают их за чертой, отойдя друг от друга на одинаковое расстояние. Получив мяч от ведущего, они три раза подряд перебрасывают мяч над кругом. Это условие для начала игры. В это время нападающие не имеют права ударять находящихся в кругу, а те не могут прыгать и ловить мяч.</p> <p>После трех перебросов нападающие стараются уловить момент и ударить по кругу. Кто находится в кругу, старается избежать ударов защищается, т. е. ловит мяч или стремится удержать его в кругу. В случае удачной защиты играющие меняются ролями.</p> <p>Правила игры. Если удар нападающих достиг цели и мяч вылетел из круга, то защитник, в которого попал мяч, выбывает из игры. Если мяч не достиг цели, из игры выходит тот нападающий, который бросал мяч.</p>						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Угадай, где постучали?». <i>Цель:</i> Воспитывать внимательность и организованность.</p> <p><i>Ход игры:</i> Дети стоят по кругу (или сидят). Водящий выходит на середину и закрывает глаза. Воспитатель бесшумно обходит круг позади детей, останавливается возле кого –нибудь из ребят, стучит палочкой и кладет ее в руки ребенка, отходит в сторону и говорит: «Пора!». Стоящий в кругу должен отгадать, где постучали, и подойти к тому, у кого спрятана палочка. Отгадав, он становится на место ребенка, у которого была палочка, тот становится водящим. Если ребенок не отгадает, то он вновь водит. Если второй раз он ошибется, то выбирают нового водящего. В игре дети должны соблюдать тишину.</p>						
Апрель 3-нед. 1-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба с перестроением в пары, ходьба и бег в рассыпную.	Ходьба боком приставным шагом	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Ползание по гимнаст. скамейке с мешочком на голове.	Метание мешочков на дальность «Кто дальше бросит» <sup>2</sup>	Пензулаева Занятие №19 стр 84-86
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p align="center"><b>«Платочек»</b></p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.          -встаем лицом к резиночке.</p>						

	<p>-прыгаем, чтобы встать на дальнюю половинку резинки, зацепив при этом ближнюю.          -выпрыгиваем за пределы резиночки.          -в другом варианте — не встаем, а перпрыгиваем вторую.          Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>							
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Ловишки с мячом»							
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Вкусно и полезно». <i>Цель:</i> упражнять детей в ловле и бросании мяча, закрепить знание о полезной пище. <i>Ход игры:</i> Дети стоят в кругу. Ведущий бросает мяч ребенку, он ловит и кидает обратно, называя продукт полезной пищи.							
Апрель 3-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба с перестроением в пары, ходьба и бег в рассыпную.	-----	Прыжки через короткую скакалку на месте.	Ползание на четвереньках с опорой на ладони.	Метание мешочков на дальность	Пензулаева Занятие №20 стр 86	
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;"><b>Цветы и ветерки (Царик ев каминер) (АРМЯНСКИЕ)</b></p> <p>В середине площадки на расстоянии 2 м проводятся две черты, за ними на расстоянии 10 - 15 м проводятся еще две черты. Каждая команда - цветы и ветерки - стоит перед внутренней чертой лицом к команде соперников. Игру начинают цветы, заранее выбравшие себе имя - название цветка. «Здравствуйте, ветерки!» - говорят они. «Здравствуйте, цветы!» - отвечают ветерки. «Ветерки, ветерки! - обращаются к ним цветы. - Угадайте наши имена!»</p> <p>Ветерки начинают перечислять названия цветов. И как только угадывают, цветы убегают за вторую черту.</p> <p>Правила игры. По числу пойманных определяются очки. После одной игры команды меняются ролями. Играя условное число раз, определяют победителя по сумме очков.</p>							
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Круг-кружочек». <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу, выполнять ходьбу по кругу</p> <p>Дети идут по кругу, взявшись за руки, и произносят слова:          «Круг – кружочек, аленький цветочек!          Раз, два, три – развернись-ка, Оля, ты!». Названный ребёнок поворачивается спиной в круг, берётся за руки.          Дети продолжают произносить слова игры. Как только спиной в круг окажутся 5-6 детей, игра прекращается.</p> <p>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</p>							
Апрель 4-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на	Ходьба с игрой «По местам»	Ходьба на носках между предметами с	Прыжки в длину с разбега	-----	Бросание мяча в шеренгах.	Пензулаева Занятие №22 стр 87-88	

	углах. Перестроение в три колонны		мешочком на голове.				
Прыжки в игровой форме в общеразвивающих упражнениях.	<p style="text-align: center;">«Платочек» «Липы»</p> <p>Для игры необходима резинка длиной 3 м, у которой связаны концы. Двое игроков, стоя ноги врозь, растягивают резиночку на высоте 30-40см, третий прыгает. Допустивший ошибку меняется местом с тем, кто держит резиночку.</p> <p>-встаем лицом к резиночке.</p> <p>-прыгаем, чтобы встать на дальнюю половинку резинки, зацепив при этом ближнюю и прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;</p> <p>-выпрыгиваем за пределы резиночки, прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;</p> <p>-в другом варианте — не встаем, а перепрыгиваем вторую и также прыгнув, нельзя шевелиться и менять место, нужно «прилипнуть»;</p> <p>Если участник удачно завершит все комбинации, остальные игроки поднимают резинку выше – на уровень коленей.</p>						
Подвижная игра.	Э.Я.Степаненкова ФГОС «Сборник подвижных игр» «Через обруч к флажку»						
Малоподвижная игра	<p>Малоподвижная игра «Будь аккуратным». <i>Цель:</i> Упражнять детей в ловле и бросании мяча. Закрепить знания о личной гигиене. <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг. Воспитатель в произвольном порядке бросает мячик играющим. Поймавший мяч возвращает его, называя предмет, который помогает быть чистым, аккуратным, следить за собой.</p> <p><i>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</i></p>						
Апрель 4-нед. 2-зан.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий.	Ходьба с игрой «По местам»	-----	Прыжки через шнуры на правой и левой ноге	-----	Переброска мячей друг другу в парах	Пензулаева Занятие №23 стр 88
Подвижные игры.	<p style="text-align: center;">Достань шапку (Папахны ал. Т/агъур боев) (дагестанские)</p> <p>Игроки делятся на две команды, до десяти человек в каждой. На расстоянии 10 - 15 м находятся шапки. Играющие в обеих командах становятся в пары и движутся к шапкам, выполняя разные движения. Сначала двигаются первые пары, затем вторые и т. д. Например, первые пары продвигаются вперед, прыгая на одной ноге, вторые пары передвигаются на четвереньках, третьи пары идут на пятках, четвертые пары - в полуприседе, пятые пары продвигаются в глубоком приседе.</p> <p>Правила игры. Взять шапку имеет право только та пара, которая дошла первой. Побеждает команда, набравшая больше шапок. При повторении игры лучше поменять виды движений между парами. Можно выбрать и другие движения.</p>						

Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Зеваки» <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу, ходить ровным кругом. <i>Ход игры:</i> Дети идут по кругу друг за другом. По сигналу ведущего «Стоп!» останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются на 180 градусов и начинают движение в обратную сторону. Сделавший ошибку выходит из игры						
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (Вес 1 кг); прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта ( <i>физическая культура, музыка</i> ); сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость ( <i>социализация, здоровье, физическая культура</i> )						
Май 1-нед. 1-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба в колонне по одному с перестроением в движении в пары, бег враспынную.	Ходьба по гимн. скамейке, передавая мяч собой и за спины.	Прыжки с ноги на ногу	-----	Броски малого мяча о стенку	Пензулаева Занятие №25 стр 88-89
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Совушка»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Пропавшие ручки». <i>Цель:</i> упражнять в умении сочетать движения с текстом. <i>Ход игры:</i> Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. У меня пропали ручки. (Прячут руки за спину.) Где вы, рученьки мои? (Смотрят по сторонам.) Раз, два, три, четыре, пять, Покажитесь мне опять. (Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.) У меня пропали ножки. (Присаживаются.) Где вы, ноженьки мои? (Охватывают ноги руками.) Раз, два, три, четыре, пять, Покажитесь мне опять. (Встают, прыгают на месте.)						

Май 1-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба в колонне по одному с перестроением в движении в пары, бег врассыпную.	Ходьба по гимн. Скамейке навстречу друг-другу	Прыжки на двух ногах между предметами.	-----	Броски мяча верх одной рукой и ловля двумя	Пензулаева Занятие №26*стр 89-90
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Прыжки через короткую скакалку»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Пробеги тихо». Цель: учить бесшумно двигаться. Ход игры. Дети делятся на группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.						
Май 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба со сменой темпа движения.	-----	Прыжки в длину с места	Пролезание в обруч прямо и боком	Ведение мяча одной рукой	Пензулаева Занятие №28 стр 90-91
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Горелки»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Повстречались» Цель: упражнять детей соединять движение со словами. Ход игры: На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы. Повстречались два котенка: «Мяу-мяу!», Два щенка: «Гав-гав!», Два жеребенка: «Иго-го!», Два тигренка: «Р-р-р!», Два быка: «Му-у!». Смотри, какие рога!						

	<i>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</i>						
Май 2-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба со сменой темпа движения.	Ходьба между предметами с мешочком на голове	Прыжки в длину с разбега	-----	Метание мешочков в вертикальную цель.	Пензулаева Занятие №29* стр 91
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Мышеловка»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Найдем воробышка (цыпленка и т.д.). <i>Цель:</i> развивать зрительное внимание, интерес к играм <i>Ход игры:</i> Воспитатель заранее прячет в каком-либо месте игрушечного цыпленка и предлагает поискать его. Тот, кто заметит, где находится игрушка, подходит к воспитателю и тихо ему об этом говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, воспитатель разрешает подойти к игрушке и принести ее.						
Май 3-нед. 1-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба и бег по кругу, с поворотом в другую сторону.	Ходьба по рейке гимн. Скамейки.	Прыжки из упражнения.	Ползание по гимнастич. Скамейки на четвереньках	Метание мешочков на дальность	Пензулаева Занятие №31 стр 92-93
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Воробы и кошка»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Великаны и гномы». <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу. <i>Ход игры:</i> Водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова «великаны» и «гномы». При слове «великаны», все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове «гномы», все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры. Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова «великаны!» громко и басом,						

	а «гномы» — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или произносятся «великаны», водящий приседает, а говоря «гномы» — поднимается на носочки. Темп игры всё ускоряется и все игроки постепенно выбывают. Последний игрок, который неразу не ошибся, становится водящим.						
Май 3-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба и бег по кругу, с поворотом в другую сторону.	Ходьба между предметами на носках	Прыжки из упражн.	Лазанье под шнур	Метание мешочков на дальность.	Пензулаева Занятие №32*стр 93
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Кто скорее до кегли»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Тихо-громко». <i>Цель:</i> формировать умение играть сообща, развивать интерес к играм <i>Ход игры:</i> С помощью считалки выбирается водящий, он становится в центр круга и закрывает глаза. Воспитатель дает одному из играющих какой-либо предмет, который можно спрятать (шнурок, ленточка). Все дети кроме водящего знают, у кого предмет. Когда водящий приближается к этому ребенку, дети начинают громко хлопать в ладоши, когда отдаляется — хлопки становятся тише. Игра продолжается до тех пор, пока водящий не найдет предмет. Если ему долго это не удастся, то выбирается другой водящий.						
Май 4-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному, использовать игру «Аист»	Ходьба по гимн. Скамейке с перешагиванием.	Прыжки на двух ногах между кеглями	Лазанье по гимнаст. Стенке с переходами.	-----	Пензулаева Занятие №34 стр 95-96
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Охотники и утки»						
Малоподвижная игра	Л.И. Пензулаева «Летает не летает»						
Май 4-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах.	Ходьба в колонне по одному,	Ходьба с перешагиванием через предметы.	Прыжки между предметами.	Ползание по гимнаст. Скамейке.	-----	Пензулаева Занятие №35*стр 96

	Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	использовать игру «Аист»					
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Не оставайся на земле»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Вершки-корешки». <i>Цель:</i> формировать умение ловить мяч, воспитывать умение слушать <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг или шеренгу. В центре круга или перед шеренгой стоит взрослый (водящий) с большим мячом в руках (игру может вести кто-нибудь из детей). Водящий бросает мяч, называя какой-нибудь овощ, а дети ловят мяч, называют съедобную часть и бросают мяч водящему. <i>Водящий. Баклажаны.</i> 1-й ребенок. Вершки. <i>Водящий. Редька.</i> 2-й ребенок. Корешки. <i>Водящий. Капуста.</i> 3-й ребенок. Вершки. <i>Водящий. Картофель.</i> 4-й ребенок. Корешки. <i>Водящий. Клубника.</i> 5-й ребенок. Вершки. <i>Водящий. Чеснок.</i> 6-й ребенок. Корешки. <i>Водящий. Огурцы.</i> 7-й ребенок. Вершки. Отмечаются дети, которые ни разу не ошиблись <i>Л.И Пензулаева «Физическая культура в детском саду» старшая группа 2015</i>						
Неделя, занятия	Основные виды движений						методика
	Строевые упражнения	Ходьба. Бег.	Равновесие	Прыжки	Ползание. Лазание.	Катание. Бросание. Метание.	Метания, стр.
Целевые ориентиры развития ребенка (на основе интеграции образовательных направлений)	Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (Вес 1 кг); прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта ( <i>физическая культура, музыка</i> ); сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость ( <i>социализация, здоровье, физическая культура</i> )						

Июнь 1-нед. 1-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба в колонне по одному с перестроением в движении в пары, бег врассыпную.	Ходьба по гимн. скамейке, передавая мяч собой и за спины.	Прыжки с ноги на ногу	-----	Броски малого мяча о стенку	Повторение Пензулаева Занятие №25 стр 87-88
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Совушка»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Пропавшие ручки». <i>Цель:</i> упражнять в умении сочетать движения с текстом. <i>Ход игры:</i> Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения. У меня пропали ручки. (Прячут руки за спину.) Где вы, рученьки мои? (Смотрят по сторонам.) Раз, два, три, четыре, пять, Покажитесь мне опять. (Показывают руки, вытягивают вперед, вертят ими.) У меня пропали ножки. (Присаживаются.) Где вы, ноженьки мои? (Охватывают ноги руками.) Раз, два, три, четыре, пять, Покажитесь мне опять. (Встают, прыгают на месте.)						
Июнь 1-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба в колонне по одному с перестроением в движении в пары, бег врассыпную.	Ходьба по гимн. Скамейке навстречу друг-другу	Прыжки на двух ногах между предметами.	-----	Броски мяча верх одной рукой и ловля двумя	Повторение Пензулаева Занятие №26*стр 88-89
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Прыжки через короткую скакалку»						
Малоподвижная	Малоподвижная игра «Пробеги тихо». <i>Цель:</i> учить бесшумно двигаться. <i>Ход игры.</i> Дети делятся на						

игра	группы из 4-5 человек, распределяются на три группы и выстраиваются за чертой. Выбирают водящего, он садится посередине площадки и закрывает глаза. По сигналу одна подгруппа бесшумно бежит мимо водящего на другой конец площадки. Если водящий услышит, он говорит «Стой!» и бегущие останавливаются. Не открывая глаз, водящий говорит какая группа бежала. Если он правильно указал группу, дети отходят в сторону. Если ошибся, они возвращаются на свои места. Так поочередно пробегают все группы. Выигрывает та группа, которая пробежала тихо и которую водящий не смог обнаружить.						
Июнь 2-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба со сменой темпа движения.	-----	Прыжки в длину с места	Пролезание в обруч прямо и боком	Ведение мяча одной рукой	Повторение Пензулаева Занятие №28 стр 89-90
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Горелки»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Повстречались» «Цель: упражнять детей соединять движение со словами. Ход игры: На каждую строчку соединять поочередно пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца. На последнюю строку показать рога, вытянув указательные пальцы и мизинцы. Повстречались два котенка: «Мяу-мяу!», Два щенка: «Гав-гав!», Два жеребенка: «Иго-го!», Два тигренка: «Р-р-р!», Два быка: «Му-у!». Смотри, какие рога! <i>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, 2015</i>						
Июнь 2-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба со сменой темпа движения.	Ходьба между предметами с мешочком на голове	Прыжки в длину с разбега	-----	Метание мешочков в вертикальную цель.	Повторение Пензулаева Занятие №29* стр 90
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Мышеловка»						
Малоподвижная	Малоподвижная игра «Найдем воробышка (цыпленка и т.д.). Цель: развивать зрительное внимание, интерес						

игра	к играм <i>Ход игры:</i> Воспитатель заранее прячет в каком-либо месте игрушечного цыпленка и предлагает поискать его. Тот, кто заметит, где находится игрушка, подходит к воспитателю и тихо ему об этом говорит. Когда большинство детей справятся с заданием, воспитатель разрешает подойти к игрушке и принести ее.						
Июнь 3-нед. 1-зан.	Построение в колонну по одному. Сохранять равновесие, осанку держать. Перестроение в колонну по три. Размыкаться и смыкаться. (Закреплять)	Ходьба и бег по кругу, с поворотом в другую сторону.	Ходьба по рейке гимн. Скамейки.	Прыжки из упражнения.	Ползание по гимнастич. Скамейки на четвереньках	Метание мешочков на дальность	Повторение Пензулаева Занятие №31 стр 91-92
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Воробы и кошка»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Великаны и гномы». <i>Цель:</i> упражнять детей действовать по сигналу. <i>Ход игры:</i> Водящий (чаще всего взрослый) объясняет ребятам, что он может произносить только слова «великаны» и «гномы». При слове «великаны», все должны подняться на носки и поднять руки. А при слове «гномы», все должны присесть пониже. Тот, кто ошибается — выбывает из игры. Конечно, водящий хочет добиться, чтобы игроки ошибались. Для этого он вначале произносит слова «великаны!» громко и басом, а «гномы» — тихим писклявым шёпотом. А потом, в какой-то момент — наоборот. Или произнося «великаны», водящий приседает, а говоря «гномы» — поднимается на носочки. Темп игры всё ускоряется и все игроки постепенно выбывают. Последний игрок, который неразу не ошибся, становится водящим.						
Июнь 3-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй,	Ходьба и бег по кругу, с поворотом в другую сторону.	Ходьба между предметами на носках	Прыжки из упражн.	Лазанье под шнур	Метание мешочков на дальность.	Повторение Пензулаева Занятие №3*стр 92

	третий						
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Кто скорее до кегли»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Тихо-громко». <i>Цель:</i> формировать умение играть сообща, развивать интерес к играм <i>Ход игры:</i> С помощью считалки выбирается водящий, он становится в центр круга и закрывает глаза. Воспитатель дает одному из играющих какой-либо предмет, который можно спрятать (шнурок, ленточка). Все дети кроме водящего знают, у кого предмет. Когда водящий приближается к этому ребенку, дети начинают громко хлопать в ладоши, когда отдаляется — хлопки становятся тише. Игра продолжается до тех пор, пока водящий не найдет предмет. Если ему долго это не удастся, то выбирается другой водящий.						
Июнь 4-нед. 1-зан.	Соблюдать дистанцию. Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному, использовать игру «Аист»	Ходьба по гимн. Скамейке с перешагиванием.	Прыжки на двух ногах между кеглями	Лазанье по гимнаст. Стенке с переходами.	-----	Повторение Пензулаева Занятие №34 стр 94-95
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Охотнки и утки»						
Малоподвижная игра	Л.И. Пензулаева «Летает не летает»						
Июнь 4-нед. 2-зан. Воздух.	Четкий поворот на углах. Перестроение в три колонны. Расчет на первый, второй, третий	Ходьба в колонне по одному, использовать игру «Аист»	Ходьба с перешагиванием через предметы.	Прыжки между предметами.	Ползание по гимн. Скамейке.	-----	Повторение Пензулаева Занятие №35*стр 95
Подвижные игры.	Л.И. Пензулаева «Не оставайся на земле»						
Малоподвижная игра	Малоподвижная игра «Вершки-корешки». <i>Цель:</i> формировать умение ловить мяч, воспитывать умение слушать <i>Ход игры:</i> Дети образуют круг или шеренгу. В центре круга или перед шеренгой стоит взрослый (водящий) с большим мячом в руках (игру может вести кто-нибудь из детей). Водящий бросает мяч, называя какой-нибудь овощ, а дети ловят мяч, называют съедобную часть и бросают мяч водящему. <i>Водящий. Баклажаны.</i> 1-й ребенок. <i>Вершки. Водящий. Редька.</i> 2-й ребенок. <i>Корешки. Водящий. Капуста.</i> 3-й ребенок. <i>Вершки. Водящий. Картофель.</i> 4-й ребенок. <i>Корешки. Водящий. Клубника.</i> 5-й ребенок. <i>Вершки. Водящий.</i>						

### 3.4 Перспективный план событий, праздников, мероприятий:

#### Сентябрь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Развлечение «Детский сад встречает дошколят» Средние, старшие, подготовительные группы	01.09.2019
2.	«Две недели радости»: оздоровительно развлекательные мероприятия для всех возрастных групп.	Первые две недели сентября
3.	Флешмоб «Голуби мира»	21.09.21
4.	Мероприятие ко Дню Ставропольского края и города Ставрополя Подготовительная группа	23.09.21

#### Октябрь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Организация осенних праздников «Осень в гости к нам пришла» (средние, старшие, подготовительные группы)	2 неделя
2.	Спортивное мероприятие «Учим лису считать» (средняя группа №10)	14.10.21

#### Ноябрь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	«Мама я люблю тебя» -развлечения, посвящённые международному Дню матери (все возрастные группы)	19.11.21
2.	«Карнавал эмоций» спортивно развлекательное мероприятие (старший возраст 6 группа)	30.11.21

#### Декабрь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Спортивное развлечение «Зимние игры» (средний возраст)	

		1 неделя
2.	Новогодние праздники (все возрасты)	4 неделя

### Январь

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Рождественская сказка «Волк и лиса» (все возрасты)	2 неделя
2.	Развлечение «Святочные гулянья» (все возрасты)	3 неделя
3.	Развлечение «Играем в снежки» (старшая группа)	27.01.222

### Февраль

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Спортивный развлечение «А-ты баты –шли солдаты» подготовительная гр №11	17.02.22
2.	Спортивный развлечение подготовительная гр №3 «А ну-ка парни»	14.02.22
3.	Спортивное развлечение «А-ты баты –шли солдаты» подготовительная гр №7	16.02.2022
4.	Развлечение: «Масленичные гуляния!» (все возрасты)	4 неделя

### Март

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Приглашение мам и бабушек на праздничные утренники, посвящённые 8Марта. (оформление зала рисунками детей) (по эпид. обстановке)	1 неделя
2.	Конкурс на лучшую зарядку (средние, старшие и подготовительные группы)	4 неделя

### Апрель

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Всемирный день здоровья: совместная утренняя зарядка, забег: «Всей семьёй на старт» все возрасты	07.04.2021
2.	Развлечение «День смеха» старший возраст 8 гр	01.04.2021
3.	Игровой динамический час «Стань чемпионом!» старший возраст 12 гр.	07.04.2021
4.	Развлечении «День земли» 7 группа	22.04.22

**Май**

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Музыкальный праздник «Чтим Великий День Победы!» Средние, старшие, подготовительные группы	05.05.22 г.
2.	Квест-игра «Они ковали Победу» подготовительный возраст	06.05.22 г.
3 .	Выпускные праздники	4 неделя
4.	ФЛЕШМОБ «Георгиевская ленточка» Все группы	06.05.22

**Июнь**

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Праздник «Здравствуй, лето!», приуроченный Дню защиты детей (все возрасты)	1 неделя
2.	Творческий конкурс «Летний спорт» (подготовительный возраст)	2 неделя
3 .	Спортивное мероприятие «Вперед к лету» (старший возраст)	3-4 неделя

**Июль**

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	Спортивное развлечение «Физкульт-Ура!» средний возраст	1-2 неделя
2.	Викторина «Угадай спортивную атрибутику» (подготовительный возраст)	3 неделя
3 .	Спортивное развлечение «Я люблю играть» (старший возраст)	4 неделя

**Август**

№п/п	Мероприятие	Дата
1.	<b><u>Работа с детьми:</u></b>	

	Спортивное развлечение «Поплыли по волнам» старший возраст	1-2 неделя
2.	Спортивное развлечение «Едем в цирк» средний возраст	3-4 неделя

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

Развивающая предметно-пространственная среда группы соответствует требованиям Стандарта и санитарно-эпидемиологическим требованиям обеспечивает реализацию основной образовательной программы.

В группах создана содержательная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная предметно-пространственная среда.

#### **В спортивном зале**

- Шведская стенка,
- Гимнастические скамейки,
- Гимнастические палки длинные и короткие
- Тренажеры «бегущая по волнам»
- Наклонные доски ребристые,
- Батут индивидуальный
- Туннель для пролезания
- Маты.
- Мини-мат.
- Коврики, дорожки массажные, со следами
- Канат;
- Корзина для метания мячей;
- Кегли (набор);
- Мешочки с грузом;
- Мяч-шар надувной;
- Мячи разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини-баскетбольные, футбольные);
- Мячи-хоппы;
- Баскетбольные корзины;
- Конусы-ориентиры
- Обручи разного диаметра;
- Шарики пластмассовые;
- Игрушки-каталки.
- Дуги (для подлезания и прокатывания мячей).
- Платочки;

- Погремушки;
- Гантели пластиковые.
- Для интеллектуального развития карточки с изображением спортивного инвентаря;
- Карточка подвижных игр, упражнений;
- Маски для подвижных игр;

### 3.6. Программно-методический комплекс образовательного процесса

В образовательном процессе групп используются следующие программы:

#### 1. Общеобразовательная направленность

- Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы». / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорфеевой..

- «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2019

#### 2. Дополнительная направленность:

- программа воспитания и обучения в детском саду с детьми 2-7 лет «Физическое воспитание в детском саду» Э.Я. Степаненкова Издательство Мозаика-Синтез Москва ; Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина Творческий центр Москва

#### 3. Региональная направленность:

- \*Планета детства» / Т.Н.Таранова. Л.И. Грехова, Ставрополь, СГУ,

- \*Примерная региональная программа образования детей дошкольного возраста/ авторская коллегия кафедры дошкольного образования ГОУ ДПО СКИПКРО: Литвинова Р.М., Чусовитина Т.В., Ильина Т.А., Попова Л.А., Корнюшина О.

### Общеобразовательные программы и их методическое обеспечение

Направления развития и цели	Программа	Парциальные программы и технологии
<p><b>Физическое развитие:</b> Развивать у детей творчество, фантазию, воображение, артистичность, музыкальность, самостоятельность, улучшать настроение. Формировать у детей устойчивый интерес к физической культуре. Приобщать к музыкальной культуре. Развивать интерес к театрализованной деятельности.</p>	<p>Инновационная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» Под редакцией Н. Е. Вераксы Т. С. Комаровой Э. М. Дорфеевой МОЗАИКА-СИНТЕЗ МОСКВА, 2019</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Э.Я. Степаненкова Программа воспитания и обучения в детском саду «Методика физического воспитания». (Москва Издательский дом Воспитание дошкольника )</li> <li>• Э.Я. Степаненкова. Программа воспитания и обучение в детском саду. «Физическое воспитание в детском саду»</li> <li>• М.Ю.Картушина Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» (Творческий центр Сфера. Москва )</li> <li>• М.А. Рунова Двигательная активность ребенка в детском саду. (Издательств Мозаика-Синтез Москва )</li> <li>• Л.Д. Глазырина. Физическая культура-дошкольникам. (Гуманитарный издательский центр Владос )</li> <li>• Л.Н. Волошина. Воспитание двигательной культуры дошкольников. (Издательство Аркти Москва )</li> <li>• Е.Н. Вавилова Развитие основных движений у детей (Издательство Скрипторий 2003, 2007)</li> <li>• Л.Д Глазырина В.А. Овсянкин Методика физического воспитания детей</li> </ul>

<p>Формировать интерес к различным видам спорта.</p>		<p>дошкольного возраста. (Гуманитарный издательский центр Владос )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• С.Ю.Федорова ФГОС примерные планы физкультурных занятий подготовительная группа. (Издательство Мозаика-Синтез Москва )</li> <li>• Л.И Пензулаева ФГОС Физкультурные занятия в детском саду младшая группа. (Издательство Мозаика-Синтез Москва )</li> <li>• Л.И Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду средняя группа. (Издательство Мозаика-Синтез Москва )</li> <li>• Л.И Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду старшая группа. (Издательство Мозаика-Синтез Москва )</li> <li>• Л.И Пензулаева Физкультурные занятия в детском саду подготовительная группа. (Издательство Мозаика-Синтез Москва )</li> <li>• Л.В. Яковлева Р.А. Юдина Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Конспекты и занятия. Спортивные праздники и развлечения. Гуманитарный издательский центр Владос )</li> <li>• Е.В.Сулим Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стрейчинг. (Творческий центр Сфера. Москва )</li> <li>• Н.Ч. Железняк, Е.Ф. Желобкович .100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. (Москва )</li> <li>• Л. И. Пензулаева Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста 3-7 лет. Гуманитарный издательский центр Владос )</li> <li>• Н. С. Голицина Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. (Москва )</li> <li>• Е.И. Подольская Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников (Москва )</li> <li>• Н.А. Фомина Сказочный театр физической культуры. (Издательство Учитель )</li> <li>• Н. Л. Воробьева Побегаем, попрыгаем. Сборник подвижных игр и забав. (Издательство Аркти Москва )</li> <li>• Э.Я. Степаненкова ФГОС Сборник подвижных игр (Издательство Мозаика-Синтез Москва )</li> </ul>
--	--	--