

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
«ДЕТСКИЙ САД № 429 «ТЕРЕМОК»

Принято
На заседании педагогического совета
МАДОУ д/с № 429
Протокол № 1
от 31.08.2023 г.

Утверждаю
заведующий
МАДОУ д/с № 429
Н.И.Ключникова
Приказ № 110
от 31.08.2023



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ
САД № 429
НА 2023/2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

на основе ФГОС ДО (Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования)

на основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"(Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

Составитель: Мозгунова Т.А.
Инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Введение

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» (далее Программа) разработана на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска «Детский сада № 429 «Теремок» с учётом ФГОС и ФОП.

Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа

Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847).

В обязательной части Программы представлена Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. N 1028 и ряд парциальных программ по 5 образовательным областям.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно - правовыми документами по дошкольному образованию:

- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»; – Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

– Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;

– распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г.

№ 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264); - Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599);

– Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте

России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

– Устав МАДОУ д/с № 429;

– Программа развития МАДОУ д/с № 429.

Федеральная программа позволяет реализовать несколько основополагающих функций дошкольного уровня образования:

- 1) обучение и воспитание ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;
- 2) создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее - ДО), ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;
- 3) создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в общеобразовательную организацию, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям) равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места проживания.

Программа определяет единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность (далее - ДОУ), и планируемые результаты освоения образовательной программы. *Федеральная программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.*

Программа *отвечает образовательному запросу социума*, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

Обязательная часть Программы соответствует ФОП ДО и обеспечивает:

◆ воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;

◆ создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

◆ создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены выбранные участниками образовательных отношений программы, направленные на развитие детей в образовательных областях, видах деятельности и культурных практиках (парциальные образовательные программы), отобранные с учетом приоритетных направлений, климатических особенностей, а также для обеспечения коррекции нарушений развития и ориентированные на потребность детей и их родителей:

Объем обязательной части Программы составляет не менее 60% от ее общего объема; части, формируемой участниками образовательных отношений, не более 40%.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО в Программе содержится целевой, содержательный и организационный разделы.

В целевом разделе Программы представлены:

- цели;
- задачи;
- принципы и подходы к ее формированию;
- значимые для разработки и реализации Программы характеристики;

- планируемые результаты освоения Программы в младенческом, раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Программы;
- характеристики особенностей развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- подходы к педагогической диагностике планируемых результатов.

Содержательный раздел

Программы включает описание:

- задач и содержания образовательной деятельности по каждой из образовательных областей для всех возрастных групп обучающихся (социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие) в соответствии с федеральной программой и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания.
- вариативных форм, способов, методов и средств реализации Федеральной программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов;
- особенностей образовательной деятельности разных видов и культурных практик;
- способов поддержки детской инициативы; особенностей взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся;
- образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.

Содержательный раздел включает рабочую программу воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы, предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Организационный раздел Программы включает описание:

- психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы;
- особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (далее РППС);
- материально-техническое обеспечение Программы;
- кадровые условия реализации Федеральной программы;
- обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания;
- режим и распорядок дня во всех возрастных группах;
- календарный план воспитательной работы.

1.2. Список используемых сокращений

МАДОУ д/с № 429	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска «Детский сад № 429 «Теремок»
ДО	Дошкольное образование
ДОУ	Дошкольное образовательное учреждение
Программа	Образовательная программа дошкольного образования
План	Федеральный календарный план воспитательной работы
ОВЗ	Ограниченные возможности здоровья
ФГОС ДО	Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования
ИКТ	Информационно-коммуникационные технологии
УМК	Учебно-методический комплект

КМП	Консультационно-методический пункт
ФОП ДО	Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. N 1028

II. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

2.1. Пояснительная записка

2.1.1. Цель и задачи реализации программы дошкольного образования

Цель программы: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре.

Задачи:

Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные:

- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье); развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

Воспитательные:

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;

- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

2.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа построена на следующих принципах ДО, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Основными подходами к формированию Программы являются:

- деятельностный подход, предполагающий развитие ребенка в деятельности, включающей такие компоненты как самоцелеполагание, самопланирование, самоорганизация, самооценка, самоанализ;
- интегративный подход, ориентирующий на интеграцию процессов обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс в интересах развития ребенка;
- индивидуальный подход, предписывающий гибкое использование педагогами различных средств, форм и методов по отношению к каждому ребенку;

- личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;
- средовой подход, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательной организации в воспитании и развитии личности ребенка.

2.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска «Детский сад № 429 «Теремок» располагается по адресу: 630132, г. Новосибирск, ул. Челюскинцев, дом 15/2; телефон: 8 (383)221-89-10, *адрес сайта: [htt://ds429nsk.edusite.ru](http://ds429nsk.edusite.ru), адрес электронной почты teremok429@mail.ru*

МАДОУ д/с №429 является юридическим лицом, имеет обособленное имущество, закреплённое за ним на праве оперативного управления.

Учредителем ДОУ является муниципальное учреждение Управление образования Миллеровского района.

Функции и полномочия учредителя МАДОУ детский сад № 429 осуществляет в рамках своей компетенции Муниципальное учреждение Управление образования, расположенное по адресу: 630132, г. Новосибирск, ул. Челюскинцев, дом 15/2

Руководитель ДОУ – Ключникова Нина Ивановна. Учреждение имеет лицензии на право осуществления образовательной и медицинской деятельности.

Основной структурной единицей ДОУ является группа детей дошкольного возраста. В ДОУ функционируют группы общеразвивающего вида.

Образовательная деятельность ведется на русском языке.

Классификация возрастных групп соответствует ФОП ДО и представляет группы раннего возраста, младшие, средние, старшие и подготовительные группы.

Комплектование ДОУ проводится на основании Административного регламента предоставления муниципальной услуги «Приём заявлений, постановка на учёт и зачисление детей в образовательные учреждения, реализующие основную общеобразовательную программу дошкольного образования. Комплектование ДОУ осуществляется комиссией в соответствии с электронной очередью.

Образовательное учреждение осуществляет в качестве основной цели деятельности образовательную деятельность по образовательной программе дошкольного образования, присмотр и уход за детьми.

Образовательная деятельность, присмотр и уход осуществляются дошкольным образовательным учреждением в соответствии графиком работы, утвержденным Учредителем, по пятидневной неделе, с понедельника по пятницу включительно, с 7.00 до 19.00. Выходные дни: суббота и воскресенье, праздничные дни.

Группы дошкольного образовательного учреждения работают в режиме полного дня (12 часов работы).

Режим пребывания воспитанников (далее по тексту – режим дня) соответствует режиму работы групп. В течение всего режима пребывания воспитанников осуществляется образовательная деятельность, присмотр и уход, соответствующие возрастным особенностям детей, и способствующие их гармоничному развитию.

Основу режима составляет установленный распорядок сна и бодрствования, приёмов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, образовательной деятельности, прогулок и самостоятельной деятельности воспитанников.

Предельная наполняемость групп определяется в соответствии с Государственным заданием на оказание государственных услуг (выполнение работ) и согласно СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, СанПиН 1.2.3685-21, исходя из расчета площади групповой (игровой) комнаты и особенностей контингента воспитанников:

- для групп дошкольного возраста (от 3-х до 7-ми лет) - не менее 2,0 м² на одного ребенка.

В МАДОУ д/с № 429 функционируют следующие возрастные группы *общеразвивающей направленности*:

- младшая группа (3-4года);
- средняя группа (4-5 лет);
- старшая группа (5-6 лет);
- подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Образовательный процесс в детском саду осуществляется в соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием организованной образовательной деятельности и режимом дня, составленным согласно требованиям нормативных документов Министерства просвещения к организации дошкольного образования и воспитания, санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, с учетом недельной нагрузки. Ориентирован на реализацию Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Во всех группах различные формы работы с детьми организуются в первую и во вторую половину дня. Количество и продолжительность специально организованной образовательной деятельности устанавливается в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, СанПиН 1.2.3685-21.

Максимально допустимый объём образовательной нагрузки в первой половине дня:

- в младшей группе (от 3 до 4 лет) – не более 30 минут;
- в средней группе (от 4 до 5 лет) - не более 40 минут;
- в старшей группе (от 5 до 6 лет) - не более 50 минут или при организации 1 занятия после дневного сна;
- в подготовительной к школе группе (от 6 до 7 лет) – не более 1,5 часов.

В образовательной деятельности используется интегрированный подход, который позволяет гибко реализовывать в режиме дня различные виды детской деятельности.

Основными участниками реализации ООП ДО являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Социальными заказчиками деятельности учреждения являются в первую очередь родители (законные представители) воспитанников. Поэтому коллектив ДОУ создаёт доброжелательную, психологически комфортную атмосферу, в основе которой лежит определенная система взаимодействия с родителями, взаимопонимание и сотрудничество.

Основополагающим компонентом программы является *учет возрастных особенностей детей*

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростносиловые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.

3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками

5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности.

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными

движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления.

Бег, не опуская головы. Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели.

Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Результаты образовательной деятельности Достижения ребенка (Что нас радует)

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений,

подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

- С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

- С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.

Пятый год жизни. Средняя группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.

4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.

Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты. Основные движения. Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5×3=15), ведение колонны.

Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание, лазание. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и

ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.

Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см). Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования.

Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуелочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно

ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.

- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
 - Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
 - Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
 - Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взросло

Шестой год жизни. Старшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.

9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени

маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной

координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. Спортивные игры. Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.

- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью)

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.

2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.

3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.

5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.

6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.

8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами.

Упражнения с разными предметами, тренажерами.

Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине;

приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5×10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Прыжки. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину

с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см).

Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой.

Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

Прыжки через большой обруч, как через скакалку. Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами.

Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. Точное поражение цели. Лазание. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». Подвижные игры. Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. Спортивные игры. Правила спортивных игр. Городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками изза головы. Футбол: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон: правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах: скользящий попеременный двухшаговый ход

на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках: сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате: отталкивание одной ногой. Катание на велосипеде: езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки. Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических

упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.

- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.

- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).

Цель: создание условий для освоения ребенком физических навыков и умений в двигательной деятельности.

Задачи:

- формирование устойчивого интереса и потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями).

Рабочая программа состоит из трех разделов: целевого, содержательного, организационного. В целевом разделе отражены вопросы целеполагания, постановки задач.

Содержательный раздел представлен в табличном варианте, в виде годового еженедельного планирования образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников. Формат изложения материала представляет вариант нового поколения планирования рабочих программ.

Новизна заключается:

- в интеграции тем, видов, форм образовательной двигательной деятельности;
- в добавлении раздела «Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельной двигательной деятельности», с четким определением того, что освоил ребенок в ходе каждого занятия, каково его индивидуальное развитие в процессе самостоятельного выполнения двигательных заданий, упражнений, игровых действий;
- в определении целевых ориентиров по каждой конкретной теме.

На каждый месяц определена единая цель и основная задача. Цель и задача месяца реализуются через конкретное содержание, которое прописано в теме недели.

Результатом реализации рабочей программы являются целевые ориентиры:

- сформированность у ребенка положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- развитость любознательности и познавательной активности;
- развитость крупной и мелкой моторики, контроль за своими движениями, способность к волевым усилиям, преодоление трудностей;
- развитость умений общаться со сверстниками и взрослыми, действовать вместе, в команде с другими детьми;
- достаточно продолжительную познавательную и физическую работоспособность.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Младшая группа

Ребенок может:

безбоязненно передвигаться в ограниченном пространстве, проявляя стремление к самостоятельной двигательной деятельности;

реагировать на специальные сигналы, выполнять скоординированные действия при ползании, ходьбе, согласовывать свои действия с другими детьми;

с помощью взрослого и самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения по образцу, упражнения по словесной инструкции;

реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;

принимать активное участие в подвижных играх;

использовать предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполнять действия с предметами бытового назначения при незначительной помощи взрослого;

выполнять основные культурно-гигиенические действия, ориентируясь на образец и словесные просьбы взрослого.

Средняя группа (4-5 л)

Ребенок способен:

выполнять двигательные действия, состоящие из трех-пяти элементов;

самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;

выполнять общеразвивающие упражнения, ходьбу, бег в заданном темпе;

выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу, данному взрослым, самостоятельно);

описывать по вопросам взрослого свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае плохого самочувствия, боли и т. д.;

правильно умываться, мыть руки, самостоятельно следить за своим внешним видом, соблюдать культуру поведения за столом, самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за вещами личного пользования;

выполнять действия по словесному указанию взрослого, по звуковому сигналу, согласованные действия при ходьбе, ползании, соотносить свои действия с действиями других детей (слабовидящие дошкольники).

Старшая группа (5 -6 лет)

Ребенок способен:

выполнять основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых;

выполнять разные виды бега;

знать и подчиняться правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;

владеть элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);

пользоваться в играх спортивным инвентарем, участвовать в спортивных и подвижных играх;

владеть терминологией простейших движений и положений, оценивать свои движения с помощью тактильного контроля и словесной коррекции взрослого;

пользоваться с помощью взрослого вспомогательными техническими средствами и тренажерами (объемная, шарнирная куклы, градуированный экран, доска с ограничителем, стойка с ограничительной планкой).

Подготовительная группа (6-7 лет)

Ребенок способен:

соотносить упражнения друг с другом, выполнять движения в разном темпе, в различных комбинациях;

выполнять точно, произвольно движения, переключаться с одного движения на другое;

сохранять заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы;

осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;

знать терминологию простейших движений и положений; уметь оценить свои движения с помощью тактильного контроля и словесной коррекции; уметь словесно объяснить выполняемое упражнение, движение; пользоваться средствами наглядности; выполнять с помощью взрослого упражнения на тренажерах; уметь оценивать движения по времени (быстро - медленно) и степени мышечных усилий;

выражать свои потребности, значимые для здоровья и его сохранения с использованием вербальных средств общения;

стремиться к изучению себя, своих физических возможностей, представлений о физических возможностях других людей (сверстника и взрослого) и признаках здоровья человека;

выполнять гигиенические процедуры и получать удовлетворение от самостоятельных действий и их результатов;

описывать свое самочувствие, привлечь внимание взрослых в случае неважного самочувствия, недомогания

Основными задачами физического воспитания дошкольников с нарушением зрения являются:

- охрана и укрепление здоровья;
 - совершенствование функций организма;
 - полноценное физическое развитие;
 - воспитание интереса к различным доступным ребенку видам деятельности;
 - формирование нравственных и личностных качеств детей.
- Наряду с общими задачами физического воспитания, определяемыми в программе для детских садов, в специальном (коррекционном) дошкольном

учреждении решаются специальные задачи с учетом познавательной деятельности и предшествующего двигательного опыта детей:

- повышение двигательной активности детей путем создания специальных условий, позволяющих преодолевать скованность, ограниченность, недостаточность движений, боязнь передвижения в пространстве;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков на основе деятельности сохранных анализаторов;
- коррекция и компенсация недостатков физического развития;
- воспитание положительной мотивации и самостоятельной двигательной деятельности;
- преодоление неуверенности в своих силах;
- развитие коммуникативных умений.

Содержание коррекционно-развивающей работы младшей группе

Знакомство с основными положениями при выполнении движений

Основная стойка: стоять прямо, касаясь стены одновременно затылком, обеими лопатками, плечами, ягодицами, пятками. Пятки вместе, носки врозь, ноги в коленях не сгибать. Живот подобран, плечи и руки опущены вниз, пальцы полусогнуты и прижаты сбоку . бедрам (формирование правильной осанки). Стойка ноги врозь (на ширину плеч), руки :а поясе. Обычное положение стоп, стопа на себя, стопа от себя. Прямое положение головы, наклоны головы влево - вправо, вперед - назад. Положение рук: руки вперед, вверх, в стороны, на пояс, за спину. Положение ладоней: кверху, книзу, внутрь, пальцы - прямые, сжатые в кулачок; обычное положение кистей рук. Положение сидя, лежа.

Построение и перестроение

Свободное построение: врассыпную, в колонну по одному, в круг (с помощью взрослых); повороты направо, налево (для слепых по звуковому сигналу, на основе тактильных ощущений).

Основные движения

Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба: обычная, на носках (на пятках), за воспитателем на звук, по специальной дорожке; ходьба по прямой дорожке, по доске, гимнастической скамейке, по ребристой доске, перешагивание через предметы.

Бег: обычный, на носках - по прямой, в рассыпную (не шаркая ногами, не опуская головы, охраняя правильную осанку); бег в колонне по одному (стараться не сталкиваться друг другом), бег парами. При низкой остроте зрения ознакомление детей с техникой выполнения бега, стимуляция к переходу с ходьбы на бег, выполнение бега в паре с взрослым, самостоятельный бег по одному по специальной дорожке или на звуковой ориентир.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках по прямой, подлезание под предметы, перелезание через скамейку, лазание по гимнастической стенке (учить хвататься за перекладину во время лазания, не пропуская реек).

Прыжки (при отсутствии офтальмологических противопоказаний). Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, прыжки через невысокие предметы (слепые дошкольники с помощью взрослого), в длину с места («через ручеек»), спрыгивание с высоты (10-15 см), удерживая равновесие.

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча друг другу, в определенном направлении (для слепых - с ориентировкой на звучащий предмет или звучащими мячами); подсасывание и ловля мяча двумя руками; перебрасывание мяча друг другу (у слепых - с ориентировкой на голос); подбрасывание звучащего мяча вверх; бросание в цель, в том числе «озвученную».

Общеразвивающие упражнения

Для рук и плечевого пояса: поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны одновременно); хлопать перед собой и отводить руки за спину; вытягивать руки вперед, стороны, поворачивать их ладонями вверх;

шевелить пальцами; сжимать кисть в кулак. для ног: подниматься на носки; приседать, держась за опору, без нее, приседать, вынося руки перед; поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях.

Для туловища: повороты вправо, влево; из исходного положения сидя - поворачиваться положить предмет сзади себя, повернуться и взять его); из исходного положения лежа а спине - одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами попеременно.

На ориентирование: части тела (руки, ноги, голова, туловище), общие сведения о положениях, принимаемых ими; упражнения на формирование пространственных понятий: выше - ниже, спереди - сзади; определение направления по звуковому сигналу; передвижение к нему шагом и бегом, ходьба за звуковым сигналом; катание мяча в озвученную цель.

Подвижные игры

С ходьбой и бегом, прыжками (при условии отсутствия офтальмологических противопоказаний), с подлезанием, с мячом, на ориентировку в пространстве. При организации игровой деятельности необходимо учитывать состояние остроты зрения ребенка, особенности осязательно-слухового восприятия. Учить детей следовать правилам в подвижных играх, развивать интерес к ним. Поощрять самостоятельные подвижные игры с мячами, шарами.

Возможные игры

«Пузырь», «Воробушки и кот», «Через ручеек», «Докати мяч», «Прокати обруч», «Кегли». «Наседка и цыплята», «Птички в гнездышках», «Мыши в кладовой», «Мы топаем ногами», «Передача шаров», «Автомобили», «Воробьи», «Солнышко и дождик» и др.

Спортивные игры: знакомство с санками, трехколесным велосипедом. Катание на санках, катание на велосипеде с помощью взрослого по прямой поверхности, с поворотом, по кругу.

Танцевальные движения: кружение в парах, притопывание попеременно ногами и последовательно одной ногой; выполнение движений

с предметами (платочки, флажки, ленточки), медленное кружение в обе стороны.

Здоровье и здоровый образ жизни

Работа по формированию основ здорового образа жизни в младшей группе в первую очередь направлена на развитие культурно-гигиенических навыков.

Содержание коррекционно-развивающей работы в средней группе

Основные положения при выполнении движений

Закрепление основных положений: ног, стопы, рук, кистей, головы.
Знакомство с положением присед, полуприсед, положением лежа на правом и левом боку.

Построение и перестроение

Самостоятельное построение в колонну, в круг, в пары, шеренгу, построения в звенья по сигналу и словесной инструкции (для слепых по звуковому сигналу, на основе тактильных ощущений, специальных ориентиров).

Основные движения

Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп; ходьба с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом; чередование ходьбы и бега; ходьба со сменой темпа и направления, ходьба по наклонной поверхности с сохранением равновесия.

Бег. Обычный, на носках - по прямой, врассыпную; с обеганием предметов, с ускорением и замедлением скорости движения, с преодолением препятствий, челночный бег. При низкой остроте зрения обычный бег по прямой; бег в колонне по одному, с соблюдением дистанции, бег парами.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках по прямой, между предметами; ползание на животе по гимнастической скамейке, подлезание

под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед; пролезание в обруч, перелезание через скамейку; лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой); передвижение по гимнастической стенке приставным шагом вправо и влево.

Прыжки (при отсутствии офтальмологических противопоказаний). Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, прыжки поочередно на правой и левой ноге (с помощью взрослого и без нее), прыжки с короткой скакалкой. Прыжки в длину с места через невысокие предметы (слепые дошкольники с помощью взрослого и затем самостоятельно), в длину с места («через ручеек»), спрыгивание с высоты (20-30 см), с удержанием равновесия.

Катание, бросание, ловля, метание. Отбивание мяча об стенку, об пол и ловля его (для слепых дошкольников обучение последовательности движений с помощью взрослого и дифференциация звуков мяча, отбиваемого от стены и об пол); прокатывание мяча по полу в определенном направлении (для слепых детей сначала с ориентировкой на звучащий предмет, голос, затем самостоятельно с предварительным исследованием маршрута движения). Формирование правильной позы при метании, размахе и при броске.

Общеразвивающие упражнения

Для рук и плечевого пояса: поднимать руки вперед, в стороны, вверх, отводить руки за спину; руки вниз, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях; закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать; поднимать палку, обруч вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук, вращать кисти рук из исходного положения «руки вперед» в стороны.

Для ног: подниматься на носки, поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы, полуприседания, приседания, держа руки на поясе; приседать, вытянув руки вперед; поочередно поднимать ноги, согнутые в колене.

Для туловища: поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны, наклоны вперед; наклоняться в стороны; прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения «сидя и стоя на коленях»; перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой; приподнимать обе ноги над полом в упоре сидя; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходного положения «лежа на спине», сидя; поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет; приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

На ориентирование: ориентирование по «схеме» тела; ходьба и бег за перемещающимся звуковым ориентиром; ходьба и бег по прямолинейному маршруту за ведущим со звуковым сигналом; упражнения по формированию пространственных понятий: метание на звуковой сигнал в цель.

Подвижные игры: с бегом, прыжками, ползанием и лазанием, бросанием и ловлей мяча, на ориентировку в пространстве, на внимание. Знакомить и закреплять знания терминологии простейших движений и положений; учить осуществлять контроль над выполнением движения; использовать для обучения метод опосредованной наглядности; познакомить с объемной, шарнирной куклами.

Учить детей следовать правилам в подвижных играх, развивать интерес к ним. Поощрять самостоятельные подвижные игры с мячами, шарами.

Здоровье и здоровый образ жизни

Процесс воспитания культурно-гигиенических навыков ребенка с нарушением зрения должен быть максимально индивидуальным. Особое внимание уделяется закаливанию. Закаливание осуществляется в различные режимные моменты (на прогулке, во время дневного сна, в специально отведенное в режиме дня время) и характеризуется сочетанием воздушных, водных и иных процедур.

Дошкольники 5-6 лет могут произвольно регулировать напряжение и расслабление, выполнять согласованные ритмичные упражнения по показу и словесной инструкции. Если в младшей и средней группе основное внимание направлено на подготовку детей к выполнению более сложных движений, то старший дошкольный возраст характеризуется тем, что детей обучают технике выполнения общеразвивающих движений. Особое внимание уделяется ориентировке в пространстве, развитию координации движений, произвольности при выполнении движений, комбинаторике.

Содержание коррекционно-развивающей работы в старшей группе

Основные положения при выполнении движений

Знакомство с упорами, выпадами: упор на коленях, упор присев, упор сидя, упор лежа на бедрах, упор лежа на предплечьях, выпад левой (правой) согнутой ноги вперед с упором туловища на эту ногу, выпад влево (вправо) на расстоянии шага.

Построение и перестроение

Строевые упражнения: построение в колонну по одному, перестраивание в колонну по два, в шеренгу, в круг; самостоятельное равнение, размыкание; повороты направо, налево, кругом переступанием.

Основные движения

Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, приставной шаг в правую и левую стороны (с заданиями, с изменением направления). Упражнения в равновесии: ходьба по веревке, доске, выпуклой линии; ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием предметов, с поворотом); ходьба по наклонной доске; сохранение равновесия, стоя на носках, руки вверх, стоя на одной ноге, руки на поясе, в кружении; ходьба с перекатом с пятки на носок

Бег: обычный, на носках, с высоким подниманием колена (в колонне, враспынную, змейкой); бег по наклонной плоскости, бег в сочетании с

другими движениями, с разной скоростью; с преодолением препятствий; по пересеченной местности; бег наперегонки.

Ползание: на четвереньках змейкой между предметами, переползание через препятствия; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени; лазание по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами; перелезшие с одного пролета на другой.

Чередование ползания с другими видами движения.

Прыжки (при отсутствии противопоказаний): на двух ногах с чередованием с ходьбой, разными способами; на одной ноге попеременно, на месте и с продвижением; прыжки с высоты 20-25 см; прыжки в длину с места, с разбега; прыжки через короткую скакалку, двумя ногами, на одной ноге (для слабовидящих)

Катание, бросание, ловля, метание. Бросание, ловля, метание мяча в цель (бросание вверх, вниз и ловля двумя руками, бросание вверх и ловля его с хлопками); перебрасывание мяча друг другу (снизу); отбивание мяча о пол на месте; метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цель

Общеразвивающие упражнения

Для рук и плечевого пояса: разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать руки вперед, вверх со сцепленными «в замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь); поднимать руки вверх - назад попеременно, одновременно; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Для ног: поднимать прямые ноги вперед (махом), выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх); переступать приставными шагами в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Для туловища: наклоны вперед, в стороны; повороты, стоя на месте и с продвижением, разводя руки в стороны, руки за голову; поочередно отводить

нош в стороны из упора присев; двигать ногами (езда на велосипеде), лежа на спине; подтягивать голову и нога к груди (группироваться); поочередно поднимать согнутые, прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке, взявшись руками за рейку над головой.

На ориентирование: ориентирование на объемной, шарнирной куклах; упражнения на формирование пространственных понятий: направо, налево, кругом, близко - далеко, рядом; учить определять нахождение предметов, наполняющих зал, и способам передвижения к ним; учить способам защиты при самостоятельном передвижении; метание в цель после звукового сигнала.

Подвижные игры: подвижные игры с бегом, прыжками, лазанием и ползанием, с метанием; игры-эстафеты; народные игры. Учить детей следовать правилам в подвижных играх, развивать интерес к ним. Поощрять самостоятельные подвижные игры с мячами, шарами.

Спортивные игры: бросок в кольцо, удар по мячу ногой, сбивание кеглей (применять в играх санки, лыжи, велосипед). Обучение спортивным играм (бадминтон, кегли, городки, элементы футбола, баскетбола).

Катание на трехколесном и двухколесном велосипедах с поворотом, торможение, остановка.

Танцевальные движения: приставной шаг с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку; выставление ноги на носок, на пятку; кружение по одному и парами на носочках; учить танцам состоящим из этих элементов.

Движения детей старшего дошкольного возраста скоординированы, подчиняются волевой регуляции. Дошкольники начинают осознавать важность и необходимость движений в жизни человека. Дети старшего дошкольного возраста интересуются различными видами физических упражнений, поэтому в них так важно включать современные аэробные движения, элементы каланетики, степа и др.

Содержание коррекционно-развивающей работы в подготовительной группе

Построение и перестроение

Строевые упражнения: самостоятельные, построения и перестроения; расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время движения на углах площадки.

Основные движения

Ходьба: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, приставной шаг, ходьба в полуприседе; хольба в сочетании с другими видами движений, по кругу, в колонне, в шеренге, змейкой, врасыпную. Упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом; сохранение равновесия стоя на предметах (куб, набивной мяч); кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением фигур).

Бег: обычный, на носках, с высоким подниманием колена (в колонне, врасыпную, змейкой), в чередовании с ходьбой; челночный бег, бег на скорость (30 м); наперегонки с ловлей, с увертыванием, с преодолением препятствий.

Ползание, лазание: ползание на спине и животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; влезание на лестницу и спуск с нее в разном темпе, лазание по веревочной лестнице.

Прыжки. Прыжки на двух ногах, на месте разными способами и с продвижением; на одной ноге; прыжки с высоты 20-25 см; вверх с места и с разбега, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки; прыжки в длину с места, с разбега, через короткую скакалку.

Катание, бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, об стену, об пол и ловля его двумя руками с одновременным выполнением дополнительных движений (хлопки, подпрыгивания, перебежки); перебрасывание мяча с одной руки на другую; бросание мяча из разных исходных положений (стоя, сидя на полу, стоя на коленях и др.); метание вдале правой и левой рукой (для слепых на звуковой ориентир).

Общеразвивающие упражнения

Для рук и плечевого пояса: закрепить ранее полученные умения; поднимать и опускать плечи, круговые движения плечами, руки подняты к плечам; раскачивание рук вперед -назад; круговые движения согнутыми вперед локтями; круговые движения (махи) прямыми руками; вращение кистями рук; разводить и сводить пальцы, поочередно соединять все пальцы с большим пальцем. Для ног: приседать, держа руки за головой, поочередно прерывисто сгибать ноги (стоя ноги врозь); выполнять выпад вперед и в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (махом вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед - назад, держась за опору.

Для туловища: опускать и поворачивать голову в стороны; повороты в стороны; наклоны вперед; в упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться; прогибаться лежа на животе; из положения лежа на спине поднимать обе ноги вверх и удерживать их.

На ориентирование: ориентирование с использованием средств наглядности, технических вспомогательных средств, на тренажерах; овладение способами самостоятельной ориентировки в зале и перемещения в нем; ходьба по прямолинейному маршруту в заданном направлении без ориентира.

Подвижные игры

Игры с бегом, прыжками, с метанием и ловлей, с ползанием и лазаньем; игры-эстафеты: народные игры.

Спортивные игры: использовать на занятии элементы спортивных игр (городки, баскетбол, футбол, настольный теннис); кататься на санках, лыжах, педальных машинах, самокатах.

Катание на двухколесном велосипеде с поворотом, торможение, остановка. Танцевальные движения: хороводный шаг, боковой галоп, шаг с притопом, приставной шаг с приседанием.

Здоровье и здоровый образ жизни

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Беседы о необходимости ухода за волосами, дидактические и сюжетно-ролевые игры, позволяющие ребенку выполнять различные действия с предметами по уходу за волосами: расческой, массажной щеткой («Парикмахерская», «Семья», «Чьи это инструменты» и пр.).

Закреплять умение пользоваться аккуратно столовыми приборами, салфеткой.

Воспитывать умение замечать неопрятность в своей одежде, устранять ее.

Развивать культуру поведения: благодарить, вежливо обращаться с просьбой к взрослому, детям.

Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни

Расширение представлений детей о медицинских профессиях (окулист, стоматолог и др.). Включение детей в сюжетно-ролевые игры, отображающие поведение врача и пациента.

Рассматривание картин, иллюстраций, изображающих здоровый образ жизни людей. Беседы с детьми по этим картинам

Мир движений в речевом развитии

Движение тела и пальцев, или телесные упражнения. При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Происходит «чувствование» своего тела, что способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации. Известно, что центром тонкой

моторной координации является лобная доля мозга, отвечающая также за внутреннюю речь, произвольность и контроль.

Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например ходьбе, покачивании ног, постукивании карандашом по столу, жевании хрустящих продуктов и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы. *Вот почему следует помнить, что неподвижный ребенок не обучается!*

Упражнения 1 этапа: Разминка

1. Дыхание с задержкой на вдохе/выдохе сначала в собственном ритме, а затем в установленном ритме. Выполняется лежа, затем – сидя на полу «по-турецки» или на коленях; руки положить на живот. Ведущий вслух отсчитывает ритм, постепенно увеличивая интервалы от 3 до 7 секунд.(5 раз)
2. Резкий вдох через нос с выбросом рук вверх, на долгий выдох опускаем руки и произносим звук «и»
3. Медленный вдох носом, поднимая руки вверх, резкий выдох ртом со звуком «х», опуская руки
4. Через стороны руки на вдохе медленно поднять вверх, на выдохе через стороны опустить медленно
5. Развести прямые руки на вдохе на уровне груди в стороны, соединить на выдохе
6. Быстро потереть ладони друг о друга, пока они не станут теплыми.левой ладонью растереть правую кисть, затем правой ладонью - левую кисть.
7. Хлопки в ладоши.

8. Поглаживание лица: приложить ладони ко лбу и на выдохе провести ими с легким нажимом вниз до подбородка. На вдохе вести руки со лба на темя и затылок, с затылка - на шею.
9. Самомассаж головы и шеи совершается мягкими поглаживающими движениями.
10. Самомассаж ушных раковин: зажав мочку уха большим и указательным пальцами, разминать его по краю снизу вверх и обратно. Потянуть ушные раковины вниз, в сторону и вверх.
11. Растопырив пальцы, хлопнуть несколько раз в ладоши, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем хлопки выполняются кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, а потом вниз.
12. Растопыренные пальцы обеих рук борются друг с другом
13. Пальцы – крючки цепляют друг друга и тянут.
14. Над головой скрестить руки в оленьи рога и напрячь, затем превратить в ослиные уши и поболтать расслаблено.
15. Хлопки и потирание ладоней по ковру.
16. Сжав руку ладонью противоположной руки, массировать ее, проводя ладонью от локтя до запястья и обратно, затем - от плеча до локтя и обратно. То же другой рукой.
17. Пальчиковая гимнастика с речевками: «Мы писали», «Мальчик-с-пальчик где ты был», «Петушок», «Топ топ топотушки», «Капуста», «На двери висит замок», «Мы делили апельсин»
18. «Кулачок ладошка я иду как кошка» смена кулак-ладонь.
19. «Мама нам печет блины» поочередная смена внутренней и тыльной сторон ладоней левой и правой рук.

Основные упражнения

20. «Колобок»: 1 этап – ребенок в «позе эмбриона» раскачивается назад – вперед, вправо – влево, затем, переворачиваясь со спины на колени, катится в сторону и обратно. Необходимо следить, чтобы голова была прижата к коленям. 2 этап – взрослый (мать) обхватывает ребенка,

находящегося в этой же позе, и крутит его. При этом ребенок должен в любой момент остановки не упасть, а вернуться в исходное положение. 3 этап – ребенок сидит в той же позе, взрослый (мать) садится сзади и сильно обхватывает его руками и ногами. Ребенок должен, напрягаясь, вырваться.

- 21.«Бревнышко»: ребенок ложится на спину, вытягивает руки вверх и перекачивается с живота на спину, не скрещивая и не сгибая при этом руки и ноги.
- 22.«Солдатик»: лежа на спине, руки прижаты вдоль тела, перекачивается через лоб.
23. «Гусеница». Руки согнуты в локтях, ладони упираются в пол на уровне плеч; выпрямляя руки и поднимая таз, дети выгибают туловище вверх, Ноги подтягиваются к рукам, затем руки продвигаются вперед, а ноги снова подтягиваются к рукам и т.д. Во время движения ладони рук и подошвы ног не отрываются от пола.
- 24.«Яблочко»: обхватить колени, прижать голову, перекат на бочок, на спину, на другой бок.
- 25.Ребенок ползает по-пластунски, затем - только с помощью рук или ног.
- 26.Ребенок ползает на спине при помощи плеч и торса. Ноги при этом не двигаются.
- 27.«Лодочка». Ребенок ложится на спину, вытягивая руки. По команде ведущего ребенок одновременно поднимает прямые ноги, руки и голову. Поза держится максимально долго. Затем ребенок выполняет это упражнение, лежа на животе.
- 28.Ребенок лежит на спине и поочередно соединяет локоть с коленом сначала одноименные, а затем разноименные. При этом противоположные рука и нога должны быть вытянуты.
- 29.«Велосипед»: два ребенка ложатся на спину, ногами друг к другу. Соприкасаясь, друг с другом стопами, поочередно «крутят педали».
- 30.Растяжка на животе, на спине (глаза смотрят на носки)

31.Руки за головой, шага бедрами по ковру.

32.Ребенок лежит на спине, на ровной поверхности. На расстоянии вытянутой руки взрослый двигает какой-либо яркий предмет в разные стороны, по кругу, к носу ребенка. Ребенок должен следить за этим предметом глазами, не двигая головой. После освоения упражнения ребенок перемещает предмет самостоятельно.

Календарно-тематическое планирование в младшей группе

Сентябрь
1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задачи: Оздоров: Укрепление мышц ОДА. Образов: Способствовать освоению детьми ОВД: ходьба, бег между линиями, реагировать на сигнал. Восп: воспит. Кол- х дейст- в игре.</p>	<p>Тема первой недели: «Детский сад», адаптация. Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Краткая беседа о красивой ритмичной ходьбе и легком беге. Двигательная. Общеразвивающие упражнения, комплекс № 1 Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег по сигналу. Ходьба и бег между линиями. Речевая. По ровненькой дорожке (ходьба в ритме стихотворения) По ровненькой дорожке Шагают наши ножки. Раз-два, раз-два. Художественно – эстетическая. Слушаем музыку «Ходим – бегаем» Задания: определить, под какую музыку надо идти, а под какую бегать. Игровая. Подвижные игры : «Бегите ко мне».</p>	<p>- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет с чередованием ходьбу и бег; - выполняет общеразвивающие упражнения: - слушает, запоминает и одновременно выполняет движения в ритме стиха; - слушает музыку; - участвует в игровой деятельности.</p>	<p>- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - умеет реагировать на сигналы «беги», «стой».</p>

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задачи: учить детей прыгать на двух ногах, с продвижением вперед, закреплять умения ходьбы и бега в колонне по одному.</p>	<p>Тема второй недели: « В гостях у Мойдодыра» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность</p>	<p>Коммуникативная. Беседа о пользе движения и двигательных упражнений. Двигательная. Повторение, закрепление. Общеразвивающие упражнения №1 Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба и бег по сигналу. Ходьба и бег между линиями. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с продвижением вперед на 2 метра. Речевая. Слушаем, запоминаем. «Стоит в лесу избушка, А в ней живёт Петрушка, К нему идёт зверюшка Попрыгать-поиграть! (выполнение игровых движений) Олени, Носороги, Медведи из берлоги Приходят друг за дружкой Попрыгать-поиграть! (выполнение игровых движений)» Игровая. Подвижные игры с ходьбой «К куклам в</p>	<p>- ребенок участвует в беседе; - участие в двигательной деятельности; - выполнение игровых движений в ритме стиха; - участие в подвижных играх; - слушание музыки и выполнение прыжков под музыку.</p>	<p>- ребенок может поддерживать беседу; - умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - с интересом слушает стихи и выполняет характерные движения персонажей; - умеет взаимодействовать со сверстниками.</p>

		<p>гости», «Кто тише».</p> <p>Подвижные игры с бегом «Догони меня», «По тропинке».</p> <p>Подвижные игры с прыжками «Обезьянки».</p> <p>Художественно – эстетическая.</p> <p>Слушаем музыку</p> <p>М. Сатулина «Мячики»</p> <p>и прыгаем как мячики.</p>		
--	--	--	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для приобретения двигательного опыта в процессе разных видов деятельности.</p> <p>Задачи: учить детей ползать на четвереньках по прямой, между предметами, ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие, упражнять в</p>	<p>Тема третьей недели: «Игрушки»</p> <p>Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - познавательно-исследовательская деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Краткая беседа о пользе двигательных упражнений.</p> <p>Познавательно – исследовательская.</p> <p>Загадки</p> <p>«Стукнешь о стенку – а я отскачу; бросишь на землю - а я поскачу, я из ладоней в ладони лечу, смиренно лежать не хочу» (Мяч)и другие загадки.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения №1</p> <p>.Ходьба друг за другом, бег друг за другом.</p> <p>Ползаем..</p> <p>Ползание на четвереньках по прямой, между предметами.</p> <p>Ходьба между предметами, бег в колонне по одному. Ходьба по наклонной доске с удержанием равновесия.</p> <p>П/И» Догони мяч»</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное отгадывание загадок.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: «Раскачивание рук», «Постучи кубиком», «Положи кубик».</p> <p>Ползание на четвереньках по прямой, между предметами.</p> <p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок может поддерживать беседу;</p> <p>- проявляет волевые усилия в ползании и лазании;</p> <p>- проявляет инициативу в подвижных играх;</p> <p>- проявляет активность в трудовой деятельности.</p>

ходьбе друг за другом.		Трудовая. Уборка мячей и оборудования.	Участие в трудовой деятельности.	
------------------------	--	--	----------------------------------	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: Развитие у детей потребности в двигательной активности, интерес к п /и. Задачи: Вызвать у детей интерес к п/и.	Тема « Игрушки»	Подвижные игры: «Бегите ко мне», «Догони мяч», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой дом», «Пузырь».		- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.

Октябрь
1 неделя

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной	Индивидуальные эталоны	Целевые ориентиры
-----------------	------	-------------------------	------------------------	-------------------

область. Цель. Задача.		образовательной деятельности. Двигательная.	усвоения и самостоятельная деятельность	(результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задачи: Учить детей сохранять равновесие при перешагивании через предметы, упражнять в прыжках на двух ногах, прокатывании мяча вперед. Воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.	Тема первой недели: «Огород. Овощи. Осваиваем основные движения. Ходьба. Бег». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - познавательно - исследовательская деятельность (загадки).	Ходьба и бег по одному, игровое упражнение «Едет, едет паровоз». Равновесие: Ходьба с перешагиванием через кирпичики. Прыжки : Прыжки из обруча в обруч. Бросание: Прокатывание мяча в перед по прямой. П/И «Огуречик» ОРУ № 2	Участие в беседе о признаках здоровья человека. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы, бега. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в коллективных подвижных играх. Заучивание и отгадывание загадок.	- ребенок использует речь для выражения своих мыслей; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет волевые усилия при освоении основных движений.

2 неделя

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
-----------------------------------	------	--	---	-------------------------------

Задача.			деятельность	
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задачи: Учить детей ползанию по прямой, за катящимся мячом, упражнять в прыжках, через цветные колечки, закреплять умения в перешагивании через рейки лестницы, не задевая их. Воспитывать у детей желание выполнять правила в п/и.</p>	<p>Тема второй недели: Каникулы. Упражнения с предметами» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении движений. Двигательная. ОРУ№ 2 ОВД: Ползание на четвереньках за катящимся мячом. Равновесие: ходьба с перешагиванием через рейки лестницы. Прыжки: прыжки через цветные колечки. П/И: «Бегите к флажку».</p> <p>Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении движений. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.</p>

3 неделя

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
-----------------------------------	------	--	---	-------------------------------

Задача.			деятельность	
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.</p> <p>Задачи: Учить детей прокатывать мяч между предметами, закрепить умение ползать на четвереньках за катящимся мячом с ускорением.</p> <p>Воспитывать у детей умение внимательно слушать задание.</p>	<p>Тема третьей недели: «Сад. Фрукты».</p> <p>Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Рассказ об играх с мячом.</p> <p>Вопросы. Ответы.</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ №2</p> <p>ОВД: Равновесие: Ходьба с перешагиванием через предметы («Ежики») в быстром темпе.</p> <p>Бросание, катание: Прокатывание мяча между предметами, расположенными на расстоянии 60 см друг от друга.</p> <p>Ползание: За катящимся мячом с ускорением.</p> <p>П/И: «Мой веселый звонкий мяч».</p> <p>Художественно – эстетическая.</p> <p>Музыкально – ритмические движения «Веселые мячики!» Музыка В. Витлина</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка спортивного инвентаря.</p>	<p>Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом.</p> <p>Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- ребенок владеет устной речью;</p> <p>- способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения;</p> <p>- реагирует на сигналы педагога;</p> <p>- проявляет активность в трудовой деятельности.</p>

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема: «Осень»	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема четвертой	Коммуникативная.	Участие в	- ребенок участвует в беседе;

<p>развитие. Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений. Задачи: Способствовать освоению детьми ОВД. Воспитывать у детей умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.</p>	<p>недели «Прыжки. Метание» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>Беседа о правилах безопасного выполнения прыжков и метания. Двигательная. ОРУ№2 ОВД: Прыжки: На двух ногах с продвижением вперед на мате. Катание, бросание: Прокатывание мяча между предметами, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга. Ползание: за катящимся мячом с ускорением темпа. П/И «Солнышко и дождик». Художественно - эстетическая. Музыкально - ритмические движения «Зайчики» русская народная мелодия. Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.</p>	<p>коммуникативной деятельности, ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение прыжков из исходного положения. Самостоятельное метание вдаль. Самостоятельное выполнение музыкально - ритмических упражнений. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - реагирует на сигналы педагога; - соблюдает правила безопасного поведения при выполнении прыжков и метания; - проявляет активность в трудовой деятельности.</p>
--	--	---	---	---

Ноябрь
1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема первой недели:	Коммуникативная.	Участие в повторении	- ребенок участвует в беседе;

<p>развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задачи: Учить детей ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие, упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, закреплять навык прокатывания мяча между предметами, развивать глазомер. Поддерживать дружеские отношения между детьми.</p>	<p>«Дикие животные» «Разные движения. Вот как мы умеем» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность.</p>	<p>Приветствие. Повторение правил безопасного поведения во время занятий физической культурой. Двигательная. Построение. Основная ходьба. Ходьба на носках, С высоким подниманием бедра «Петушки». Бег в колонне по одному, по мату «как по песочку». ОРУ №3 Равновесие: Ходьба по наклонной доске и спуск с нее, руки произвольно. Прыжки: Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на мате. Бросание, катание: Прокатывание мяча между предметами, расположенными на расстоянии 50см друг от друга. П/И «Веселые зайчата» Речевая. Выполнение движений вместе с педагогом в ритме стиха. «Мы играем целый день Целый день играть не лень. Ты смотри, не отставай Все за нами повторяй». «Мы поднимем руки вверх Сразу станем выше всех. Руки ниже опусти И достанешь до земли».</p>	<p>правил безопасного поведения во время занятий физической культурой. Участие в разных видах двигательной деятельности. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Участие в речевой деятельности. Выполнение движений вместе с педагогом в ритме стиха.</p>	<p>- самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения; - проявляет активность при выполнении игровых упражнений.</p>
--	--	--	---	---

2 неделя

<p>Образовательная область. Цель.</p>	<p>Тема</p>	<p>Виды и формы совместной образовательной деятельности</p>	<p>Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная</p>	<p>Целевые ориентиры (результат)</p>
---	-------------	---	--	--------------------------------------

Задача.			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задачи: Учить детей ползать по скамейке на четвереньках, упражнять в ходьбе по наклонной доске, закреплять умение прыгать на двух ногах через шнуры. Воспитание коллективных действий в п/и.	Тема второй недели: «Домашние животные». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная ОРУ №3 Равновесие: Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с разным положением рук (в стороны, на пояс). Прыжки : Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнуры. Лазанье: По скамейке на четвереньках. П/И «Кот Васька» И.м.п. Речевая. Трудовая. Уборка оборудования.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Участие в игровой деятельности. Участие в речевой деятельности.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет активность в трудовой деятельности.

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца:	Тема третьей недели: «Человек» Развитие координации	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении движений.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение комплекса	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения;

<p>создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задачи: Учить детей в прокатывании мяча, развитие глазомера и ловкости, формировать умение сохранять равновесие в ходьбе и ползании по ограниченной площади опоры. Воспитывать умение выполнять правила в п/и.</p>	<p>движений» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность</p>	<p>Двигательная. ОРУ № 3 Построение. Основная ходьба. Ходьба на носках. Ходьба приставным шагом влево и вправо. Бег с изменением темпа. Речь и движение (ходьба «паровозиком») «Едем, едем, долго едем, Очень длинный этот путь. Скоро в детский сад приедем Там мы сможем отдохнуть». Дыхательные упражнения. ОВД Равновесие: Ходьба по наклонной доске и спуск с нее. Бросание, катание: Прокатывание мячей под шнуром с целью сбить кеглю. Ползание: На четвереньках по скамейке. П/И: «Кто первый». И.м.п. Трудовая. Уборка оборудования.</p>	<p>общеразвивающих упражнений. Участие в игровой деятельности. Участие в речевой деятельности. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- соблюдает правила безопасного поведения; - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет активность в трудовой деятельности.</p>
---	--	--	---	---

4 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий	Тема четвертой недели: « Одежда и обувь». «Сильные, ловкие,	Подготовка и проведение спортивно - музыкального развлечения: «Сильные, ловкие, смелые».	Участие в спортивно – музыкальном развлечении «Сильные, ловкие, смелые».	- ребенок имеет соревновательный двигательный опыт; - проявляет волевые усилия при

для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задачи: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.	смелые». Содержание развлечения состоит из всех пройденных и освоенных детьми двигательных упражнений и подвижных игр.	Содержание развлечения состоит из всех пройденных и освоенных детьми двигательных упражнений и подвижных игр.		выполнении игровых заданий; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.
--	--	---	--	---

Декабрь

1 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: Развитие ловкости средствами п/и. Задачи: Учить детей	Тема первой недели: «Дом»	Коммуникативная. Беседа. Двигательная. ОРУ№4	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега;

<p>ходить по гимнастической скамейке, упражнять в прыжках вверх с места, закрепить навык прокатывания мяча. Воспитание доброжелательности и коллективных действий в игре.</p>		<p>Ходьба в колонне по одному, на носках, змейкой. Бег в колонне по одному, змейкой. Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке руки на поясе. Прыжки вверх с места с целью достать предмет, постепенно увеличивать высоту, на которой расположен предмет. Катание, бросание: Прокатывание мяча с целью сбить кеглю. П/И: « Построим дом» И.м.п.</p>	<p>Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.</p>	<p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>
---	--	---	--	---

2 неделя.

<p>Образовательная область. Цель. Задача.</p>	<p>Тема</p>	<p>Виды и формы совместной образовательной деятельности</p>	<p>Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность</p>	<p>Целевые ориентиры (результат)</p>
<p>Физическое развитие. Цель месяца: Развитие ловкости в основных видах движений. Задачи: Формировать умение подлезать под дугу, не касаясь руками</p>	<p>Тема второй недели: « Мебель» «Прыжки» Краткое содержание: проведение мониторинга</p>	<p>Коммуникативная. Беседа. Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног.</p>	<p>Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при прыжках.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные с прыжками с места; -с интересом участвует в коллективных подвижных</p>

пола. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через кирпичик, закреплять навык прыжков в верх . Воспитывать желание заниматься физкультурой.	эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	ОРУ№4. Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны, на середине перешагнуть кирпичик. Прыжки: Вверх с места с целью достать до предмета. Лазанье, ползание: Подлезание под дугу прямо, не касаясь руками пола. П/И: «Найди свою скамеечку» И.м.п	Участие в игровой деятельности.	играх.
---	--	--	---------------------------------	--------

3 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: Развитие ловкости и координации ОВД. Задачи: Формировать умение бросать мяч об пол и ловить его. Упражнять в умении	Тема третьей недели: « Зима».	Коммуникативная. Беседа. Безопасные правила поведения при бросании мяча об пол . Двигательная. Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с предметом(мячом) в руках. Бросание и ловля мяча: Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его, стоя на месте.	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при бросании мяча об пол и ловле	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

<p>сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры. Воспитывать добрые отношения друг к другу.</p>		<p>Лазанье, ползание: Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. П/И « Береги свой снежок». И.м.п.</p>	<p>двумя руками. Участие в игровой деятельности.</p>	
--	--	--	--	--

4 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Цель месяца: Развитие ловкости координации в ОВД. Формировать у детей умение приземляться мягко на полусогнутые ноги, упражнять в бросании мяча об пол, развивать быстроту реакции в п/и. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>	<p>Тема третьей недели: «Лазание» Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Безопасность. Беседа. Безопасные правила поведения при спрыгивании со скамейки. Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Бег в колонне по одному, бег враспынную, с остановками. Прыжки: Спрыгивание со скамейки в обруч. Бросание и ловля мяча двумя руками, стоя на месте. Лазанье, ползание: Подлезание под несколько подряд расположенных дуг, не касаясь руками пола. П/И «Быстро возьми предмет». « Не опоздай». И.м.п</p>	<p>Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при лазании. Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные движения, связанные со спрыгиванием со скамейки. -с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>

Январь

1,2 недели выходные праздничные дни.

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, ОРУ участия в подвижных играх. Задача: Формировать умение ходить по скамейке с мешочком на голове, сохраняя устойчивое равновесие, Развивать ловкость, быстроту реакции. Воспитывать активность, инициативу, умение выполнять действия сообща.</p>	<p>Тема третьей недели: « Зимние развлечения».</p> <p>Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - игровая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа. Красивая осанка. Прямая спина. Двигательная. ОРУ № 5 без предметов. « Погреем ручки». Ходьба в колонне по одному, на носках, игровое задание « Пингвины», « Черепашки» , приставным шагом. Бег в колонне по одному, в сочетании с прыжками (« Зайки») Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Бросание ловля мяча: Ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70- 80см). Ползание: подлезание под дугами произвольным способом. П/ и « Найди свой цвет». И.м.п. « Как живешь?».</p>	<p>Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности: построение в шеренгу, бег по кругу. Участие в речевой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - запоминает и повторяет текст стиха, самостоятельно выполняет движения в соответствии с его содержанием.</p>

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для становления и обогащения двигательного опыта детей по выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе выполнения основных программных движений, общеразвивающих упражнений, участия в подвижных играх.</p>	<p>Тема четвертой недели: «Зимующие птицы». « Домашние птицы» « Осанка. Ходьба и бег в рассыпную. Остановка по сигналу» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа. Красивая осанка человека. Прямая спина. Двигательная. Ходьба. Построение в шеренгу и равнение по линии с поворотом в колонну друг за другом. Осанка. Бег. Бег по кругу, взявшись за руки со сменой направления по сигналу. Остановка по сигналу. Речевая. « Дружно , весело шагаем И колени поднимаем. А сейчас мы побежали По команде « Стой!» Мы встали. ОРУ № 5 Прыжки: В длину с места (40 см). Ловля, бросание мяча: Ловля мяча, брошенного взрослым; бросание мяча друг другу и ловля его. Ползание: Подлезание в обруч, расположенный вертикально, не касаясь пола. П/и: « Птички в гнздышках», « Наседка и цыплята».</p>	<p>Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности: построение в шеренгу, бег по кругу, смена направления по сигналу, остановка по сигналу. Индивидуальное самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в коллективных подвижных народных играх.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - проявляет инициативу в двигательной игровой деятельности: - выполняет указания педагога (инструктора) в остановке по сигналу.</p>

Февраль

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений.</p> <p>Задачи:</p> <p>Способствовать освоению детьми ОВД.</p> <p>Воспитывать у детей умение внимательно слушать задание и правильно его выполнять.</p>	<p>Тема первой недели: « Транспорт».</p> <p>« Игруем с мячом»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Приветствие. Беседа о правилах безопасного поведения в спортивном зале.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба по извилистой дорожке, обозначенной шнуром, с высоким подниманием , ходьба с заданием (остановиться , встать на носки и постоять).</p> <p>Бег в колонне по одному, по доске.</p> <p>ОРУ № 6</p> <p>Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках.</p> <p>Прыжки в длину с мета (40см)</p> <p>Бросание и ловля: Ловля мяча, брошенного взрослым с расстояния 1- 1,5</p> <p>Ловля и бросание мяча друг другу.</p> <p>П/и:» Цветные автомобили».</p> <p>И.м.п.» мяч в кругу».</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения в спортивном зале.</p> <p>Индивидуальная ходьба по извилистой дорожке.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений.

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений . Задачи: Способствовать освоению детьми ОВД. Воспитывать умение действовать в коллективе сверстников.</p>	<p>Тема второй недели: « Если хочешь , будь здоров.» «Подвижные и ловкие» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - музыкально – ритмическая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Приветствие. Беседа о правилах безопасного поведения в спортивном зале. Речевая «Мы топаем ногами, мы хлопаем руками, мы руки поднимаем, мы руки опускаем, качаем головой (выполнение движений по содержанию стиха). Двигательная. Приветствие Ползание и лазание Ползание на четвереньках по прямой, «змейкой» между предметами, перелезание через бревно. Прыжки в длину с места через предметы (20,30, 40см). Музыкально - ритмические упражнения. «Веселые мячики» Игровая. П/и: « Веселая эстафета» Трудовая. Уборка инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения в спортивном зале. Индивидуальное выполнение движений по содержанию стихотворения. Самостоятельное ползание на четвереньках по прямой. Ползание между предмета Перелезание через бревно. Самостоятельное выполнение музыкально – ритмического упражнения «Веселые мячики». Участие в подвижной игре. Участие в уборке инвентаря.</p>	<p>- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет волевые усилия в ползании и лазании.</p>

3 неделя

Образовательная область.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры (результат)
--------------------------	------	--	-----------------------------------	-------------------------------

Цель. Задача.			самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске. Задача: упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске.	Тема третьей недели: «Ловкие и смелые» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - музыкально - ритмическая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Приветствие. Беседа о том, кто такие ловкие и смелые. Речевая. «Выше ноги поднимай! Ловко, смело ты шагай! А потом - легко беги По дорожке вдоль реки» (ходьба и бег с остановкой по сигналу) Двигательная. Перепрыгни бревнышко. Проползание в обруч, расположенный вертикально к полу, не касаясь руками пола. Ловля мяча, брошенного инструктором (расстояние 1,5 м.) Музыкально - ритмические упражнения «Упражнение с обручем», упражнение «Скачем как мячики». Игровая. Подвижная игра «Передай мяч». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Индивидуальное выполнение движений по содержанию стихотворения. Самостоятельное перепрыгивание через бревнышко. Самостоятельное проползание в обруч. Ловля мяча. Выполнение музыкально - ритмического упражнения. Участие в подвижной игре. Участие в уборке инвентаря.	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет старание в ловле мяча.

4 неделя

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
-----------------------------------	------	--	---	-------------------------------

Задача.			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для освоения детьми программных упражнений ползания и подлезания под скамейку, игр с мячом, ходьбе по наклонной доске. Задача: упражнять детей в ползании и подлезании, бросках мяча, ходьбе по наклонной доске.	Тема четвертой недели: «Веселые старты» Содержание темы включает в себя сценарную подготовку развлечения, по пройденному программному материалу, где используются освоенные детьми упражнения, игры по выбору инструктора (педагога).	«Веселые старты» Содержание темы включает в себя сценарную подготовку развлечения, по пройденному программному материалу, где используются освоенные детьми упражнения, игры по выбору инструктора (педагога).	Участие в развлечении «Веселые старты».	- ребенок проявляет интерес и активность в коллективной двигательной деятельности.

Март
1 неделя

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
-----------------------------------	------	--	---	-------------------------------

Задача.			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно-двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений.	Тема первой недели: «Координация движений» Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. Для чего нужна координация движений?(использование наглядного материала, фото, видео) Вопросы. Ответы детей. Двигательная. Общеразвивающие упражнения Положения в движении головы (вверх – вниз, налево и направо) Положения в движении рук (одновременные, однонаправленные). Положения в движении туловища (наклоны). Положения в движении ног(приседания, подскоки на месте). Упражнения на развитие координации движений Упражнения с предметами: перекладывание предметов стоя, кружение с ленточкой над головой. Бег между кеглями. «Прыжки на мат». Тренировать мышцы, развивать смелость. Игровая. «Проползи – не задень», «Пройди мишкой, проползи мышкой». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Ответы на вопросы. Самостоятельное выполнение движений головы, рук, туловища, ног. Самостоятельное выполнение упражнений с предметами. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок выполняет упражнения на координацию движений; - удерживает равновесие при выполнении упражнений; - понимает, как надо действовать в играх с правилами; - у ребенка сформирован опорно – двигательный аппарат.

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	--	-------------------------------

<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно – двигательный аппарат, в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений.</p>	<p>Тема первой недели: «Ловкость и координация» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа. Кто такие ловкие? (использование наглядного материала, фото, видео) Вопросы. Ответы детей. Двигательная. Общеразвивающие упражнения Четыре стадии ловкости 1. Балансирование 2. Координация движений 3. Программируемая ловкость 4. Самопроизвольная ловкость <u>Балансирование</u> (по показу педагога, инструктора): умение стоять, ходить и останавливаться, одновременно фокусируя внимание на центре тяжести, правильной осанке и постановке стоп. <u>Координация движений</u> (по показу педагога, инструктора): физические упражнения на координацию движений включают в себя работу ног, бег по кругу, повторение «в зеркальном отражении» движений партнера, ритмические и циклические двигательные действия. <u>Программируемая ловкость</u> (по показу педагога, инструктора): выполнение образцов и последовательностей движений. <u>Самопроизвольная ловкость</u>: дети выполняют задания с неизвестными заранее требованиями и не по заученным образцам движений, а спонтанно. Игровая. «Тоннель». Чтобы построить тоннель необходимо установить обручи (2–4 шт.) вертикально с небольшим расстоянием друг от друга. Задание ребенка – проползти через тоннель + уже известное задание с мячиками. Трудовая.</p>	<p>Участие в беседе. Ответы на вопросы. Самостоятельно е выполнение движений на балансирование, координацию движений, про - граммируемую ловкость, само - произвольную ловкость. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- ребенок выполняет упражнения на координацию движений; - удерживает равновесие при выполнении упражнений; - выполняет движения на балансирование, координацию движений, програ ммируемую ловкость, самопр оизвольную ловкость; - у ребенка сформирован опорно - двигательный аппарат.</p>
---	---	--	--	---

		Уборка инвентаря.		
--	--	-------------------	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно – двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений.	Тема третьей недели: «Разные движения» Краткое содержание: -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа «Об освоении правил поведения во время выполнения различных движений» Вопросы. Ответы. Двигательная. Приветствие. Ходьба в колонне по одному. Бег враспынную. Общеразвивающие упражнения с кубиками. Поднятие кубиков через стороны вверх. Наклон вперед (поставить кубики на пол). Повороты с кубиками. Основные виды движений: ползание по гимнастической скамейке на животе, Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Игровая. Подвижная игра «Птицы и птенчики». Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Ответы на вопросы. Участие в ходьбе и беге. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с кубиками. Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок выполняет упражнения на координацию движений; - удерживает равновесие при выполнении упражнений; - понимает, как надо действовать в играх с правилами.

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие.	Тема четвертой недели:	Содержание 4 недели состоит из сценарной подготовки и проведения	Участие в итоговом занятии«Веселые игры».	- ребенок с интересом участвует в

<p>Цель месяца: создание условий для развития координации движений, быстроты и ловкости. Задача: формировать опорно – двигательный аппарат в процессе выполнения специальных двигательных заданий и упражнений.</p>	<p>итоговые занятия «Веселые игры».</p> <p>Краткое содержание: содержание 4 недели состоит из сценарной подготовки и проведения итогового занятия «Веселые игры».</p> <p>Необходимо использовать знакомые общеразвивающие упражнения.</p> <p>Основные движения, подвижные игры, которые дети освоили за месяц.</p>	<p>итогового занятия «Веселые игры».</p> <p>Необходимо использовать знакомые общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры, которые дети освоили за месяц.</p>		<p>коллективной двигательной деятельности;</p> <p>- активно и доброжелательно общается с детьми и взрослыми.</p>
---	--	--	--	--

Апрель
1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для развития потребности в двигательной деятельности в	<p>Тема первой недели: «Веселые мячики»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа «Как играть с мячиком?»</p> <p>Речевая.</p> <p>Стихи и загадки о мяче (по подбору инструктора, педагога).</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения с мячом.</p> <p>«Подними мяч».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Запоминание стихов и отгадывание загадок.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений с</p>	<p>- ребенок умеет поддерживать беседу;</p> <p>- самостоятельно выполняет упражнения с предметами (мячом);</p>

<p>процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.</p>	<p>деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>И. п.: ноги слегка расставлены, мяч внизу в обеих руках. Поднять мяч вверх, опустить вниз. Повторить 6 раз. «Положи мяч». И.п.: сидя, ноги в стороны, руки с мячом внизу. Наклониться, положить мяч, выпрямиться, опустить руки, наклониться, взять мяч, выпрямиться. Повторить 4 раза. «Приседания». И.п.; ноги слегка расставлены, руки с мячом внизу. Присесть, положить мяч на пол между ног, выпрямиться, присесть, взять мяч, встать. Повторить 4 раза. «Мяч вперед» И. п.: ноги слегка расставлены, мяч внизу, в обеих руках. Поднять мяч вперед, опустить. Повторить 2 раза. Перестроение из круга. Бег. Ходьба друг за другом. Игровая. «Охотники», «Летучий мяч». Трудовая. Уборка инвентаря.</p>	<p>мячом. Участие в коллективной игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- следит за своей осанкой; - реагирует на сигнал педагога, инструктора; - проявляет двигательную активность в игровой деятельности; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря.</p>
--	---	--	---	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития	Тема второй недели: «Весеннее настроение» Краткое содержание: - коммуникатив-ная	Коммуникативная. Беседа «Весеннее настроение, весенние движения» Речевая. Стихи и загадки о весне (по подбору инструктора,	Участие в беседе. Запоминание стихов и отгадывание загадок. Самостоятельное	- ребенок умеет поддерживать беседу; - самостоятельно выполняет

<p>потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.</p>	<p>деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>педагога). Двигательная. Общеразвивающие упражнения «Весна» Ходьба друг за другом. Бег. Ходьба на носках. Построение в круг. «Деревья качаются». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Руки поднять вверх, немного отвести влево, потом вправо, произнести «ш-ш-ш», опустить. Повторить 6 раз. «Кусты качаются». И.п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться влево (вправо), выпрямиться. Повторить 6 раз. «Ветер». И.п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Поднести руки ко рту, подуть, опустить. Повторить 5 раз. «Воробышки прыгают». И.п.: то же. Прыжки на двух ногах на месте. После шести прыжков походить на месте и еще раз повторить прыжки. Перестроение из круга. Ходьба друг за другом. Игровая. Игры с прыжками «Переселение лягушек», «На одной ножке по дорожке» Трудовая. Уборка инвентаря.</p>	<p>выполнение упражнений. Участие в коллективной игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности. Самостоятельное выполнение разных прыжков. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>упражнения; - следит за своей осанкой; - реагирует на сигнал педагога, инструктора; - проявляет двигательную активность в игровой деятельности; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря.</p>
--	--	--	---	--

3 неделя

<p>Образовательная область. Цель.</p>	<p>Тема</p>	<p>Виды и формы совместной образовательной деятельности</p>	<p>Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная</p>	<p>Целевые ориентиры (результат)</p>
---	-------------	---	--	--------------------------------------

Задача.			деятельность	
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.</p>	<p>Тема третьей недели: «Веселые матрешки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа «Весеннее настроение, весенние движения». Речевая. Считалка (для реакции на сигнал) « Колокольчик нас зовет, колокольчик нам поет. День – дон, динь - дон, встань и стой на счет динь – дон». Двигательная. Общеразвивающие упражнения «Матрешки» Ходьба в колонне. Легкий бег. Ходьба на носках, руки на поясе. Построение в звенья. «Матрешки пляшут». И. п.: ноги слегка расставлены, руки внизу. Развести руки в стороны, опустить, сказать «ох». Повторить 5 раз. «Матрешки кланяются». И. п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Наклониться вперед, отвести руки назад, выпрямиться. Повторить 5 раз. «Матрешки качаются». И.п. с ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), выпрямиться. Повторить 6 раз. «Прыжки». И. п.: ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнить 8 прыжков на месте на двух ногах, непродолжительная ходьба на месте и вновь прыжки. Остановки по сигналу. Игровая. Игры с прыжками. «Попрыгунчики», «Лягушки в болоте», «Здравствуй, сосед!». Трудовая. Уборка инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе. Запоминание считалки. Самостоятельное выполнение упражнений по теме «Матрешка». Выполнение движений с прыжками. Деятельности. Самостоятельное выполнение разных прыжков. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- ребенок умеет поддерживать беседу; - самостоятельно выполняет упражнения; - следит за своей осанкой; - реагирует на сигнал педагога, инструктора; - проявляет двигательную активность в игровой деятельности; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками при уборке инвентаря.</p>

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создания условий для развития потребности в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ. Задача: формировать потребность в двигательной деятельности в процессе занятий по физической культуре в условиях ДОУ.	Тема четвертой недели: «Веселые игры» Итог месяца. Содержание двигательной деятельности состоит из пройденных детьми упражнений, игр, которые проводятся по игровому сценарию, с использованием речевого, музыкально - художественного сопровождения.	«Веселые игры» Итог месяца. Содержание двигательной деятельности состоит из пройденных детьми упражнений, игр, которые проводятся по игровому сценарию, с использованием речевого, музыкально - художественного сопровождения.	Участие в «Веселых играх»	- ребенок имеет навыки и опыт участия в коллективной и индивидуальной соревновательной и двигательной деятельности.

Май

1 неделя.

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
-----------------------------------	------	--	---	-------------------------------

Задача.			деятельность	
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие». Задача: провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Тема первой недели: «Ходьба и бег». Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.	Коммуникативная. Беседа. Ответы на вопросы. «Чему мы научились?» Двигательная. Приветствие. Ходьба с ненапряженным положением туловища и головы. Свободное движение рук. Согласованные движения рук и ног. Соблюдение направления. Инструктор (педагог) используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения ходьбы. Бег. Бег на скорость. Туловище прямое или наклонено немного вперед. Свободное движение рук. Соблюдение направления с опорой на ориентиры. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения бега. Игровая. Игры с бегом: «Дорожки», «Зайка», «Пятнашки».	Участие в беседе. Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.	- ребенок отвечает на вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.

2 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема первой недели:	Коммуникативная.	Участие в беседе.	- ребенок отвечает на

<p>развитие. Цель месяца: создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».</p> <p>Задача: провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>«Прыжки» Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Беседа. Ответы на вопросы. «Умеем ли мы прыгать?» Двигательная. Приветствие. Ходьба и бег (с чередованием) Прыжки. Прыжки в длину с места: исходное положение, толчок, полет, приземление. Прыжки в глубину (спрыгивание): толчок, полет, приземление. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения прыжков. Игровая. Игры с прыжками: «Попрыгунчики», «Переселение лягушек».</p>	<p>Участие в двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.</p>	<p>вопросы педагога; - выполняет программные элементы ходьбы и бега; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.</p>
---	---	---	---	---

3 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие.	Тема третьей недели: «Метание. Лазание»	Коммуникативная. Беседа. Ответы на вопросы.	Участие в беседе. Участие в	- ребенок отвечает на вопросы педагога;

<p>Цель месяца: создание условий для проведения мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».</p> <p>Задача: провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Краткое содержание: проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>«Смелые, ловкие, умелые» Двигательная. Приветствие. Ходьба и бег (с чередованием). Метание вдаль: исходное положение, замах, бросок. Метание в горизонтальную цель: исходное положение, бросок, попадание в цель. Лазание: крепкий хват руками, поочередный перехват рейки, чередующий шаг, уверенные активные движения. Инструктор (педагог), используя метод наблюдения, анализирует качество выполнения метания, лазания. Игровая. Игры с прыжками: «Попрыгунчики», «Переселение лягушек».</p>	<p>двигательной деятельности. Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- выполняет программные элементы ходьбы и бега; -с интересом участвует в коллективных подвижных играх; - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.</p>
---	--	--	---	---

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие.	Тема четвертой недели:	«Весенние старты» Физкультурный праздник.	Участие в физкультурном празднике.	- ребенок имеет навыки и опыт участия в

<p>Цель: создание условий для проведения итогового физкультурного праздника «Веселые старты».</p> <p>Задача: провести итоговый физкультурный праздник «Веселые старты»</p>	<p>«Весенние старты» Физкультурный праздник.</p> <p>Содержание праздника составляют пройденные детьми подвижные игры, игровые упражнения.</p>	<p>Содержание праздника составляют пройденные детьми подвижные игры, игровые упражнения.</p>		<p>коллективной и индивидуальной соревновательной и двигательной деятельности.</p>
--	--	--	--	--

Подвижные игры в повседневной жизни для детей 3 – 4 лет

Месяц	Название игры	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная двигательная деятельность
Сентябрь	<p>«Ходим – бегаем», «По тропинке», «Догони меня», «Обезьянки» «Найди мяч».</p>	<p>Ходим по сигналу. Равновесие - ходьба по ограниченной поверхности. Ходим и бегаем, меняя направление на определенный сигнал. Ползаем. Подлезаем под веревку. Бросаем предмет вдаль правой и левой рукой. 7. Слушаем стихи и выполняем характерные движения персонажей.</p>

Октябрь	«Автомобиль», «Догоните меня», «Воробьишки и автомобиль», «Пробеги и не сбей», «Поезд».	Ходим – бегаем по сигналу (автомобиль едет то медленно, то быстро). Бегаем – догоняем, в разных направлениях, останавливаемся по сигналу. Прыгаем легко, как воробьишки, сохраняя равновесие, прыжки вперед на двух ногах, слышим – когда появляется автомобиль. Равновесие - побеги, не задень предмет. Едем на поезде. Остановка, ходим по гимнастической скамейке, ходим парами в определенном направлении. Бросаем и ловим мяч.
Ноябрь	«Скорее в круг», «Пружинки», «Машина» «Пройди как Мишка», «Проползи как мышка».	Ходим по кругу, взявшись за руки, на носочках. Бегаем враспынную. По сигналу возвращаемся в круг. Мягко пружиним в коленях. Ходим как Мишки. Ползаем как мышки Переступаем через препятствия. Реагируем на сигнал. Ловко крутим руль машины. Едем домой.
Декабрь	«Охотники и Зайцы», «Меткий стрелок», «Попади в мишень», «В зоопарке», «Лазящие обезьянки».	Развиваем внимание и координацию движений. Развиваем меткость попадания в мишень. Лазим по гимнастической стенке. Ходим по гимнастической скамейке. Прыгаем в длину с места, сохраняя чувство равновесия.
Январь	«Стой!», «Пушистые цыплята», «Берегись!», «Ловишки в кругу», «Попрыгаем».	Выполняем характерные движения Реагируем на сигнал. Выполняем задания. Движения под музыку. Закрепляем умения ходить и бегать, прыгать.

Февраль	«Зеваки», «Веселые мячики», «Толкай мяч», «Играем с обручем».	Катаем мяч в цель, толкаем мяч, прыгаем как мячики. Развиваем внимание «Зеваки». Катаем обруч друг другу. Пролезаем в обруч. Прыгаем в обруч. Развиваем смелость и точность.
Март	«Бег с ленточкой над головой», «Проползи – не задень», «Бег между кеглями», «Тоннель», «Птицы и птенчики».	Учимся бегать с лентой над головой. Бег с предметом. Сохраняем направление бега. Ползаем на четвереньках. Ползаем, не задевая кегли. Бегаем между кеглями. Пролезаем в тоннель. Развиваем внимание «Птицы и птенчики».
Апрель	«Попрыгунчики», «Лягушки в болоте», «Здравствуй, сосед!».	Ходим по гимнастической скамейке и прыгаем в глубину. Развиваем чувство равновесия и координации движений, прыгаем как лягушки, прыгаем по музыку. Повторяем, закрепляем. Любимая игра «Здравствуй, сосед!».
Май	«Дорожки», «Зайка», «Пятнашки», «Попрыгунчики», «Переселение лягушек».	Закреплять умение ходить по наклонной дорожке. Прыгаем в высоту, в длину с места. Ползаем и подлезаем под дугу. Развиваем координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность.

**Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей дошкольного
возраста
(4 – 5 лет)**

Календарно-тематическое планирование

Сентябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для определения физического здоровья детей.</p> <p>Задачи:</p> <p>Определение уровня физического здоровья: функционального состояния и двигательных качеств. Упражнять в прыжках на двух</p>	<p>Тема первой недели: «До свидание лето» «Ходьба и бег. Равновесие»</p> <p>Работа с документацией.</p> <p>Мониторинг здоровья.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Краткая беседа о пользе движений для человека.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу. Сигнал к ходьбе. Бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево.</p> <p>Речевая.</p> <p>«По ровненькой дорожке, По ровненькой дорожке, Бежали наши ножки. Раз-два, раз-два»...</p> <p>Задания.</p> <p>Определить, под какую музыку надо шагать, а под какую бегать.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет с чередованием ходьбу и бег; - выполняет общеразвивающие упражнения: - слушает, запоминает и одновременно выполняет движения в ритме стиха; - участвует в игровой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - умеет ходить прямо, поднимая ноги в коленях, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - умеет реагировать на сигналы «беги», «стой»; - дружелюбно общается со сверстниками и взрослыми в

ногах на месте. Воспитание интереса к занятиям.	деятельность; - игровая деятельность.	Игровая. Подвижная игра «Найди себе пару».		двигательно - игровой деятельности.
--	--	--	--	-------------------------------------

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для закрепления двигательного опыта в процессе разных видов деятельности. Задача: Определение физического здоровья детей: Функционального состояния,	Тема второй недели: «Игрушки» «Ходьба и бег по сигналу. Прыжки» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - игровая	Коммуникативная. Беседа о пользе движения и двигательных упражнений. Двигательная. Ходьба и бег в колонне по одному. Бег в рассыпную по сигналу. « Не пропусти мяч» (прокатывание мяча по сигналу). «Не задень» Прыжки на двух ногах между предметами. Задания выполняются двумя командами.	- ребенок участвует в беседе; - участие в двигательной деятельности, выполнение игровых упражнений; - выполнение игровых движений в ритм стиха; - участие в подвижных играх.	- ребенок может поддерживать беседу; - умеет ходить прямо, сохраняя заданное направление; - выполняет легкий бег; - проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; - с интересом слушает стихи и выполняет характерные

двигательных качеств.	деятельность	<p>Речевая.</p> <p>«Поднимайтесь на носочки.</p> <p>Словно тянетесь к цветочкам.</p> <p>Раз, два, три четыре, пять</p> <p>Повторите – ка опять!»</p> <p>(выполнение движений)</p> <p>Игровая.</p> <p>П/и: « Подарки»,</p> <p>И.м.п.</p> <p>«Найдем воробышка».</p>		<p>движения;</p> <p>- взаимодействует со сверстниками и взрослыми;</p> <p>- проявляет инициативу в подвижных играх.</p>
-----------------------	--------------	---	--	---

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для закрепления</p>	<p>Тема третьей недели: « Игрушки» «Мы ловкие и смелые»</p> <p>Краткое</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Краткая беседа о правилах безопасности при выполнении движений.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в исследовательской деятельности.</p> <p>Самостоятельное</p>	<p>- ребенок может поддерживать беседу;</p> <p>- проявляет волевые усилия в выполнении двигательных заданий;</p>

<p>двигательного опыта в процессе разных видов деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей прокатывать мяч в прямом направлении двумя руками друг другу, упражнять в ходьбе и беге между параллельными линиями, закреплять умение ползать на четвереньках под дугой.</p> <p>Воспитывать у детей желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми.</p>	<p>содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -коммуникативная деятельность; - познавательно – исследовательская деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Познавательно – исследовательская.</p> <p>Какой шнур (веревка) длиннее. Как это определить (выполнение исследовательских действий).</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег по одному на носках, по сигналу.</p> <p>Ходьба и бег между параллельными линиями.</p> <p>Прыжки на двух ногах вокруг обруча, вправо и влево.</p> <p>Ползание на четвереньках подлезая дугу.</p> <p>Прокатывание мяча друг другу двумя руками</p> <p>Игровая.</p> <p>«Соберитесь у мячей»</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка оборудования.</p>	<p>выполнение общеразвивающих упражнений:</p> <p>ползание на четвереньках по прямой между предметами.</p> <p>Самостоятельное прокатывание обруча.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - проявляет инициативу в подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.
--	---	---	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Цель: Развитие ловкости и координации в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади , упражнять детей в прыжках на двух ногах в верх, закреплять умение прокатывать мяч друг другу.</p>	<p>Тема: « Лес, деревья, грибы, ягоды».</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы.</p> <p>Ходьба по ребристой доске</p> <p>Подпрыгивание на месте на двух ногах « Достань до предмета».</p> <p>Прокатывание мяча сидя на пятках, друг другу.</p> <p>П/И: «Грибы- шалуны»</p> <p>И.м.п.</p>	<p>Участие в семейно – групповом спортивном празднике.</p>	<p>- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.</p>

Октябрь.

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для укрепления мышц ОДА.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие.</p> <p>Формировать умение детей прыгать в длину через 4-6 гимнастических палок.</p> <p>Упражнять в подлезании под шнур.</p> <p>Воспитывать желание самостоятельно выполнять</p>	<p>Тема « Огород. Овощи». Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - речевая деятельность; - художественно - эстетическая деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа. «Какие овощи мы знаем. Что такое огород?»¹</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ № 2 с кубиками</p> <p>Основные движения.</p> <p>Художественно – эстетическая.</p> <p>Музыкально – ритмические упражнения. Маршируем. «Марш» музыка Е.Тиличевой.</p> <p>«Бег с остановками» венгерская народная мелодия, обработка И. Арсеева. «Поскоки» музыка Е. Тиличевой.</p> <p>Движение и речь:</p> <p>«Наши алые цветочки</p> <p>Распускают лепестки.</p> <p>Ветерок чуть дышит,</p> <p>Лепестки колышет» (выполнение движений).</p>	<p>Участие в беседе о различных движениях.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы, бега.</p> <p>Самостоятельное выполнение музыкально - ритмических упражнений.</p> <p>Выполнение движений по содержанию стихотворения.</p> <p>Участие в коллективных подвижных играх.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок использует речь для выражения своих мыслей; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; -следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет волевые усилия при освоении основных движений; - доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми на занятиях по физической

упражнения.		<p>Ходьба по скамейке, руки в стороны.</p> <p>Прыжки в длину через 4-6 гимнастических палок.</p> <p>Подлезание под веревку, высота 60 см, не касаясь пола.</p> <p>П/и.: « Огуречик»</p>		культуре.
-------------	--	---	--	-----------

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.</p> <p>Задачи: Способствуют</p>	<p>Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами»</p> <p>Каникулы.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении движений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ № 2 с кубиками.</p> <p>Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>Прыжки на двух ногах из обруча в обруч .</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении движений.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьба по дорожкам – доскам в виде препятствий</p> <p>Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - следует социальным нормам поведения в подвижных играх; - проявляет

<p>ь освоению детьми правильного дыхания во время бега.</p> <p>Учить лазать по гимнастической стенке.</p> <p>Упражнять в ходьбе по скамейке , сохраняя равновесие</p> <p>Формировать у детей правильный прыжок из обруча в обруч.</p> <p>Воспитание желание соблюдать правила в п/и.</p>	<p>деятельность;</p> <p>- художественно – эстетическая деятельность;</p> <p>- игровая деятельность;</p> <p>- трудовая деятельность.</p>	<p>П/и « В огороде у ребят».</p> <p>Речь и движение.</p> <p>«Раз – согнуться – разогнуться.</p> <p>Два – нагнуться, подтянуться.</p> <p>Три – в ладоши три хлопка.</p> <p>Головою три кивка» (выполнение движений в ритме стиха).</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка спортивного инвентаря.</p>	<p>упражнений.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>активность в трудовой деятельности.</p>
--	---	--	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры
--------------------------------	------	--	---	-------------------

Задача.			деятельность	(результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.</p> <p>Задачи:</p> <p>Формирование навыков подбрасывания и ловли мяча, учить разнообразно и уверенно действовать с ним, Развитие ловкости и глазомера.</p> <p>Воспитание дружественных отношений на занятии.</p>	<p>Тема третьей недели: « Сад. Фрукты». «Веселый мяч»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о саде и фруктах.</p> <p>Рассказ об играх с мячом.</p> <p>Вопросы. Ответы.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в колонне по одному, на носках, пятках, приставным шагом, правым и левым боком.</p> <p>Бег в колонне по одному, змейкой, с заданиями.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.</p> <p>Бросание мяча об пол и ловля двумя руками</p> <p>Метание мяча в вертикальную цель (кольцо).</p> <p>Прокатывание обруча прямо.</p> <p>Художественно – эстетическая.</p> <p>Музыкально – ритмические движения «Веселые мячики» Музыка В. Витлина</p>	<p>Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом.</p> <p>Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок владеет устной речью; - способен самостоятельно выполнять двигательные упражнения; - реагирует на сигналы педагога; - проявляет активность в трудовой деятельности.

		Трудовая. Уборка спортивного инвентаря.		
--	--	---	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для обогащения детского двигательного опыта, освоения основных движений.</p> <p>Задачи</p> <p>Упражнять в прокатывании, закреплять умение бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы и от груди.</p> <p>Воспитывать</p>	<p>Тема четвертой недели «Осень» «Прыжки. Метание»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - художественно – эстетическая деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа об осени.</p> <p>Беседа о правилах безопасного выполнения движений при прыжках и метании.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Чередование ходьбы и бега. Остановка и начало движения по сигналу.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Прокатывание мяча прямо по дорожке.</p> <p>Бросать мяч вдаль двумя руками из-за головы, от груди.</p> <p>П/и: «Шишки, желуди, орехи».</p> <p>«Мы осенние листочки».</p> <p>Прыжки: исходное положение, приседание, толчок – отталкивание двумя ногами.</p>	<p>Участие в коммуникативной деятельности, ответы на вопросы.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков из исходного положения.</p> <p>Самостоятельное метание вдаль.</p> <p>Самостоятельное выполнение музыкально – ритмических упражнений.</p> <p>Участие в трудовой</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - реагирует на сигналы педагога; - соблюдает правила безопасного поведения при выполнении прыжков и метания; - проявляет активность в трудовой деятельности.

<p>желание активно участвовать в играх.</p>		<p>Художественно – эстетическая.</p> <p>Музыкально – ритмические движения «Прыжки и бег» музыка А. Серова</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка спортивного инвентаря.</p>	<p>деятельности.</p>	
---	--	---	----------------------	--

Ноябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений.</p> <p>Добиваться правильной осанки во время ходьбы.</p> <p>Продолжать развивать</p>	<p>Тема первой недели: « Дикие животные».</p> <p>«Лазание. Прыжки»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Приветствие. Повторение правил безопасного поведения во время лазания и прыжков.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение. Основная ходьба.</p> <p>Бег с изменением темпа.</p> <p>Построение в шеренгу. Проверка осанки, равновесия.</p> <p>ОРУ с флажками.</p> <p>Перешагивание через кубы (высота 15 - 20 см).</p> <p>Прыжки через предметы (высота 5-10 см).</p> <p>Лазание по доске с опорой на стопы и ладони.</p> <p>Игровая.</p> <p>П/и. «Еж с ежатами».</p> <p>« Веселые зайчата».</p>	<p>Участие в повторении правил безопасного поведения во время занятий физической культурой.</p> <p>Участие в разных видах двигательной деятельности.</p> <p>Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок принимает участие в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет ловкость при подлезании под дугу; - с интересом участвует в трудовой деятельности.

<p>ориентировку в пространстве во время ходьбы и бега. Упражнять в прыжках через предметы, выполнять правильное приземление. Воспитывать дружеские отношения в игре.</p>		<p>« Медведь».</p> <p>И.м.п. «Добрые слова».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка оборудования.</p>		
--	--	--	--	--

2 неделя

<p>Образовательная область. Цель. Задача.</p>	<p>Тема</p>	<p>Виды и формы совместной образовательной деятельности</p>	<p>Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность</p>	<p>Целевые ориентиры (результат)</p>
<p>Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задачи: Учить</p>	<p>Тема второй недели: «Домашние животные и птицы». «Движение и дыхание»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о домашних животных и птицах.</p> <p>Беседа о правильном дыхании во время выполнения движений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в колонне по одному, на пятках, мелким и широким шагом, бег .</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддержать беседу; - самостоятельно, с волевыми усилиями выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения;

<p>перебрасывать мяч в парах на расстоянии 1,5 метра, при ловле мягко обхватывать мяч кистями.</p> <p>Уверенно выполнять ползание по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Продолжать формировать перекрестную координацию движений рук и ног.</p> <p>Уточнять и расширять представления детей о домашних животных и птицах.</p>	<p>деятельность;</p> <p>- игровая деятельность;</p> <p>- трудовая деятельность.</p>	<p>ОРУ с флажками.</p> <p>Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расст. 1.5 м.)</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, кирпичики.</p> <p>Ползание на животе по , подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>П/и: « Цыплята на полянке», « Домашние птицы», « Голуби и кот».</p> <p>И. м.п. «Деревья и птицы», « кто в мешке».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка оборудования.</p>		<p>- проявляет старание и активность при выполнении игровых упражнений;</p> <p>- участвует в коллективной трудовой деятельности.</p>
---	---	--	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <p>Добиваться правильной осанки во время ходьбы и бега, продолжать развивать ориентировку в пространстве. Развивать глазомер при прокатывании мяча между предметами.</p> <p>Учить детей видеть и отражать в реи признаки</p>	<p>Тема третьей недели: «Человек». «Развитие координации движений. Упражнения и игры с мячом».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - интеграция (движение и речь) - игровая деятельность; - трудовая деятельность 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа по теме « Человек».</p> <p>Беседа о безопасном поведении при выполнении движений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение. Основная ходьба. Ходьба и бег. Бег с изменением темпа. Упражнения на дыхание.</p> <p>Основные движения по теме недели.</p> <p>Перебрасывание мячей двумя руками снизу.</p> <p>Прокатывание мячей между предметами, поставленными в одну линию.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.</p> <p>П/и: « Стоп»</p> <p>« Мы веселые ребята».</p> <p>Игровые упражнения «Подбрось и поймай», «Успей поймай».</p> <p>Трудовая.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p> <p>Индивидуальное выполнение дыхательных упражнений.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - соблюдает правила безопасного поведения - проявляет активность при выполнении игровых упражнений; - проявляет активность в трудовой деятельности.

<p>сходства и различия между людьми и животными.</p> <p>Воспитывать желание соблюдать правила игры.</p>		<p>Уборка оборудования.</p>		
---	--	-----------------------------	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	--	-------------------------------

<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности в процессе освоения разных видов движений.</p>	<p>Тема четвертой недели. Каникулы. «Большое представление в цирке». Спортивное развлечение.</p> <p>Содержание спортивного развлечения составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания, которые состоят из освоенных детьми движений.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Содержание спортивного развлечения составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания, которые состоят из освоенных детьми движений.</p>	<p>Участие в спортивном развлечении « Большое представление в цирке».</p>	<p>- ребенок с интересом участвует в соревновательных коллективных играх.</p>
---	---	--	---	---

5 неделя.

<p>Образовательная область. Цель. Задачи.</p>		<p>Виды и формы совместной образовательной</p>	<p>Индивидуальные эталоны усвоения и</p>	<p>Целевые ориентиры (результат)</p>
--	--	---	---	---

	Тема	деятельности	самостоятельная деят.	
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: Развитие мышечной силы и координационных способностей в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Освоить программные подвижные игры с правилами; научить правилам безопасного поведения на занятиях по физической культуре.</p>	<p>Тема: « Одежда и обувь».</p> <p>« Игровая деятельность»</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- коммуникативная</p> <p>-двигательная;</p> <p>- игровая деятельности.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа об одежде и обуви.</p> <p>Игровые задания</p> <p>« Жеребята», « НЕ боимся мы кота, « Цыплята на полянке».</p> <p>« Мы веселые ребята».</p> <p>Бегом по дорожке, прыг-скок по тропинке. « Лиса в курятнике». « Зайцы и волк».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Усвоение правил игры.</p>	<p>-ребенок принимает участие в беседе;</p> <p>Проявляет активность в двигательной игровой деятельности.</p>

Декабрь

1 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель :</p> <p>Создание условий для формирования правильной осанки в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Продолжать учить спрыгивать с высоты, принимая правильное и.п., приземляясь одновременно на обе ноги на носки.</p> <p>Уверенно выполнять ползание по скамейке на</p>	<p>Тема первой недели: « Дом. Мебель».</p> <p>«Ходьба, бег, равновесие»</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о домах. Какую мебель они знают. Загадки.</p> <p>Беседа. «Ходьба, бег, равновесие. Что мы умеем?»</p> <p>Двигательная.</p> <p>Приветствие. Ходьба обычная, на носках, на пятках, с полуприседанием, «змейкой», со сменой темпа.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Основные движения по теме недели.</p> <p>Равновесие. Ходьба по бревну (высота 20 – 25 сантиметров), с мешочком на голове.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p>Прыжки со скамейке.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение указаний педагога при ходьбе и беге. Выполнение упражнений на бревне.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога, может поддержать беседу;</p> <p>- выполняет программные элементы ходьбы и бега, удержания равновесия</p> <p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх;</p> <p>- проявляет инициативу в подвижных играх.</p>

<p>четвереньках, сохраняя равновесие</p> <p>Воспитывать у детей желание оценивать двигательные действия других детей.</p>		<p>Игровая. « Мышки в доме.</p> <p>«Лошадки», «С кочки на кочку».</p>		
---	--	--	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Задачи:</p> <p>Продолжать учить прыгать на двух ногах через предметы, выполняя мягкое приземление.</p> <p>Закреплять умение прокатывать мяч между предметами,</p>	<p>Тема второй недели: « Дом. Мебель».</p> <p>«Прыжки, бросание, ловля»</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасности при выполнении прыжков, бросания, метания. Ловли.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба приставным шагом правым и левым боком, бег « змейкой».</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Прыжки на двух ногах через кубики.</p> <p>Ходьба через рейки, высота 25 см. от</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение указаний педагога при прыжках, бросании, ловле, метании.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога;</p> <p>- выполняет программные движения, связанные с прыжками, бросанием, метанием, ловлей;</p> <p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>

<p>развивать глазомер.</p> <p>Формировать умение сохранять равновесие при перешагивании через рейки.</p>		<p>пола.</p> <p>Бросание, ловля, метание.</p> <p>Катание мяча между предметами, прокатывание мяча из разных исходных положе</p> <p>Игровая.</p> <p>Игры:</p> <p>«Кто дальше прыгнет»,</p> <p>«Поймай мяч», «Построим дом».</p>		
--	--	---	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Задачи: Совершенствовать навык построения в шеренгу, в круг. Учить бегать легко, ненапряженно, естественно, энергично.</p> <p>Развивать способность ориентироваться в пространстве.</p> <p>Упражнять в равновесии в ползании по скамейке на четвереньках, в ходьбе с перешагиванием</p>	<p>Тема третьей недели: « Зима».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о Зиме. Отгадывание загадок.</p> <p>Беседа. Безопасные правила поведения при выполнении движений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в колонне по одному, на носках , приставным шагом правым и левым боком. Бег в колонне по одному, « змейкой».</p> <p>ОРУ с шариками.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах снизу.</p> <p>Ходьба с перешагиванием через рейки (высота 25 см).</p> <p>Перепрыгивание через кирпичики на двух ногах.</p> <p>Ползание по скамейке на четвереньках.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение указаний педагога при ползании, перебрасывании мяча, ходьбе через рейки.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога;</p> <p>- выполняет программные движения, связанные с ползанием, лазанием,</p> <p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>

через рейки. Воспитывать у детей желание участвовать в трудовой деятельности.		Игровая. П/и. « Снежинки и ветер». « Мороз». И.м.п. « Снежок».		
--	--	--	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие Задачи: Развивать у детей ловкость, способность ориентироваться в пространстве, умение действовать по сигналу. Уметь выполнять правила игры, участвовать в проговаривании слов в подвижных играх.</p> <p>Способствовать развитию внимания и памяти. Воспитывать желание принимать активное участие в п/и.</p>	<p>Тема третьей недели: « Новогодний праздник». «Развитие силовых качеств»</p> <p>Краткое содержание: освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа о Новомоднем празднике.</p> <p>Двигательная. « Снежинки и ветер» « Мороз». « Волшебные снежинки». « Бьют часы».</p> <p>Упражнения для развития силы. «Сильные руки», «Влево – вправо», «Лягушки», «Кто соберет больше лент».</p> <p>Упражнения на выносливость. Подвижные игры с многократным повторением движений: «Поезд», «Жеребята», «На прогулке».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение указаний педагога при выполнении упражнений для развития силы выносливости</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога;</p> <p>- выполняет программные движения, связанные с развитием силы и выносливости;</p> <p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>

Январь

1,2 недели выходные праздничные дни.

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: Развитие координации движений ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Обучать детей отбиванию мяча правой и левой рукой . Упражнять в прыжках через шнур правым и левым боком.</p> <p>Формировать умение подлезать под дугой правым и</p>	<p>Тема третьей недели: «Зимние развлечения и забавы».</p> <p>«Игровая двигательная деятельность»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о зимних развлечениях и забавах.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в колонне по одному, врассыпную, на носках, на пятках; бег « змейкой».</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Отбивание мяча одной рукой о пол(4-5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>Прыжки на двух ногах, перепрыгивая через шнур правым и левым боком.</p> <p>Подлезание под дугой правым и левым боком.</p> <p>П/и: «Пятнашки.</p> <p>« Зимний хоровод».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Усвоение и выполнение правил игры.</p>	<p>- ребенок принимает участие в беседе;</p> <p>- проявляет активность в двигательной игровой деятельности.</p>

<p>левым боком.</p> <p>Воспитывать умение соблюдать правила игры в подвижных играх.</p>		<p>Игры с бегом: «Самолеты», «Цветные автомобили», «Бездомный заяц»</p> <p>Игры с прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике»</p> <p>Игры на ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Кто ушел?».</p>		
---	--	--	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для овладения подвижными играми с правилами, элементарными нормами поведения на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей ходить по гимнастической скамейке с поворотом кругом, сохраняя равновесие.</p> <p>Формировать</p>	<p>Тема четвертой недели:</p> <p>«Зимующие птицы».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о зимующих птицах.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу.</p> <p>Ходьба и бег.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Отбивание мяча правой и левой рукой</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пойти дальше.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах снизу.</p> <p>П/и: «Перелетные птицы».</p>	<p>Участие в беседе.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок проявляет интерес к спортивным упражнениям с зимним инвентарем; - ребенок переносит освоенные движения в самостоятельную двигательную деятельность на прогулке; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом.

<p>умение отбивать мяч о пол правой и левой рукой.</p> <p>Закрепление знаний о зимующих птицах.</p> <p>Развитие произвольного внимания.</p> <p>Воспитывать у детей дружеские отношения друг к другу.</p>				
--	--	--	--	--

Февраль

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца:</p> <p>Развитие силы и координационных способностей в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Обучать бросанию мяча друг другу из-за головы.</p> <p>Закрепить упражнения в равновесии при ходьбе через предметы.</p> <p>Упражнять в прыжках через шнуры, выполняя</p>	<p>Тема первой недели:</p> <p>«Транспорт».</p> <p>«Ускоряем темп движений»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о транспорте.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу.</p> <p>Ходьба в колонне по одному, со сменой ведущего на сигнал, мелким и широким шагом.</p> <p>Бег с ускорением.</p> <p>ОРУ с обручем.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>Прыжки через короткие шнуры (6-8шт).</p> <p>Ходьба с перешагиванием через предметы.</p> <p>П/иб « Цветные автомобили».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение легкого бега, спокойной ходьбы, успокаивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение движений для развития быстроты.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнения с предметом.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок проявляет интерес к спортивным упражнениям; - ребенок переносит освоенные движения в самостоятельную двигательную деятельность на прогулке; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом; - проявляет признаки трудолюбия в уборке инвентаря.

<p>правильное приземление.</p> <p>Уточнять и обобщать знания детей о городском транспорте, развивать умение находить признаки сходства и различия</p> <p>Воспитывать умение быть инициативным в уборке инвентаря.</p>		<p>« Воробушки и автомобиль».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>		
---	--	---	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие. Задачи: Учить принимать правильные и\п. при метании предметов, выполнять широкий замах, переносить тяжесть тела с одной ноги на другую во время метания. Упражнять в сохранении равновесия в ходьбе и беге по наклонной доске, в ползании по скамейке на четвереньках. Закреплять знания военных профессий.</p>	<p>Тема второй недели: « День защитника Отечества». «Зимнее путешествие» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. - трудовая деятельность.</p>	<p>Коммуникативная. Беседа о военных профессиях. Названия военной техники. Двигательная. Ходьба и бег с выполнением заданий. ОРУ с палками. Метание мешочков в вертикальную цель право и левой рукой. Ходьба и бег по наклонной доске. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. « Полоса препятствий». Трудовая. Уборка инвентаря .</p>	<p>Участие в беседе. Участие в коллективной трудовой деятельности Самостоятельное выполнение движений «Падают снежинки», «Греем ноги», «Прыгаем», «Попадаем в цель». Участие в катании на санках. Участие в подвижной игре. Оказание помощи педагогу (воспитателю) в уборке инвентаря.</p>	<p>- ребенок умеет поддерживать беседу; - проявляет инициативу и творчество в лепке из снега; - уверенно выполняет тематические двигательные упражнения; - проявляет волевые усилия (чья пара быстрее); - проявляет инициативу в подвижной игре; - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.</p>

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для развития физических качеств: быстроты, скоростно – силовых качеств, выносливости.</p> <p>Задача: развивать быстроту, скоростно – силовые качества, выносливость в процессе освоения программных двигательных упражнений и подвижных игр.</p>	<p>Тема третьей недели: Каникулы.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательно – речевая деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Двигательная.</p> <p>Развлечение « Приди на помощь».</p> <p>Создание условий для формирования положительных эмоций.</p>	<p>Участие в двигательной деятельности: ходьбе на носках, скользящим шагом, легком беге.</p> <p>Самостоятельное выполнение тематических движений.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок соблюдает правила безопасности при ходьбе и беге; - уверенно двигается по гимнастической скамейке; - точно выполняет движения на заданную тематику; - с интересом участвует в коллективных подвижных играх.

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для развития физических качеств: быстроты, скоростно – силовых качеств, выносливости.</p> <p>Задача: развивать быстроту, скоростно – силовые качества, выносливость в процессе освоения программных двигательных упражнений и подвижных игр.</p>	<p>Тема четвертой недели:</p> <p>«Наш город».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа « Наш город».</p> <p>Двигательная.</p> <p>Веселая разминка.</p> <p>Игровое занятие:</p> <p>« Цветные автомобили», « Самолеты»,</p> <p>« Мы по городу гуляем», « Мяч соседу».</p> <p>Игры на ориентировку в пространстве</p> <p>« Найди, где спрятано», « Кто ушел».</p>	<p>Участие в подвижных играх.</p>	<p>- ребенок с интересом участвует в соревновательных коллективных играх.</p>

Март

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка.</p> <p>Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической</p>	<p>Тема первой недели:</p> <p>«Умелые и ловкие» (ползание, лазание, метание).</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа.</p> <p>Правила поведения на занятиях по физической культуре.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба разными способами в сочетании с заданиями на равновесие, с изменением направления движений.</p> <p>Бег из разных исходных положений (стоя, сидя)</p> <p>Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога)</p> <p>Основные виды движений по теме недели.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (по-медвежьи).</p> <p>Равновесие – ходьба по</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Ответы на вопросы педагога (инструктора).</p> <p>Участие в ходьбе, беге, построении в колонну.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное ползание по гимнастической скамейке.</p> <p>Самостоятельное выполнение метания с попаданием в цель.</p> <p>Развитие глазомера.</p> <p>Участие в коллективных</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддерживать беседу, отвечать на поставленные вопросы - ребенок проявляет интерес к спортивным упражнениям; - ребенок переносит освоенные движения в самостоятельную двигательную деятельность на прогулке; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом;

культуре.		<p>гимнастической скамейке боком, приставным шагом. На середине скамейки присесть, руки – вперед, затем подняться, пройти дальше.</p> <p>Метание в цель (развиваем глазомер)</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижные игры «По местам!», «Лохматый пес».</p>	подвижных играх.	
-----------	--	---	------------------	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка.</p>	<p>Тема второй недели:</p> <p>«Учимся, двигаемся, играем» (прыжки, игровые задания с предметами)</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах поведения в совместных играх. Вопросы (Поможешь ли ты товарищу?).</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в разных направлениях. Бег по сигналу.</p> <p>Общеразвивающие упражнения с обручем (по выбору педагога).</p> <p>Основные виды движений по теме недели.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Ответы на вопросы педагога (инструктора).</p> <p>Участие в ходьбе в разных направлениях, беге по сигналу.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с обручем.</p> <p>Самостоятельное выполнение разных</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддерживать беседу, отвечать на поставленные вопросы - ребенок уверенно выполняет двигательные упражнения; - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается

<p>Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.</p>	<p>деятельность; - игровая деятельность. - трудовая деятельность.</p>	<p>Прыжки на двух ногах вокруг обруча. Прыжки в длину с места (10 – 12 раз). Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра). Ловля мяча после отскока об пол. Игровая. Подвижные игры «Лошадка», «Бездомный заяц». Трудовая. Уборка инвентаря.</p>	<p>видов прыжков. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра). Участие в подвижных играх. Участие в уборке оборудования и инвентаря.</p>	<p>со сверстниками и педагогом; - способен к волевым усилиям; - способен договариваться, учитывать интересы других детей.</p>
---	---	--	---	---

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка.</p> <p>Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.</p>	<p>Тема третьей недели:</p> <p>«Координация движений» (упражнения и игры для развития координации)</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах поведения в совместных играх. Вопросы (Поможешь ли ты товарищу?).</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в разных направлениях. Бег по сигналу.</p> <p>Общеразвивающие упражнения с обручем (по выбору педагога).</p> <p>Основные виды движений по теме недели.</p> <p>Прыжки на двух ногах вокруг обруча.</p> <p>Прыжки в длину с места (10 – 12 раз).</p> <p>Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра).</p> <p>Ловля мяча после отскока об пол с фитболами: сидя на мяче, «ходьба» и «бег» на месте, приставные шаги влево -</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Ответы на вопросы педагога (инструктора).</p> <p>Участие в ходьбе в разных направлениях, беге по сигналу.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений с обручем.</p> <p>Самостоятельное выполнение разных видов прыжков.</p> <p>Перебрасывание мяча через шнур двумя руками (расстояние от шнура 2 метра)</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в уборке оборудования и</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддерживать беседу, отвечать на поставленные вопросы - уверенно и активно выполняет элементы техники освоенных движений; - активно общается со сверстниками и педагогом; - способен к волевым усилиям; - способен договариваться, учитывать интересы других детей; - проявляет трудолюбие в уборке спортивного инвентаря.

		<p>вправо.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижные игры «Караси и щука», «Хитрая лиса».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>инвентаря.</p>	
--	--	--	-------------------	--

4неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для построения образовательной двигательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, с учетом возможностей каждого ребенка.</p> <p>Задача: формировать двигательные навыки и умения, с учетом возможностей каждого ребенка на занятиях по физической культуре.</p>	<p>Тема четвертой недели:</p> <p>Культурно – спортивное совместное с родителями развлечение « Мы всегда здоровы!».</p> <p>Содержание развлечения состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр, Развлечение включает в себя сценарное интегрированное содержание образовательных областей «Социально - коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно - эстетическое развитие»,</p>	<p>Культурно – спортивное совместное с родителями развлечение « Мы всегда здоровы!».</p> <p>Содержание развлечения состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр, Развлечение включает в себя сценарное интегрированное содержание образовательных областей «Социально – коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно - эстетическое развитие», «Познавательное развитие».</p>	<p>Участие в культурно – спортивном развлечении</p> <p>«Мы всегда здоровы!»</p>	<p>- у ребенка сформированы двигательные навыки и умения,</p> <p>- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру;</p> <p>- ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.</p>

	«Познавательное развитие».			
--	----------------------------	--	--	--

Апрель

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.</p>	<p>Тема первой недели:</p> <p>«Калейдоскоп движений» (игровое занятие)</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа об особенностях закаливания и физических упражнениях.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег враспынную, с последующим нахождением своего места в колонне.</p> <p>Общеразвивающие упражнения и основные движения (по выбору педагога, инструктора).</p> <p>Игры и упражнения для развития силы: «Из круга в круг» прыжки из обруча в обруч, «Сильные руки» поднятие обруча крепкими руками вверх – вниз, вперед.</p> <p>Упражнения для развития гибкости: активные маховые в одну и другую стороны.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное нахождение своего места в колонне.</p> <p>Выполнение прыжков из обруча в обруч.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнения с обручем «Сильные руки».</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений для развития гибкости.</p> <p>Участие в играх на развитие выносливости.</p> <p>Участие в уборке инвентаря.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок владеет основными культурными способами деятельности при выполнении игровых заданий и упражнений; - ребенок обладает развитым воображением, которое проявляется в коллективных подвижных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

		<p>Игры для развития выносливости: «Поезд», «Жеребята»</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>		
--	--	---	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задача: обеспечить</p>	<p>Тема второй недели:</p> <p>«Прыжки. Метание»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о пользе утренней зарядки.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба обычная с ускорением темпа. Бег обычный. Подскоки. Ходьба с круговыми движениями рук «поезд». Ходьба с разведением рук «самолет»</p> <p>Общеразвивающие упражнения с кеглей (4 -5 упражнений).</p> <p>Основные движения по теме недели.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в разных видах ходьбы.</p> <p>Выполнение прыжков из обруча в обруч.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений с кеглей.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков с места.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок владеет основными культурными способами деятельности при выполнении игровых заданий и упражнений; - проявляет волевые усилия в выполнении двигательных заданий; - проявляет инициативу в

поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.	деятельность; - трудовая деятельность.	Прыжки в длину с места (5 -6 раз). Исходное положение рук и ног, полет, приземление. Метание мешочков в горизонтальную цель. Игровая. Подвижная игра «Совушка». Трудовая. Уборка инвентаря.	Метание мешочков в горизонтальную цель. Участие в подвижной игре. Участие в уборке инвентаря.	подвижных играх; - проявляет активность в трудовой деятельности.
---	--	---	--	---

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель месяца: создание условий для поддержки	Тема третьей недели: «Ходим - бегаем» Краткое	Коммуникативная. Беседа о пользе ходьбы и бега. Двигательная.	Участие в беседе. Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение	- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - владеет основными

<p>детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.</p>	<p>содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Ходьба в колонне друг за другом.</p> <p>Ходьба на пятках.</p> <p>Ходьба на носках.</p> <p>Ходьба и прыжки: ноги вместе, ноги врозь.</p> <p>Бег с изменением темпа.</p> <p>Ходьба с восстановлением дыхания.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: на каждый счет смена положения головы (вверх, вниз, влево, вправо).</p> <p>Игровые упражнения с мячом.</p> <p>«Успей поймать», «Подбрось – поймай».</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра « Догони пару».</p>	<p>общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение игровых действий с мячом.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>движениями;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняет указания взрослого; - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности. - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.
--	---	--	---	---

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для поддержки детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физической культуре.</p> <p>Задача: обеспечить поддержку детской инициативы и самостоятельности детей на занятиях по физическому развитию.</p>	<p>Тема четвертой недели:</p> <p>«Весенняя эстафета»</p> <p>Содержание эстафеты</p> <p>состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр, эстафета включает в себя элементы соревнования и призы.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о формировании команд, эстафетных заданиях и упражнениях.</p> <p>Содержание эстафеты</p> <p>состоит из пройденных программных двигательных упражнений, игр, подвижных игр. Эстафета включает в себя элементы соревнования и призы.</p>	<p>Участие в «Весенней эстафете».</p>	<p>- ребенок имеет опыт двигательной деятельности для участия в командных соревнованиях.</p>

Май.

1 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца:создание условий для проведения итогового мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».</p> <p>Задача:провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной</p>	<p>Тема первой недели:</p> <p>«Ходьба и бег, равновесие» с учетом требований итогового мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа. «Ходьба, бег, равновесие. Чему мы научились?»</p> <p>Двигательная.</p> <p>Приветствие. Ходьба обычная, на носках, на пятках, с полуприседанием, «змейкой», со сменой темпа, с поворотами, с заданиями (руки на поясе,к плечам, в сторону, за спину).</p> <p>Равновесие. Ходьба по бревну (высота 20 – 25 сантиметров), с мешочком на голове, ходьба приставным шагом, по шнуру, ходьба спиной вперед.</p> <p>Бег. В колонне по одному, парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, бег со старта с разных позиций. Бег на скорость (15 – 20 метров). Бег в медленном темпе (2 минуты), со средней скоростью (30 метров), челночный бег.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Выполнение разных видов ходьбы.</p> <p>Самостоятельная ходьба по бревну.</p> <p>Самостоятельная ходьба по шнуру.</p> <p>Бег с разными заданиями.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога, может поддержать беседу;</p> <p>- выполняет программные элементы ходьбы и бега, удерживает равновесие;</p> <p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх;</p> <p>- проявляет инициативу в подвижных играх;</p> <p>- имеет опыт двигательной деятельности для участия в командных соревнованиях.</p>

деятельности.		Игровая. Игры с бегом «У медведя во бору», «Ловишки».		- у ребенка развита крупная и мелкая моторика.
---------------	--	---	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца: создание условий для проведения итогового мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».</p> <p>Задача: провести мониторинг эффективности освоения детьми</p>	<p>Тема второй недели:</p> <p>«Прыжки, бросание, метание, ловля» с учетом требований итогового мониторинга по освоению детьми образовательной области «Физическая культура».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа. «Прыжки, бросание, метание, ловля Чему мы научились?»</p> <p>Двигательная.</p> <p>Приветствие. Ходьба.</p> <p>Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Основные движения по теме недели.</p> <p>Прыжки на двух ногах с поворотом кругом, со сменой ног, с хлопками над головой, прыжки с продвижением вперед (3 - 4метра), прыжки через предметы, Прыжки в длину с места (60 –75 сантиметров).Прыжки вверх с места (высота 15 – 20 сантиметров).</p>	<p>Составление небольшого рассказа о своих успехах.</p> <p>Участие в разных видах ходьбы.</p> <p>Выполнение общеразвивающих упражнений по указанию педагога.</p> <p>Выполнение прыжков.</p> <p>Самостоятельное катание мяча, обруча между предметами, прокатывание мяча из разных исходных положений.</p> <p>Бросание мяча вверх,</p>	<p>- ребенок может составить небольшой рассказ;</p> <p>- выполняет программные элементы прыжков, бросания, ловли, метания;</p> <p>- с интересом участвует в коллективных подвижных играх;</p> <p>- проявляет инициативу в</p>

<p>программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>		<p>Бросание, ловля, метание.</p> <p>Катание мяча, обруча между предметами, прокатывание мяча из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, ловля мяча. Отбивание мяча одной и двумя руками. Бросание мяча друг другу.</p> <p>Метание предмета на дальность (6,5 метров). Метание в горизонтальную цель (расстояние 2 – 3 метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра).</p> <p>Игровая.</p> <p>Игры с бросанием и ловлей: «Сбей булаву!», «Мяч через сетку».</p>	<p>ловля мяча.</p> <p>Отбивание мяча одной и двумя руками. Бросание мяча друг другу.</p> <p>Метание предмета на дальность (6,5 метров). Метание в горизонтальную цель (расстояние 2 – 3 метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра).</p>	<p>подвижных играх;</p> <p>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика.</p>
---	--	---	---	---

3 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца:создание условий для проведения промежуточного мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».</p> <p>Задача:провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Тема третьей недели:</p> <p>«Ползание. Лазание. Спортивные упражнения: катание на лыжах, санках.</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа. Безопасные правила поведения при выполнении движений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ползание и лазание.</p> <p>Подлезание на четвереньках между предметами (10 метров). Ползание по гимнастической скамейке на животе. Подлезание под препятствием. Лазание с опорой на стопы и ладони по доске. Лазание по гимнастической стенке (высота 2 метра). Перелезание с одного пролета на другой.</p> <p>Спортивные упражнения</p> <p>Катание на двух – трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Пастух и стадо», «Котята и щенята».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение указаний педагога при ползании, лазании.</p> <p>Катание на велосипеде по прямой, по кругу.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога;</p> <p>- выполняет программные движения, связанные с ползанием, лазанием;</p> <p>- умеет кататься на велосипеде по прямой линии, по кругу;</p> <p>-с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>

--	--	--	--	--

4 неделя.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель месяца:создание условий для проведения промежуточного мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».</p> <p>Задача:провести мониторинг эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Тема третьей недели:</p> <p>«Развитие силовых качеств»</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>проведение мониторинга эффективности освоения детьми программных умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие» в процессе игровой двигательной деятельности.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа и ответы на вопрос: Кто такие сильные люди?</p> <p>Двигательная.</p> <p>Упражнения с набивными мячами весом до 500 граммов из положения сидя и лежа.</p> <p>Ритмичные сжимания большого мяча (фитбола), передача набивного мяча другу по кругу.</p> <p>Упражнения для развития силы. Усаживание на набивной мяч.</p> <p>«Через ручейки».</p> <p>Упражнения на выносливость. Подвижные игры с многократным повторением движений: «Поезд», «Жеребята», «На прогулке».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение указаний педагога при выполнении упражнений для развития силы выносливости</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок отвечает на вопросы педагога;</p> <p>- выполняет программные движения, связанные с развитием силы и выносливости;</p> <p>- с интересом участвует в коллективных подвижных играх.</p>

Подвижные игры в повседневной жизни для детей 4- 5 лет.

Месяц	Название игры	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная двигательная деятельность
Сентябрь	«Марш и бег», «Найди себе пару», «По ровненькой дорожке», «Автомобили», «Найдем воробышка», «Воробышки и кот» (повторить, закрепить игры, освоенные детьми на занятиях по физической культуре).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходим в колонне, на носках, на пятках, «змейкой», по сигналу. 2. Равновесие - ходьба с перешагиванием через предметы 3. Ходим и бегаем, меняя направление 4. Ползаем на четвереньках между предметами. 5. Подлезает под веревку. 6. Бросаем предмет вдаль правой и левой рукой. 7. Слушаем стихи и выполняем характерные движения персонажей.
Октябрь	«Кто скорее добежит до кубика» «Мячик кверху», «Раз согнуться, два согнуться...», «Прыжки и бег».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходим – бегаем, смена движений 2. Бегаем – догоняем, в разных направлениях. 3. Подбрасываем и ловим, ловкость, быстрота. 4. Равновесие - побеги, не задень предмет. 5. Прыгаем и бегаем легко, по сигналу.
Ноябрь	«Кот и мыши», «Великаны и гномы», «Найди свой цвет», «Успей поймать».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выполняем характерные движения в игре «Кот и мыши», «Великаны и гномы». 2. Мягко пружиним в коленях, закрепляем основные движения. 3. Запоминаем, различаем цвет. 4. Играем с мячом. Развиваем координацию и внимание.

Декабрь	«Лошадка» «Меткие стрелки», «С кочки на кочку», «Карусель», «Поезд», «Жеребята».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развиваем внимание и координацию движений. 2. Развиваем меткость попадания в мишень. 3. Ходим на лыжах. 4. Ходим по гимнастической скамейке. 5. Выполняем спортивные упражнения.
Январь	«Зайцы и Волк», «Лиса в курятнике», «Карусель в лесу», «Кто ушел?»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выполняем характерные движения 2. Реагируем на сигнал. 3. Выполняем задания. 4. Движения под музыку. 5. Закрепляем умения ходить и бегать, прыгать.
Февраль	«Совушка», «Кто скорее добежит до флажка», «Зайцы и Волк», «Котята и щенята».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Катаем мяч в цель, толкаем мяч, прыгаем как мячики. 2. Развиваем внимание «Зеваки». 3. Катаем обруч друг другу. 4. Пролезаем в обруч. 5. Прыгаем в обруч. 6. Развиваем смелость и точность.
Март	«Лошадка», «Бездомный заяц», «Хитрая лиса», «Караси и щука».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Проявляем легкость, гибкость. 2. Развиваем внимание «Хитрая лиса», «Караси и щука». 3. Проявляем инициативу.
Апрель	«Поезд», «Жеребята», «Догони пару», «Совушка».	<ol style="list-style-type: none"> 1. Двигаемся с остановкой по сигналу. 2. Развиваем чувство равновесия и координации, прыгаем по музыку. 3. Повторяем, закрепляем. Любимая игра «Догони пару!».

Май	«У медведя во бору», «Ловишки», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Пастух и стадо», «На прогулке».	<ol style="list-style-type: none">1. Закреплять умение ходить по разным дорожкам.2. Прыгаем в высоту, в длину с места.3. Ползаем и подлезаем под дугу.4. Развиваем координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность.
-----	--	--

**Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей
дошкольного возраста
(5 – 6 лет)**

Календарно-тематическое планирование

Сентябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для мониторинга.</p> <p>Задачи: Определение двигательной подготовленности детей, степени подвижности.</p> <p>Воспитание коллективных действий в игре.</p>	<p>Тема первой недели: «До свидания лето»</p> <p>«Разные движения. Движение и дыхание».</p> <p>Диагностика</p> <p>Определение физического развития . ВРИ, ЖИ., ИКС.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения в физкультурном зале.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием бедра, бег на носках.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Игровая.</p> <p>П/и: «Удочка», «Горелки»</p> <p>И.м.п. « У кого мяч».</p> <p>Трудовая. Уборка инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Освоение разных видов ходьбы.</p> <p>Самостоятельное выполнение дыхательных упражнений.</p> <p>Выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное отгадывание загадок.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок имеет опыт в двигательной деятельности; - выполняет основные движения; - овладел подвижными играми с правилами; - у ребенка развито равновесие при ходьбе. - ребенок может контролировать свои движения - ребенок выполняет основные движения; - согласует движения с правильным дыханием; - владеет координацией движений; - ребенок подвижен,

				ВЫНОСЛИВ.
--	--	--	--	-----------

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для физического развития в двигательной деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <p>Определение двигательных качеств, функционального состояния.</p> <p>Воспитание интереса к</p>	<p>Тема второй недели: «Детский сад» , Диагностика.</p> <p>« Ходьба. Бег. Метание»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба друг за другом с наклонами вперед; - ходьба на носках; - бег змейкой; - бег врассыпную; - ходьба врассыпную. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа «Зачем человеку нужно движение?»</p> <p>Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба друг за другом с наклонами вперед; - ходьба на носках; - бег змейкой; - бег врассыпную; - ходьба врассыпную. <p>ОРУ с палкой.</p>	<p>Индивидуальное выполнение общеразвивающих упражнений «Дуб», «Ива», «Елочка».</p> <p>Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Метание шишек в вертикальную и горизонтальную цели.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p> <p>Участие в трудовой</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок владеет приемами метания правой и левой рукой; - различает вертикальную и горизонтальную цель; - умеет прыгать вперед, - выполняет упражнения на равновесие.

<p>оздоровительным занятиям.</p>		<p>Упражнение на равновесие (стоять на одной ноге).</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Подбрасывание мяча вверх об пол и ловля его двумя руками.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Мы веселые ребята».</p> <p>И.м.п.» Найди и промолчи».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>деятельности.</p>	
----------------------------------	--	---	----------------------	--

3 неделя

<p>Образовательная область. Цель. Задача.</p>	<p>Тема</p>	<p>Виды и формы совместной образовательной деятельности</p>	<p>Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность</p>	<p>Целевые ориентиры (результат)</p>
---	-------------	---	---	--------------------------------------

<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для физического развития в двигательной деятельности.</p> <p>Задачи:</p> <p>Закреплять умения детей в упражнениях с мячом.</p> <p>Воспитывать интерес к предметно - образным занятиям.</p>	<p>Тема третьей недели: « Игрушки»</p> <p>« Мой веселый звонкий мяч. Бег».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбрасывание мяча; - ловля мяча; - ловля мяча двумя руками; - бег со средней скоростью. 	<p>Двигательная.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Подбрасывание мяча вверх об пол и ловля его двумя руками,</p> <p>Подбрасывание мяча вверх и ловля его после отскока(от пола).</p> <p>Прыгаем вместе с мячом.</p> <p>П/и:</p> <p>«Кто быстрее до стойки».</p> <p>«Бездомный заяц».</p> <p>И.м.п. « У кого мяч?».</p> <p>Коммуникативная.</p> <p>Поощрять проговаривание действий .</p> <p>Рассказ об играх с мячом.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное отгадывание загадок.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - владеет основными движениями; - выполняет указания взрослого; - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности
---	---	--	---	--

4 неделя

<p>Цель: создание условий для освоения детьми спортивных игр.</p> <p>Задачи: познакомить детей с основными понятиями спортивной игры.</p>	<p>«Спортивная игра»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none">- элементарные сведения о спортивной игре;- знакомство с основными понятиями и правилами игры;- национальные спортивные традиции и достижения, знаменитые спортсмены, спортивные команды;- техника безопасного поведения;- правильное питание спортсмена;- режим дня	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о спортивных играх.</p> <p>Правила игры.</p> <p>Национальные спортивные традиции и достижений, знаменитые спортсмены, спортивные команды.</p> <p>Спортивные события в нашем городе. Знакомство с местной командой и её достижениями.</p> <p>Безопасное поведение в игре.</p> <p>Питание спортсмена.</p> <p>Режим дня спортсмена.</p> <p>Правила выбора спортивной одежды.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Игры на координацию движений:</p> <p>«Через ручеек по мостику», «По</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в играх на координацию движений: «Через ручеек по мостику», «По коридорчику», «Найди свой цвет», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Море волнуется раз», «Водяной», «Беги - замри», «Шагай через кочки», «Бегом по горке», «Жмурки с колокольчиком».</p>	<ul style="list-style-type: none">- ребенок умеет поддерживать беседу;- с интересом участвует в спортивных играх на координацию движений;- выполняет указания взрослого;- проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.
---	--	---	--	--

	спортсмена; - правила выбора спортивной одежды.	коридорчику», «Найди свой цвет», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Море волнуется раз», «Водяной».		
--	--	---	--	--

Октябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: Развитие силы в ОВД.</p> <p>Задачи: Учить перестроению в колонну по два , формировать у детей умение выполнять правильно бросок от груди, упражнять в ползании на четвереньках «змейкой».</p>	<p>Тема первой недели: « Огород. Овощи»</p> <p>«Движение – жизнь.</p> <p>Прыжки »</p> <p>Краткое содержание: - ходьба и бег с сохранением дистанции; - упражнения с мячом; - ходьба с построением; - прыжки на месте;</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа об овощах. Загадки.</p> <p>Двигательная</p> <p>Ходьба обычная, на носках(руки за голову), приставным шагом, бег обычный , с высоким подниманием бедра.</p> <p>ОРУ с обручем.</p> <p>Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.</p> <p>Ползание на четвереньках между предметами,</p> <p>Броски мяча двумя руками от груди.</p> <p>Игровая.</p>	<p>Слушание рассказа с объяснением о ходьбе с построением в звеня.</p> <p>Участие в двигательной деятельности.</p> <p>Выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение основных движений.</p> <p>Самостоятельное выполнение разных видов прыжков.</p> <p>Участие в подвижных играх «Затейники», «Паук»,</p>	<p>- ребенок умеет внимательно слушать рассказ с объяснением;</p> <p>- активен в двигательной деятельности;</p> <p>- проявляет выносливость при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>- с интересом участвует в подвижных играх.</p> <p>- соблюдает дистанцию в прыжках;</p> <p>- умеет выбирать</p>

Воспитывать взаимопомощь в игре.	- прыжки через несколько предметов; - подвижные игры.	«Посади и собери урожай». И.м.п.» Съедобное – не съедобное».	«Парашютики», «На одной ножке – по дорожке».	партнеров для совместной игровой деятельности.
----------------------------------	--	--	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое. Развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие скоростно-силовых качеств в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей прыгать скрестно, одна нога вперед, другая назад.</p> <p>Закреплять умение бросать мяч друг другу</p>	<p>Тема второй недели: Каникулы</p> <p>Краткое содержание</p> <p>- передвижение разными шагами;</p> <p>- бег (разные варианты);</p> <p>- ходьба и бег;</p> <p>- повороты;</p> <p>-прыжки (разные варианты).</p> <p>(общеразвивающие упражнения)</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, развивать восприятие предметов по форме, цвету.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег</p> <p>Игровые упражнения:</p> <p>передвижение приставными шагами правым (левым) боком с разной скоростью, в одном или в разном направлении.</p> <p>ОРУ с гантельками.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди ,из-за головы.</p> <p>Подлезание под дугу прямо, не касаясь, пола руками.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное отгадывание загадок.</p> <p>Самостоятельное выполнение игровых общеразвивающих упражнений;</p> <p>Участие в коллективных подвижных играх: «Передал- садись».</p> <p>Участие в игровых упражнениях.</p> <p>Самостоятельное выполнение всех двигательных заданий</p>	<p>- ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения;</p> <p>- проявляет ловкость и быстроту в подвижных играх;</p> <p>- умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.</p>

<p>из-за головы.</p> <p>Закрепление двигательных умений и навыков в п/и.</p> <p>Воспитание дружественных отношений на занятии.</p> <p>Кор. 3.Упражнять в четком согласовании темпа и ритма.</p>		<p>Прыжки на месте ноги скрестно, ноги врозь, вместе, одна нога вперед, другая назад.</p> <p>Игровая.</p> <p>П/и: «Передал- садись».</p> <p>И.м.п. « Светофор».</p>		
--	--	--	--	--

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие гибкости и ловкости в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей технике метания в горизонтальную цель, закреплять умения пролезать через три обруча прямо и боком.</p> <p>Вызывать у детей</p>	<p>Тема третьей недели: « Сад. Фрукты»</p> <p>« Ходим – бегаем. Собираем урожай».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба в колонне; - ходьба на пятках; - ходьба на носках; - ходьба и прыжки; - бег с изменением темпа; - общеразвивающие упражнения. - прыжки; - подлезание под 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о саде, о фруктах.</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ Без предметов.</p> <p>Ходьба в колонне друг за другом.</p> <p>Ходьба на пятках.</p> <p>Ходьба на носках.</p> <p>Ходьба и прыжки: ноги вместе, ноги врозь.</p> <p>Бег с изменением темпа.</p> <p>Ходьба с восстановлением дыхания.</p> <p>ОРУ с флажками.</p> <p>Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>Подлезание под дугу правым и левым</p>	<p>Освоение разных видов ходьбы: ходьба в колонне друг за другом,</p> <p>ходьба на пятках,</p> <p>ходьба на носках.</p> <p>Выполнение разного вида бега, по указанию взрослого.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - ребенок уверен в своих силах; - с интересом участвует в совместных играх; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

<p>положительные эмоции от участия в п/и.</p> <p>Кор. 3. Учить разнообразно и уверенно действовать с мячом.</p>	<p>дуги.</p>	<p>боком.</p> <p>Пролезание через три обруча (прямо, боком).</p> <p>«Собираем урожай» игровые действия по заданию педагога.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Садовник».</p> <p>« Кто быстрее соберет урожай»</p> <p>« Прощание с осенью».</p>		
---	--------------	--	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: Развитие силы и быстроты ОВД.</p> <p>Задачи: дать основные практические навыки по прыжкам в длину с разбега.</p> <p>Закрепление двигательных умений и навыков в п /и.</p> <p>Воспитывать у детей желание оценивать свои действия и поведение по отношению к другим детям.</p>	<p>Тема четвертой недели « Осень».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки с разбега; - отталкивание и приземление; - равновесие. 	<p>Двигательная.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Ходьба и бег враспынную, перестроение в колонну по одному.</p> <p>Прыжки с разбега на дальность.</p> <p>Отталкиваемся и приземляемся.</p> <p>Правила приземления.</p> <p>Мини – соревнование «Кто дальше прыгнет».</p> <p>Игровая.</p> <p>«Посади и собери урожай»</p> <p>«Ловишки».</p> <p>«Прощание с осенью».</p> <p>«Садовник».</p> <p>Подвижная игра «Прыгалка».</p>	<p>Участие в освоении практических навыков по прыжкам в длину с разбега.</p> <p>Освоение приемов отталкивания и приземления.</p> <p>Участие в соревновании «Кто дальше прыгнет».</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок освоил практические навыки по прыжкам в длину с разбега; - имеет потребность бегать, прыгать; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

Ноябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 1.</p> <p>Цель: Развитие силы, ловкости средствами ОВД и п /и.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей ведению мяча по прямой, Упражнять, в ходьбе по скамейке с мешочком на голове, совершенствовать умение ползать на животе,</p>	<p>«Буду расти здоровым».» Дикие животные».</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- ходьба, бег, перестроение;</p> <p>- гимнасты, пловцы, футболисты.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Поощрять речевую активность. Учить отгадывать загадки про диких животных.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, с высоким подниманием бедра, между стоек, с изменением направления на сигнал, перестроение в колонну по два.</p> <p>ОРУ с обручем.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками.</p> <p>Ведение мяча с продвижением вперед</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p>	<p>Участие в беседе о разных видах спорта.</p> <p>Совершенствование физических качеств.</p> <p>Выполнение упражнений:</p> <p>ходьба с поворотами в углах, ходьба на носках и пятках, перестроение в три круга.</p>	<p>- ребенок умеет поддержать беседу;</p> <p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;</p> <p>- умеет самостоятельно выполнять упражнения, связанные с разными видами спорта;</p> <p>- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.</p>

<p>подтягиваясь двумя руками.</p> <p>Воспитание у детей выдержки в п/и.</p> <p>Кор. 3. Формировать умения выполнять упражнения осознанно.</p>		<p>Прыжки на правой и левой ноге.</p> <p>П/и:» Охотники и зайцы».</p> <p>« Хитрая лиса».</p>		
--	--	--	--	--

<p>Цель: Развитие быстроты и силы в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Укреплять мышечный тонус, учить детей выполнять движения четко, ориентироваться в пространстве, формировать умение перебрасывать мяч снизу, из-за головы друг другу, упражнять в ходьбе по канату с мешочком на голове.</p> <p>Воспитывать чувство взаимопомощи, внимание к другим людям.</p>	<p>Тема: « Домашние животные», « Домашние птицы».</p> <p>«Выносливые и сильные».</p>	<p>Коммуникативная. Поощрять речевую активность детей. Беседа о домашних животных. О домашних птицах.</p> <p>Построение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, бег с захлестыванием голени назад, перестроение в колонну по два.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>Перебрасывание мяча двумя руками снизу, из-за головы.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на предплечьях и коленях.</p> <p>Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, мешочек на голове.</p> <p>П/и: « Коза и волк»</p> <p>« Сокол и голуби».</p> <p>И.м.п. «Козочка».</p>	<p>Индивидуальное участие в беге и прыжках через препятствия высотой от 15 до 30 см.</p> <p>Индивидуальное участие в беге с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метро.</p>	<p>- ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений;</p> <p>- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу;</p> <p>- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.</p>
--	--	---	---	---

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Цель: обобщать и систематизировать знания детей о человеке.</p> <p>Развитие равновесия в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Формировать умения перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы и ловить его, упражнять ходить по скамейке, сохраняя равновесие, совершенствовать умение прыгать на</p>	<p>«Ходьба и бег парами». «Кто я? Какой я?» (человек)</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- ходьба и бег парами;</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Поощрять речевую активность детей. Беседа о человеке.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу, повороты направо, налево. Бег , подскоки.</p> <p>ОРУ с палкой.</p> <p>Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>Перебрасывание мяча двумя руками, снизу, из-за головы.</p> <p>Прыжки на правой и левой ноге.</p> <p>П/и: «Стоп».</p> <p>И.м.п. «У Меланьи, у старушки».</p>	<p>Освоение бега и ходьбы парами.</p> <p>Выполнение упражнений в колонне.</p> <p>Выполнение упражнений в шеренге.</p> <p>Участие в подвижных играх</p> <p>«Парный бег», «Встречные перебежки».</p>	<p>- ребенок освоил бег и ходьбу парами;</p> <p>- может самостоятельно контролировать двигательные упражнения в колонне, шеренге;</p> <p>- проявляет активность в игровой двигательной деятельности.</p>

<p>одной ногое.</p> <p>Воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу.</p>				
---	--	--	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.</p> <p>Задачи:</p> <p>развивать навыки коллективного взаимодействия в подвижных играх.</p> <p>Воспитание сноровки и выдержки.</p>	<p>«Игры с метанием».</p> <p>Каникулы.</p> <p>Развлечение « Путешествие за волшебным зеркальцем».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Поощрять Речевую активность.</p> <p>Беседа о подвижных играх.</p> <p>Построение в шеренгу. Ходьба и бег с выполнением заданий.</p> <p>Игровые задания:</p> <p>«Охотники и зайцы»</p> <p>« Хитрая лиса».</p> <p>«Коза и волк».</p> <p>«Сокол и волк».</p> <p>« Кто успел».</p> <p>«По местам»</p>	<p>Участие в подвижных играх «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Школа мяча».</p>	<p>- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.</p>

5 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Цель:</p> <p>подведение итогов в двигательной деятельности за месяц.</p> <p>Задача:</p> <p>анализ эффективности развития двигательных навыков за месяц.</p>	<p>«Подвижные игры». «Одежда. Обувь».</p> <p>Повторение, закрепление.</p>	<p>Игровая.</p> <p>«Забавные шляпы»</p> <p>Подвижные игры: «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята».</p> <p>Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».</p>	<p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в играх – эстафетах</p> <p>Самостоятельное забрасывание мяча в корзину.</p>	<p>- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.</p>

Декабрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 1.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств .</p> <p>Задача:</p> <p>Учить ходить по наклонной доске, прямо и боком.</p> <p>Формировать умение перебрасывать мяч друг другу из-за головы, стоя на коленях</p> <p>Упражнять в перешагивании через</p>	<p>«Дом. Мебель».</p> <p>Краткое содержание:</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу, проверка осанки, бег и ходьба между предметами, по кругу с поворотом , на сигнал, ходьба в полуприседе.</p> <p>ОРУ С палкой.</p> <p>Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.</p> <p>Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.</p> <p>Перешагивание через бруски правой и левой ногой.</p> <p>Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в коллективной подвижной игре.</p>	<p>- ребенок может самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения;</p> <p>- проявляет физическую активность при выполнении основных движений;</p> <p>- способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.</p>

бруски, правым и левым боком. Развивать координацию движений. Воспитание смелости в ОВД,		П/и «Погрузи мебель в машину».		
--	--	--------------------------------	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Цель: Развитие равновесия и силы в ОВД.</p> <p>Задачи: Формирование правильной осанки во время ходьбы. -Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове ,</p>	<p>«Инструменты и бытовая техника». Ходьба, упражнения в равновесии.</p>	<p>Двигательная Ходьба в колонне по одному .Обычный бег .Ходьба с выполнением заданий. ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Прыжки попеременно на правой и</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.</p>	<p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру;</p>

<p>сохраняя равновесие, развивать координацию движений,</p> <p>Закреплять выполнение ОВД осознанно, совершенствовать технику основных движений.</p> <p>Воспитание дружественных отношений в играх.</p>		<p>левой ногой до обозначенного места.</p> <p>Бросание мяча вверх с хлопком и ловля его двумя руками.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Кто быстрее».</p>		<p>- положительно относится к себе и другим.</p>
--	--	---	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной</p>	<p>« Зима».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рисуем головой; - рисуем локтями, - рисуем туловищем. 	<p>Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>Бег и ходьба. С остановкой на сигнал</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Лазание по гимнастической стенке одноименным способом.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение указаний физкультурного руководителя.</p> <p>Индивидуальная отработка основных</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих

<p>деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p>Задачи:</p> <p>формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции.</p> <p>Развивать ловкость и глазомер в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по</p>		<p>Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>Ползание на четвереньках по скамейке с мешочком на спине</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу снизу и ловля мяча двумя руками.</p> <p>П/и: « Зима».</p> <p>« Снежная королева».</p>	<p>движений.</p>	<p>силах;</p> <p>- открыт внешнему миру;</p> <p>- положительно относится к себе и другим.</p>
--	--	---	------------------	---

<p>скамейке.</p> <p>Воспитание выдержки у детей в п/и.</p>				
<p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>обогащать двигательный опыт детей, совершенствовать технику образных движений.</p>	<p>«Животные и их движения» Зима».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюд»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь». 	<p>Занятие игровое.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение образных упражнений «Мышки», «Лошадки», «Верблюд», «Слон», «Медведь».</p> <p>Слушание и запоминание четверостиший о животных.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок способен самостоятельно выполнять образные движения различных персонажей; - проявляет элементы творчества при изображении персонажей; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>познакомить с зимними видами спорта.</p>	<p>«Новогодний праздник»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа о зимних видах спорта; - детский зимний инвентарь; -безопасность; 	<p>Коммуникативная</p> <p>Беседа о Новом годе.</p> <p>Загадки о зиме, о елочных игрушках.</p> <p>Беседа и рассматривание зимнего детского инвентаря: санки, лыжи, коньки.</p> <p>Веселая разминка.</p> <p>Игровые задания.</p> <p>Прыжки между препятствиями.</p> <p>Подбрасывание и прокатывание мяча из разных и.п.</p> <p>«Ловкие обезьянки</p> <p>Бросание мяча о стенку.</p> <p>П/И:» Зима»</p> <p>« К нам приходит Новый год»</p>	<p>Слушание рассказа</p> <p>Рассказ о зимних видах спорта.</p> <p>Самостоятельное отгадывание загадок.</p> <p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.

		« В зимнем парке». « Снежная королева».		
--	--	--	--	--

5 неделя

<p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>познакомить с зимними видами спорта.</p>	<p>«Зима».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повторение; - катание на санках, - ходьба на лыжах. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Рассказ о зимних видах спорта.</p> <p>Рассказы детей.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Катание на санках с горки по одному и парами.</p> <p>Катание друг друга по ровному месту.</p> <p>Ходьба на лыжах. Подъем в горку «лесенкой», спуск в низкой стойке.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Мороз».</p>	<p>Слушание рассказа</p> <p>Рассказ о зимних видах спорта.</p> <p>Самостоятельный рассказ.</p> <p>Участие в беседе.</p> <p>Катание на санках с горки по одному и парами.</p> <p>Катание друг друга по ровному месту.</p> <p>Ходьба на лыжах подъем и спуск.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период. - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.
--	--	--	--	--

Январь

1 – 2 неделя праздничные выходные дни Каникулы, проведение досугов и развлечений

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие быстроты, силы, ловкости и точности в ОВД.</p> <p>Задачи:</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами.</p> <p>Учить бросать мяч в кольцо.</p> <p>Формировать умение</p>	<p>Тема: «Зимние развлечения и забавы».</p>	<p>Коммуникативные</p> <p>Беседа о зимних забавах. Поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние игр на свежем воздухе.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег между предметами по кругу, Ходьба с выполнением заданий.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Прыжки в длину с места</p> <p>Пролезание под дугами правым и левым боком.</p> <p>Бросание мяча друг другу от груди.</p> <p>Забрасывание мяча в баскетбольное</p>	<p>Слушание рассказа</p> <p>Рассказ о зимних видах спорта.</p> <p>Самостоятельный рассказ.</p> <p>Участие в беседе.</p>	<p>- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию;</p> <p>- проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений;</p> <p>- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку;</p> <p>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика.</p>

<p>правильно прыгать в длину с места, мягко приземляться.</p> <p>Воспитывать уверенность в себе.</p>		<p>кольцо</p> <p>П/и.» Нам в любой мороз тепло».</p> <p>«Два Мороза».</p>		
--	--	---	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для развития двигательной</p>	<p>«Подвижные игры». «Зимующие птицы».</p> <p>Краткое содержание:</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о зимующих птицах.</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения в подвижных играх.</p> <p>Участие в подвижных играх с бегом: «Уголки»,</p>	<p>- ребенок гармонично физически развит;</p> <p>- в поведении четко выражена потребность в двигательной</p>

<p>деятельности детей.</p> <p>Задачи: Учить детей ходить по гимнастической скамейке , приставляя пятку одной ноги к носку другой, сохраняя равновесие.</p> <p>Совершенствовать умение выполнять прыжки ноги врозь и ноги вместе.</p> <p>Упражнять детей в умении забрасывать мяч кольцо.</p> <p>Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры.</p>	<p>- игры с бегом;</p> <p>- игры с прыжками;</p> <p>- игры - эстафеты.</p>	<p>разноименным способом.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p> <p>Прыжки через шнур- ноги врозь, ноги вместе.</p> <p>Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.</p> <p>П/и:» Ловлю птиц на лету».</p> <p>«Передал- садись».</p> <p>Игры с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц».</p> <p>Игры с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто делает меньше прыжков», «Пустое место».</p> <p>Игры – эстафеты: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».</p>	<p>«Парный бег»,«Бездомный заяц».</p> <p>В играх с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто делает меньше прыжков», «Пустое место».</p> <p>В играх – эстафетах: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».</p>	<p>деятельности и физическом совершенствовании;</p> <p>- способен самостоятельно организовать и проводить подвижные игры;</p> <p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.</p>
--	--	--	--	--

5 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Занятие 8.</p> <p>Цель: создание условий для развития двигательных качеств в зимний период.</p> <p>Задача: развивать потребность и интерес к двигательной деятельности в зимний период в процессе игровой деятельности.</p>	<p>«Транспорт».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игра в снежки; - зимняя карусель; - катание на санках. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о детском транспорте.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели (по рекомендации педагога)</p> <p>Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту (кто быстрее). Зимняя карусель: кто катается на карусели (медведи, зайцы, лиса).</p>	<p>Участие в беседе о народных играх – забавах.</p> <p>Детский транспорт.</p> <p>Самостоятельное отгадывание загадок.</p> <p>Самостоятельное участие в игровой двигательной деятельности.</p> <p>Творческое выполнение игровых заданий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок стремится к лучшему результату; - способен самостоятельно привлечь внимание других детей для участия в командной игре; - проявляет познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Февраль

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие общей выносливости средствами упражнений смешанного характера.</p> <p>Задачи:</p> <p>Учить детей метать в вертикальную цель.</p> <p>Упражнять в ползании на</p>	<p>«Ходьба и бег».</p> <p>«Транспорт»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба в колонне; - ходьба на носках; - ходьба на пятках; - бег. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о транспорте.</p> <p>Двигательная.</p> <p>«На разминку становись!</p> <p>Вправо, влево повернись,</p> <p>Повороты посчитай</p> <p>Раз, два, три...</p> <p>Не отставай!».</p> <p>Основные движения. Ходьба в колонне с поворотами в углах. Ходьба на носках с прямым туловищем. Ходьба на пятках с прямым туловищем. Ходьба через предметы (высотой 20 сантиметров).</p> <p>Обычный бег. Бег с высоким поднятием колен, через предметы. с захлестыванием голени назад.</p>	<p>Участие в беседе о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. Самостоятельное выполнение движений ходьбы в колонне с поворотами в углах, ходьбы на носках с прямым туловищем, ходьбы на пятках с прямым туловищем, обычного бега, бега с захлестыванием.</p> <p>Участие в подвижной игре «Дорожка препятствий».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок гармонично физически развит; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - ребенок умеет выполнять основные движения; - знает правила безопасности во время выполнения физических упражнений; - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.

<p>животе под палкой , под шнуром, не задевая.</p> <p>Формировать умение подбрасывать мяч одной рукой и ловить двумя.</p> <p>Воспитывать желание и уверенность играть с мячом.</p>		<p>Перестроение в три колонны.</p> <p>ОРУ с флажками.</p> <p>Метание мешочков вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>Ползание на животе под палкой (высота 40 см).</p> <p>Подбрасывание мяча одной рукой и ловля двумя руками.</p> <p>П/и: «Самолет».</p> <p>И.м.п.» Светофор»</p> <p>Подвижная игра «Дорожка препятствий».</p> <p>Трудовая. Уборка инвентаря.</p>		
--	--	--	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей.</p> <p>Задачи: развивать двигательную активность детей.</p> <p>Уточнять представления детей о профессиях пап, учить отгадывать</p>	<p>Профессии наших пап.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения. 	<p>Коммуникативная. Беседа о профессиях пап.</p> <p>Двигательная. ОРУ с кольцами. Ходьба с четкими поворотами в углах. Бег с высоким подниманием бедра. Медленный бег . Бег со средней скоростью (по указанию педагога). Дыхательные упражнения. Лазание по гимнастической стенке, одноименным и разноименным способами. Прыжки с ноги на ногу между предметами. Ходьба по скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p>	<p>Участие в беседе о профессиях пап.</p> <p>Индивидуальное выполнение упражнений на дыхание.</p> <p>Участие в коллективной подвижной игре «Маршировка».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; - знает о правилах безопасности во время выполнения физических упражнений.

<p>загадки.</p> <p>Упражнять в лазании по лестнице разными способами.</p> <p>Упражнять в прыжках с ноги на ногу между предметами.</p> <p>Развивать координацию движений в ходьбе по скамейке.</p> <p>Воспитывать у детей умение преодолевать страх в лазание по лестнице.</p>		<p>Игровая.</p> <p>П/и: « Маршировка».</p>		
---	--	---	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития двигательной деятельности детей.</p> <p>Задача:</p> <p>совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.</p> <p>Расширение знаний о родах</p>	<p>Праздник «День защитника Отечества». Каникулы.</p> <p>Участие в празднике.</p>	<p>Двигательная</p> <p>Праздник к Дню Защитника Отечества.</p>	<p>Самостоятельное выполнение основных движений.</p>	<p>- у ребенка сформировано ценностное отношение к занятиям физической культурой;</p> <p>- ребенок может самостоятельно выполнять основные движения на равновесие;</p> <p>-у ребенка развита крупная и мелкая моторика;</p> <p>- при выполнении движений ребенок проявляет необходимый контроль и самооценку.</p>

<p>войск.</p> <p>Закрепление умения детей согласовывать движения с музыкой.</p> <p>Воспитание патриотизма, уважения к защитникам Родины.</p>				
<p>Цель:</p> <p>Создание условий для двигательной деятельности</p> <p>Задача:</p> <p>формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.</p>	<p>«Красивая осанка».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения. 	<p>Двигательная.</p> <p>Ходьба на носках и внешней стороне ступни.</p> <p>Медленный бег: забрасывая голень, затем высоко поднимая колени.</p> <p>Медленный бег на расстояние (по указанию педагога).</p> <p>Дыхательные упражнения.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Горелки».</p>	<p>Самостоятельное выполнение основных движений.</p> <p>Осознанное выполнение упражнений на дыхание.</p> <p>Участие в подвижной игре «Горелки».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям; - проявляет инициативу при выполнении упражнений.

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие общей выносливости средствами упражнений смешанного характера.</p> <p>Задачи:</p> <p>Развитие двигательных навыков и умений в играх-эстафетах.</p> <p>Воспитание у детей интереса к занятиям спортом, интереса к их результатам.</p>	<p>« Наш город».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о городе.</p> <p>Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному до 1.5 минут, проверка осанки, построение в три колонны.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Игры- эстафеты «Бюро находок».</p> <p>« Помощники».</p> <p>« Мачеха и Золушка»</p>		<p>- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности;</p> <p>- ребенок владеет основными культурными способами общения;</p> <p>- обладает установкой положительного отношения к миру.</p>

Март

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 1.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития двигательной деятельности детей.</p> <p>Задача:</p> <p>развивать физические качества - ловкость, выносливость.</p>	<p>«Всегда в движении».</p> <p>«Прыжки. Мяч». «Мамин праздник».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки в длину; - перебрасывание мяча; - прокатывание мяча. 	<p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Основные движения по теме недели.</p> <p>Прыжки через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15- 20 см).</p> <p>Прыжки в длину с места на 80 - 90 см.</p> <p>Перебрасывание мяча через шнур двумя руками.</p> <p>Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра).</p> <p>Игровые упражнения (подбрось – поймай).</p>	<p>Индивидуальное выполнение прыжков через 5 – 6 предметов.</p> <p>Освоение прыжков в длину с места.</p> <p>Самостоятельное перебрасывание мяча через шнур.</p> <p>Индивидуальное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра).</p> <p>Освоение игровых упражнений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

		<p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Лошадка».</p>	<p>Участие в подвижной игре.</p>	
<p>Занятие 2.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития физических качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>развивать</p>	<p>«Упражнения на гимнастической скамейке».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба по скамейке; - бег по скамейке; - спрыгивание со 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении упражнений на гимнастической скамейке.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.</p> <p>Ходьба в колонне по залу.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке</p>	<p>Индивидуальное выполнение основных двигательных упражнений:</p> <p>ходьба в колонне по залу, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки в стороны, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа</p>	<p>- ребенок может самостоятельно выполнять основные двигательные движения;</p> <p>- осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом;</p> <p>- в двигательной деятельности с</p>

физические качества - ловкость, выносливость.	скамейки.	<p>потоком, держа руки в стороны.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой.</p> <p>Бег по скамейке (2-3 раза).</p> <p>Спрыгивание со скамьи с мягким приземлением на обе ноги.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Бездомный заяц»</p>	<p>руки за головой,</p> <p>бег по скамейке,</p> <p>спрыгивание со скамейки с мягким приземлением на обе ноги.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	удовольствием общается со сверстниками.
---	-----------	--	--	---

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 3.</p> <p>Цель:</p>	<p>«Выносливость в ходьбе и беге». «Моя семья».</p> <p>Краткое</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Основные движения по теме недели.</p>	<p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30</p>	<p>- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;</p> <p>- в двигательной</p>

<p>создание условий для развития интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях.</p> <p>Задача: развивать активность в самостоятельной двигательной деятельности.</p>	<p>содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бег между предметами; - бег на скорость; - прыжки. 	<p>Бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза).</p> <p>Челночный бег 3x10 метров в медленном темпе.</p> <p>Прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно).</p> <p>Игровые упражнения «На одной ножке вдоль дорожки». Прыжки вдоль дорожки из кубиков или шнура до конца дорожки.</p> <p>При повторении прыгать на другой ноге.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Кто лучше прыгнет».</p>	<p>метров (2- 3 раза), челночный бег 3x10 метров в медленном темпе, прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно).</p> <p>Самостоятельное выполнение игровых упражнений «На одной ножке вдоль дорожки».</p> <p>Участие подвижной игре.</p>	<p>деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в совместных играх.
---	---	---	---	--

<p>Занятие 4</p> <p>Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности.</p> <p>Задача: упражнять детей в ходьбе широким и коротким шагом, в равновесии и прыжках.</p>	<p>«Ловкие ребята».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба; - игровые упражнения; - бросание мяча. 	<p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие и основные движения по теме недели.</p> <p>Ходьба попеременно широким и коротким шагом.</p> <p>Ходьба мелким, семенящим шагом.</p> <p>Игровая.</p> <p>Игровые упражнения. «Перепрыгни ручеек».</p> <p>Прыжки в длину с места через 3- 4 ручейка (ручеек состоит из 6 – 8 шнуров).</p> <p>«Бег по дорожке».</p> <p>Упражнение дети выполняют в колонне по одному, сохраняя равновесие и не наступая на шнуры.</p> <p>«Ловкие ребята».</p> <p>Бросание мяча о землю, вверх и ловля его двумя руками. В руках у каждого ребенка мяч.</p>	<p>Освоение и закрепление разных видов ходьбы:</p> <p>ходьба попеременно широким и коротким шагом, ходьба мелким, семенящим шагом.</p> <p>Самостоятельное выполнение игровых упражнений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности.</p> <p>Задача:</p> <p>освоить общеразвивающие упражнения с предметами и без них.</p>	<p>«Вместе весело шагать». «Посуда».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба; - бег; - общеразвивающие упражнения; - упражнения со скакалкой. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о пользе общеразвивающих упражнений в жизни человека.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба обычным шагом.</p> <p>Ходьба парами.</p> <p>Бег за направляющим.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Приседания.</p> <p>Рывки согнутыми руками назад.</p> <p>Рывки прямыми руками назад.</p> <p>Наклоны.</p> <p>Наклоны со скакалкой.</p> <p>Лазание и ползание.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Освоение и закрепление разных видов ходьбы.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок выполняет основные движения; - имеет опыт в разных видах двигательной деятельности; - способен к волевым усилиям в разных видах движений; - проявляет инициативу и самостоятельность в игровой деятельности.

		<p>Лазание по лестнице с перекрестной координацией рук и ног.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижные игры «Не оставайся на полу», «С кочки на кочку».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>		
--	--	---	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для проведения спортивного соревнования «Веселые старты»</p>	<p>«Веселые старты».</p> <p>« Продукты питания».</p> <p>Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и</p>	<p>Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений.</p>	<p>Участие в спортивном соревновании «Веселые старты».</p>	<p>-ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;</p> <p>- в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию,</p>

<p>Задача:</p> <p>провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивного соревнования «Веселые старты».</p>	<p>программных двигательных упражнений.</p>			<p>гибкость;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.
---	---	--	--	--

Апрель

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
--	------	--	--	-------------------

<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>Задача:</p> <p>освоить основные движения: бросание, ловля, метание.</p>	<p>«Школа мяча».</p> <p>Каникулы.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прокатывание мяча; - бросание мяча; - отбивание мяча; - ловля мяча; - метание мяча. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах бросания, лови и метания мяча.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.</p> <p>Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений.</p> <p>Бросание мяча вверх, о землю.</p> <p>Ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой – 4-6 раз подряд.</p> <p>Отбивание мяча на месте и в движении 10 раз подряд.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.</p> <p>Метание в горизонтальную и вертикальную цель.</p> <p>Метание вдаль.</p> <p>Игровая.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений,</p> <p>бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд.</p> <p>Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.</p> <p>Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель, вдаль.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.
---	--	--	---	---

		Подвижная игра «Брось мяч в стену».		
--	--	-------------------------------------	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>Задача:</p> <p>освоить основные движения: ползание,</p>	<p>«Будь ловким». День космонавтики».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - ползание; - лазание. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о безопасности ползания и лазания.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.</p> <p>Ползание на четвереньках.</p> <p>Передвижение вперед с помощью рук и ног сидя на бревне.</p> <p>Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна).</p> <p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>Лазание по веревочной лестнице, канату свободным способом.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание.</p> <p>Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

лазание.		<p>Игровая.</p> <p>Подвижные игры «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».</p>		
----------	--	--	--	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 5.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения социального опыта</p>	<p>«Тренировочный поход».</p> <p>«Весна. Дикие животные весной.</p> <p>Перелетные птицы».</p> <p>Краткое</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения в природе.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Построение в шеренгу.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений.</p> <p>Участие в</p>	<p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;</p> <p>- имеет развитую потребность бегать, прыгать;</p>

<p>в тренировочном походе.</p> <p>Задача:</p> <p>формирование основ безопасного поведения в природе.</p>	<p>содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - общеразвивающие упражнения; - подвижная игра. 	<p>Обычная ходьба в колонне друг за другом.</p> <p>Ходьба змейкой между деталями конструктора.</p> <p>Прыжки с левой ноги на правую с продвижением вперед (с кочки на кочку).</p> <p>Приседания.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная командная игра «Волки и медведи».</p> <p>Упражнения на восстановление дыхания.</p>	<p>подвижной игре.</p> <p>Приобретение социального опыта в тренировочном походе.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - участвует в совместных играх; - соблюдает правила и социальные нормы.
<p>Занятие 6.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития физических качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>освоить программные упражнения для развития силы.</p>	<p>«Развитие физических качеств. Сила».</p> <p>Диагностика</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - упражнения с диском «Здоровье». 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о безопасном выполнении упражнений с диском «Здоровье».</p> <p>Двигательная.</p> <p>Стоя на диске на одной ноге (другая на полу) вращения влево – вправо.</p> <p>Стоя на диске на одной ноге, отталкиваясь другой от пола, вращаться по кругу.</p> <p>Сидя на диске, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях, отталкиваясь руками и ногами, передвигаться влево – вправо.</p> <p>Игровая.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Освоение программных упражнений для развития силы с диском «Здоровье».</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок гармонично физически развит; - проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям с диском «Здоровье»; - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.

		Подвижная игра «Маятник».		
--	--	---------------------------	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 7.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития физических качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>освоить программные упражнения для развития выносливости.</p>	<p>«Развитие физических качеств», Диагностика.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - бег; - подвижные игры. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о значении развития выносливости в жизни человека.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Бег двух отрезков на расстояние (по указанию педагога).</p> <p>Медленный бег на расстояние (по указанию педагога).</p> <p>Бег в медленном темпе по пересеченной местности (по выбору).</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижные игры «Позвони в колокольчик», «Самолеты».</p>	<p>Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни человека.</p> <p>Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддержать беседу; - освоил программные упражнения для развития выносливости; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.
<p>Занятие 8.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий</p>	<p>«Подвижные игры».</p> <p>Выбор</p>	<p>Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц.</p>	<p>Участие в подвижных играх.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - у ребенка сформирован интерес и ценностное отношение к занятиям физической

<p>для подготовки заданий мониторинга по развитию двигательных качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>подготовить игровые задания для мониторинга эффективности по развитию двигательных качеств.</p>	<p>подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц.</p>			<p>культурой.</p>
--	---	--	--	-------------------

Май

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 1.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий</p>	<p>«Быстрые движения». «Наша родина- Россия. Праздник Победы».</p> <p>Краткое содержание:</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Двигательная.</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений</p>	<p>- у ребенка сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности; - ребенок может поддержать</p>

<p>для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить умения в двигательной деятельности для развития быстроты движений в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>	<p>- упражнения на развитие быстроты реакции;</p> <p>- темп движения;</p> <p>- игры на развитие быстроты.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели</p> <p>Ходьба и упражнения в равновесии (по выбору педагога)</p> <p>Мониторинговые задания</p> <p>Упражнения на развитие быстроты реакции: бег со старта из разных исходных положений, ходьба – бег быстрый, бег медленный – бег с ускорением.</p> <p>Темп движения: бег на дистанцию 25 метров.</p> <p>Бег с ускорением.</p> <p>Игровая.</p> <p>Игры на развитие быстроты «Перемена мест», «Кто быстрее», «Бег наперегонки».</p>	<p>на развитие быстроты реакции.</p> <p>Участие в играх на развитие быстроты.</p>	<p>беседу;</p> <p>- самостоятельно выполняет упражнения для развития быстроты реакции;</p> <p>- проявляет самоконтроль и самооценку.</p>
--	---	--	---	--

<p>Занятие 2.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить умения в двигательной деятельности для развития скоростно - силовых качеств в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>	<p>«Сила и скорость».</p> <p>« Профессии».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - бег и прыжки; - ходьба; - упражнения с набивными мячами; - подвижные игры. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Бег и прыжки через препятствие (количество препятствий 5-6).</p> <p>Ходьба в полуприседе, глубоком приседе.</p> <p>Упражнения с набивными мячами (вес 500-600 гр.)</p> <p>Прыжки вокруг мяча и через него.</p> <p>Упражнения с мячом сидя (мяч в руках, наклоны вперед).</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижные игры «Парашютики», «Лягушки и цапли».</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений на развитие скоростно - силовых качеств.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие скоростно - силовых качеств; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
---	--	--	---	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
--	------	--	--	-------------------

<p>Физическое развитие.</p> <p>Занятие 3.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить умения в двигательной деятельности в процессе выполнения упражнений для развития силы в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>	<p>«Силачи».» Мир сказок».Каникулы.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - упражнения с кистевым и плечевым эспандером; - упражнения на тренажере «Беговая дорожка». 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Сжимание кистевого эспандера.</p> <p>Растягивание упругих резинок в положении стоя, сидя, лежа.</p> <p>Упражнения с детским плечевым эспандером.</p> <p>Упражнение на тренажере «Беговая дорожка».</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений для развития силы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие силы; - проявляет стойкий интерес к упражнениям на тренажерах.
--	---	--	---	---

<p>Занятие 4.</p> <p>Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задача: закрепить умения и навыки в процессе выполнения игровых движений с мячом в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>	<p>Спортивные игры. «Баскетбол»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - беседа; - перебрасывание мяча; - забрасывание мяча. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу от груди.</p> <p>Ведение мяча правой и левой рукой.</p> <p>Забрасывание мяча в корзину двумя руками.</p> <p>Игра по упрощенным правилам.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Передай мяч».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение игровых движений с мячом: перебрасывание мяча друг другу от груди, ведение мяча правой и левой рукой, забрасывание мяча в корзину двумя руками.</p> <p>Закрепление игровых умений игры по упрощенным правилам.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие ловкости при игре с мячом; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Задача:</p> <p>провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивного соревнования</p>	<p>«Малая летняя олимпиада».</p> <p>Первые весенние цветы».</p> <p>Содержание олимпиады состоит из пройденных программных спортивных и подвижных игр, упражнений. Олимпиада включает в себя интегрированное содержание образовательных областей «Социально – коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие», «Познавательное развитие».</p>	<p>«Малая летняя олимпиада».</p> <p>Содержание олимпиады состоит из пройденных программных спортивных и подвижных игр, упражнений. Олимпиада включает в себя интегрированное содержание образовательных областей «Социально – коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие», «Познавательное развитие».</p>	<p>Участие в летней олимпиаде.</p>	<p>-ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;</p> <p>- в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;</p> <p>- активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх;</p> <p>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;</p> <p>-ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.</p>

«Малая летняя олимпиада».	развитие».			
---------------------------	------------	--	--	--

Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 5 – 6 лет

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10

	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

Перспективный план программы по баскетболу

Месяц

1 год обучения

2 год обучения

Сентябрь-ноябрь: Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча

Декабрь- февраль: Упражнения, подготавливающие к ведению мяча

Март-май: Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину

Сентябрь-ноябрь: Упражнения и игры с передачей мяча

Декабрь- февраль: Упражнения и игры с ведением мяча

Март-май: Упражнения и игры с бросками мяча в корзину

Сентябрь

История баскетбола, техника безопасности на занятии, инвентарь, личная гигиена баскетболиста. Основы теоретических знаний.

Первичная диагностика

Техника безопасности на занятии баскетболом; правила соревнований по баскетболу; правила игры. Вводная диагностика

Первоначальное обучение действиям с мячом

- 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.
- 2.Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками.
- 3.Перебрасывание мяча партнеру удобным способом.
- 4.Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.

Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».

- 1.Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.

- 2.Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами.
- 3.Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.
- 4.Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.

Игры: «10 передач», «Мяч водящему».

Октябрь

Основная стойка и передвижение баскетболиста. Сочетание передвижений, остановок, поворотов.

Тактика нападения (индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча; целесообразное применение техники передвижения: прыжков, остановок, поворотов; быстрый прорыв)

Углубленное разучивание действий с мячом

- 1.Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
- 2.Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
- 3.Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.

Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему»

- 1.Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).
- 2.Передача мяча в тройках, пятерках.
- 3.Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.

Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».

Ноябрь

Передача и ловля мяча (двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте)

Техника защиты (стойка защитника, перемещение в стойке защитника вперед, в стороны, назад; индивидуальные действия: умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча)

Совершенствование навыков действий с мячом

1. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
2. Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.
3. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
4. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).

Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч».

1. Передача мяча парами при противодействии защитника.

Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».

Декабрь

Ведение мяча правой и левой рукой; ведение с изменением направления

Броски мяча в корзину (двумя руками от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине, с отражением от щита)

Первоначальное обучение

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя;
 2. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе;
 3. Удар мячом об пол правой рукой и ловля левой рукой и наоборот.
1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.
 2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.

3.Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.

Игры: «Пять бросков», «Чья команда больше».

Январь

Закрепление навыков у детей, общая физическая подготовка, комбинированные эстафеты

Передача мяча, ведение и бросок. Применение различных приемов в конкретной игровой обстановке и их целесообразность

Углубленное разучивание

1.Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.

2.Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.

3.Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).

1.Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.

2.Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.

3.Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.

Февраль

Броски мяча в корзину (двумя руками от груди с близкого расстояния)

Командные действия в защите и нападении (нападение по принципу свободного места; выбор свободного места для передачи мяча и т.п.)

Совершенствование навыков

1.Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.

2.Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.

3.Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).

Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом»,

«Эстафета с ведением мяча» и др.

Март

Совершенствование умений, знакомство с правилами игры

Контрольные игры, разбор и устранение ошибок. Закрепление навыков.

Первоначальное обучение

1.Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).

2.Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы.

Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».

1.Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).

2.Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.

3. Игра в баскетбол по упрощенным правилам, разбор и устранение ошибок.

Апрель

Знакомство с правилами игры, соревнования, по подвижным играм с элементами техники баскетбола, учебная игра в баскетбол

Соревнования, разбор и устранение ошибок. Закрепление навыков.

Игры: «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину».

Сочетание действий: ловли – бросков мяча, ведения – бросков мяча,
ловли – ведения мяча, ведения – передачи.

Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»;

Углубленное разучивание и совершенствование навыков

1.Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте.

2. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.

Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола

Май

Знакомство с правилами игры. Учебная игра в баскетбол, разбор и устранение ошибок, диагностика

Учебная игра в баскетбол, диагностика

К концу 1 года обучения дети должны знать:

- какие бывают линии;
- поле и его линии.

К концу года дети должны уметь:

- действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
 - передача в парах двумя руками снизу;
 - передача в парах двумя руками из-за головы;
 - передача в парах двумя руками от груди;
- метать мяч:
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;

- с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками от груди;
- с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками из-за головы;
- в баскетбольный щит с места;
- в баскетбольный щит с ведением;
- в баскетбольный щит с передачей партнеру;
- отбивать мяч:
 - на месте правой, левой рукой.
 - на месте правой с передачей из правой руки в левую;
 - поворачиваясь вокруг себя правой, левой рукой;
 - правой, левой рукой с продвижением вперед.

К концу 2 года обучения года дети должны знать:

- историю баскетбола;
- правила игры в баскетбол;
- что такое штрафные броски;
- как правильно разыгрываются мячи;
- как правильно нападать и защищаться;

К концу года дети должны уметь:

- вести мяч:
 - с продвижением вперед;
 - приставным шагом;
 - правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;

- с изменением направления продвижения;
- бросать мяч в кольцо:
 - двумя руками из-за головы;
 - двумя руками от груди;
 - двумя руками снизу;
 - после ведения (с фиксацией остановки);
 - одной рукой от плеча;
 - одной рукой от плеча после ловли его от партнёра.
- вести и передавать мяч парами с продвижением вперёд (ходьба, бег).
- соблюдать правила в командной игре.

**Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей
дошкольного возраста
(6 – 7 лет)**

Календарно-тематическое планирование в подготовительной группе

Сентябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для диагностирования детей.</p> <p>Задачи: Определение уровня двигательной подготовленности детей (двигательных качеств). Воспитание коллективных</p>	<p>Тема первой недели: Диагностика.</p> <p>«Построения и перестроения», «Ходьба и равновесие». «До свидания, лето!». Диагностика.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о необходимости проявления волевых усилий для достижения хороших результатов.</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Основные движения.</p> <p>Ходьба. Быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг. Равнение в колонне ,шеренге, круге. Перестроение из одной колонны в две.</p> <p>Определение у детей Двигательных качеств (гибкости Г; силовой выносливости СВ; скоростно – силовых качеств ССК; быстроты Б; общей выносливости.</p>	<p>Принимает участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений для рук и плечевого пояса.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- ребенок ходит и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук.</p> <p>-доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.</p>

действий в игре.	- трудовая деятельность.	Игровая: «Горелки с Петрушкой». «Проведи мяч».		
		Трудовая. Уборка инвентаря.		

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей.</p> <p>Задачи: Определение уровня двигательной подготовленности детей (функционального</p>	<p>Тема второй недели: « Детский сад, моя группа». Диагностика.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о необходимости проявления внимания на занятиях.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 метров ходьба, 20 м - бег); бег враспынную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 секунд; перестроение в колонну по три.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Определение функционального</p>	<p>Принимает участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок умеет поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении общеразвивающих и основных движений; - правильно выполняет все виды основных движений; - доброжелательно взаимодействует со

состояния). Воспитание выдержки у детей при диагностике.	- игровая деятельность; - трудовая деятельность.	состояния (ЖЕЛ, ИКС). Игровая. «Ежик в лесу», «Не оставайся на полу», «Вершки и корешки». Трудовая. Уборка инвентаря.		сверстниками и взрослыми.
---	---	--	--	------------------------------

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для безопасного проведения занятий по	Тема третьей недели «Бросание мяча. Ползание, лазание». « Игрушки». Краткое содержание: - коммуникативная	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий. Двигательная. ОРУ без предметов Ходьба обычная, на носках, с высоким	Принимает участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполняет	- ребенок умеет поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении общеразвивающих и основных движений; - правильно выполняет

<p>физической культуре.</p> <p>Задача:</p> <p>Закрепить навык ходьбы и бега; с изменением направления по сигналу, упражнять в равновесии, спрыгивании со скамейке, с приземлением на две ноги .ноги. Воспитывать правилам безопасного поведения во время занятий по физической культуре.</p>	<p>деятельность;</p> <p>- двигательная деятельность;</p> <p>- игровая деятельность;</p> <p>- трудовая деятельность.</p>	<p>подниманием бедра, бег на носках соблюдение темпа, ритма, реагирования на сигнал.</p> <p>Бросание малого мяча вверх двумя руками и ловля двумя руками. Ползание на животе, подтягиваясь руками ,ходьба по скамейке боком, приставным шагом через мячи(в конце – спрыгивание со скамейке на мат).</p> <p>Игровая.</p> <p>Эстафеты: «Дорожка препятствий», «Пингвины» (две команды), «Быстро передай» (боком), «Крокодилы» (в парах две команды).</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>основные движения.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений с мячами.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>все виды основных движений;</p> <p>-доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.</p>
---	---	--	--	---

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для подготовки и проведения развлечения.</p> <p>Задачи:</p> <p>Создать условия для проведения развлечения, укреплять физическое здоровье детей, уметь применять двигательные умения и навыки, приобретенные ранее.</p> <p>Воспитывать у детей добрые и дружеские взаимоотношения.</p>	<p>Тема четвертой недели «Лес. Деревья. Грибы. Ягоды».</p> <p>Содержание «Осенней эстафеты» составляют освоенные детьми упражнения, подвижные игры.</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий.</p> <p>«Осенняя эстафета», «Осень, осень в гости просим» развлечение.</p>	<p>Участие в осеннем развлечении.</p>	<p>- ребенок умеет поддержать беседу;</p> <p>- проявляет активность и волевые усилия в соревновательной деятельности.</p>

Октябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
1	2	3	4	5
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для развития двигательной активности и выполнения программных задач по физическому развитию детей.</p> <p>Задачи:</p> <p>Укрепление мышц ОДА.</p> <p>Упражнять в ползании по скамейке на</p>	<p>Тема первой недели « Огород. Овощи». «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,0 минуты.</p> <p>ОРУ со скакалкой.</p> <p>Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на одной ноге.</p> <p>Бросание и ловля: Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>Ползание и лазание: Ползание по</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных заданий: ходьбы и бега в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и беге между линиями. Бег в среднем темпе до 1,0минуты.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - способен проявлять волевые усилия при выполнении бега (на время); - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и

<p>животе, развивать точность при бросании мяча.</p> <p>Воспитание вежливости и внимательности по отношению к сверстникам.</p>		<p>гимнастической скамейке на животе под- тягиваясь двумя руками.</p> <p>Игровая:</p> <p>« Садовник», « Вершки и корешки».</p>		<p>плечевого пояса;</p> <p>- проявляет ловкость в прыжках через предметы;</p> <p>- отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами;</p>
		<p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге.</p> <p>Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- проявляет элементы творчества в подвижных играх;</p> <p>- охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).</p>

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Задачи:</p> <p>Укрепление мышц ОДА.</p> <p>Обучение технике ведения мяча и броска в корзину, упражнять детей в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки.</p> <p>Воспитывать желание участвовать в п/и</p>	<p>Каникулы Тема второй недели:</p> <p>«Прыжки. Мяч и обруч».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о прыжках и играх с мячом.</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ с кеглями.</p> <p>Прыжки: Прыжки с высоты (40 см).</p> <p>Бросание и ловля: Отбивание мяча одной рукой на месте.</p> <p>Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками.</p> <p>Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Мышеловка», «Эхо».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных заданий.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков с высоты (40 см).</p> <p>Отбивание мяча одной рукой на месте.</p> <p>Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками.</p> <p>Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью .

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для развития двигательных навыков со спортивными предметами.</p> <p>Задача: Укрепление мышц ОДА.</p> <p>Обучение ведению мяча по прямой, упражнять в ползании по скамейке на животе, в ходьбе по скамейке сохраняя</p>	<p>Тема третьей недели: « Сад. Фрукты».</p> <p>«Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Прыжки».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах поведения в коллективных играх.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад.</p> <p>ОРУ со скалкой.</p> <p>Ведение мяча по прямой.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на животе прямо, подтягиваясь руками.</p> <p>Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове.</p> <p>Прыжки вверх из глубокого приседа.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Охотники и утки», «Фигурная</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных заданий.</p> <p>Самостоятельное выполнение заданий с мячом.</p> <p>Отбивание мяча одной рукой на месте.</p> <p>Ведение мяча по прямой, сбоку; между предметами; по полу, подталкивая мяч головой.</p> <p>Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове.</p> <p>Прыжки вверх из</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках; - владеет ведением мяча по прямой; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

<p>равновесие, упражнять в четком согласовании темпа и ритма при выполнении ОРУ.</p> <p>Воспитывать у детей принимать участие в трудовой деятельности.</p>		<p>ходьба», «Улитка, иголка и нитка».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>глубокого приседания.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	
--	--	--	--	--

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для проведения эстафеты и подвижных игр.</p> <p>Задача: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков.</p>	<p>Тема четвертой недели: « Осень. Откуда хлеб пришел?»</p> <p>«Неделя подвижных игр».</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- двигательная деятельность;</p> <p>- игровая деятельность;</p>	<p>Двигательная.</p> <p>« Неделя подвижных игр»</p> <p>Игры, игровые упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Проведи мяч 2. « Садовник» 3. « Яблоки, груши и сливы» 4. « Кажется дождь начинается». 5. «Эхо» И.м.п. <p>Эстафеты:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Кто быстрее?» (ведение мяча). 2. «Мяч водящему» (играют 2-3 команды). 3. « Посади овощи и собери урожай». 4. «Не задень» (2-3 команды). 	<p>Участие в подвижных играх и эстафетах.</p>	<p>- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах;</p> <p>- проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.</p>

Ноябрь

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности, для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.</p> <p>Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности для</p>	<p>Тема первой недели « Дикие животные».</p> <p>«Ходьба по канату» «Прыжки через шнур».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о важности выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями, бег выносом прямых ног вперед.</p> <p>ОРУ с обручем.</p> <p>Основные движения.</p> <p>Ходьба по канату боком приставным шагом.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в разных видах ходьбы и бега: ходьбе и беге в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и бегу между линиями.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятие и опускание плеч;поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении.</p> <p>Приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - умеет удерживать равновесие; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса; - проявляет ловкость

<p>выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе.</p> <p>Воспитывать выдержку в игре малой подвижности.</p>		<p>Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур.</p> <p>Подлезание под шнур боком.</p> <p>П/и: «Забавные лисята»</p> <p>И.м.п.» Найди лисенка»</p>	<p>не поднимаясь.</p> <p>Сохранение равновесия, стоя на одной ноге.</p> <p>Самостоятельное выполнение основных движений.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков.</p>	<p>в прыжках;</p> <p>- проявляет элементы творчества в подвижных играх.</p>
--	--	---	---	---

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p>	<p>Тема второй недели: « Домашние животные». « Домашние птицы».</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- коммуникативная деятельность;</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа об игре в баскетбол.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Обычная ходьба, приставным шагом вперед и назад, перекатом с пятки на носок. Бег обычный, с захлестыванием голени назад, с высоким подниманием колен.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных заданий.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков.</p> <p>Ползание под шнур боком.</p>	<p>- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение;</p> <p>- старается точно выполнять двигательные задания;</p> <p>- у ребенка развита крупная и мелкая</p>

<p>Задачи: Учить детей прыгать через короткую скакалку на двух ногах, упражнять в подлезании под шнур боком, в метании мешочков в горизонтальную цель, закреплять у детей умение в энергичном отталкивании обруча. Воспитывать доброжелательные отношения друг к другу во время выполнения ОВД.</p>	<p>- двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.</p>	<p>ОРУ на гимнастической скамейке. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. Подлезание под шнур боком. Прокатывание обруча друг другу. Метание в горизонтальную цель. П/и:» Веселые собачки» И.м.п.» Найди щенка».</p>	<p>Прокатывание обруча. Участие в игровой деятельности.</p>	<p>моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).</p>
--	--	---	---	--

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:создание условий для развития у детей физических качеств в ведущих в этом возрасте: быстроты, ловкости, координации.</p> <p>Задачи: Формировать умение лазать по гимнастической стенке, разными способами с переходом на другие пролеты. Упражнять в</p>	<p>Тема третьей недели: « Кто я? Какой я?» (Человек)</p> <p>«Ползание. Лазание. Метание».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о безопасном метании предметов в цель.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Основные движения по теме недели.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра).</p> <p>Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой - пролет по диагонали.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных заданий.</p> <p>Самостоятельное выполнение основных движений: ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра).</p> <p>Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали.</p> <p>Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок поддерживает беседу; -самостоятельно выполняет основные движения; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.

<p>прыжках через скакалку, метании в горизонтальную цель.</p> <p>Воспитание уважения к труду сверстников.</p>		<p>Игровая.</p> <p>«Придумай фигуру» (ходьба в колонне).</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>руки на поясе.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	
---	--	--	---	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для проведения эстафеты и подвижных игр.</p> <p>Задача: провести «Неделю подвижных игр» для повторения и закрепления двигательных умений и навыков.</p> <p>Воспитание волевых качеств в играх- эстафетах.</p>	<p>Тема четвертой недели: Каникулы.</p> <p>«Неделя подвижных игр»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Двигательная.</p> <p>«Неделя подвижных игр»</p> <p>Игры и игровые упражнения, эстафеты.</p> <p>Подвижные игры:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.»Забавные лисята» 2. «Веселые собачки» 3. «Перемена мест» 4. «Придумай фигуру» <p>Игровые эстафеты:</p> <p>« Мяч капитану»</p> <p>« Бюро находок».</p> <p>«Быстро передай» (в колонне)</p> <p>«Кто быстрее доберется до флажка?»(прыжки на левой и правой ногах)</p> <p>«Собери и разложи» (обручи)</p> <p>« У Меланьи»</p>	<p>Участие в подвижных играх и эстафетах.</p>	<p>- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах;</p> <p>- проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.</p>

Декабрь

1 неделя

Нумерация занятий: 1,2

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Развитие ловкости в ОВД.</p> <p>Задача: Укрепление ОДА. Закрепить навык ходьбы с выполнением задания по сигналу, упражнять в прыжках</p>	<p>Тема первой недели « Дом. Мебель». «Ходьба. Бег»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровая деятельность; - трудовая; деятельность. 	<p>Двигательная</p> <p>Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге). Ходьба обычным шагом, змейкой, спиной вперед, бег змейкой, спиной вперед.</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <p>Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.</p> <p>Забрасывание мяча в корзину двумя руками.</p> <p>Прыжки в высоту с места прямо через 5-6 предметов (расстояние 20- 30 см).</p> <p>Игровая.</p> <p>«Построим дом».</p>	<p>Выполнение заданий педагога.</p> <p>Участие в подвижной игре и коллективной эстафете.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых

<p>в высоту, через предметы, закреплять умение лазать по гимнастической лестнице.</p> <p>Воспитание у детей уважение друг к другу в игре.</p>		<p>«Передал - садись».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>		<p>позиций.</p>
---	--	---	--	-----------------

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств .</p> <p>Задачи:</p>	<p>Тема второй недели</p> <p>«Инструменты. Бытовая техника».</p> <p>«Прыжки»</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- игровая деятельность;</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Ходьба обычная, в полуприсяде, с остановкой на сигнал, бег спиной вперед, по сигналу смена направления.</p> <p>ОРУ С гимнастической палкой.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки с поворотом кругом. Прыжки боком с зажатым между ног мячом. Прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров.</p>	<p>Выполнение заданий педагога.</p> <p>Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.</p>	<p>- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 4 – 5 метров,</p> <p>- ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков;</p> <p>- доброжелательно</p>

<p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса.</p> <p>Закреплять умение отбивать мяч на месте одной рукой.</p> <p>Упражнять в прыжках на месте, с поворотом вокруг себя, с продвижением вперед, боком с зажатым мячом между ног.</p> <p>Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми.</p>	<p>- трудовая деятельность.</p>	<p>Отбивание мяча на месте.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Инструменты» ,</p> <p>И.м.п. «Найди молоточек».</p> <p>«Прыгни - присядь», «Стоп».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>		<p>относится к сверстникам и взрослым;</p> <p>- выполняет указания педагога (инструктора).</p>
---	---------------------------------	---	--	--

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств</p>	<p>Тема третьей недели « Зима». «Ползание. Лазание. Метание»</p> <p>- игровая деятельность;</p> <p>- трудовая деятельность.</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Ходьба и бег с заданиями на руки ,бег по доске, подскоками.</p> <p>ОРУ С мячом.</p> <p>«Ползание. Лазание: Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Переход с пролета на пролет на гимнастической стенке по диагонали.</p> <p>«Метание, ловля, бросание».</p> <p>Перебрасывать мяч друг другу из - за головы. Бросание мяча вверх, о землю.</p> <p>П.И: «Первый снег» , «Соп».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>Выполнение заданий педагога.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: ползание на животе, спине, подтягивание руками, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали;</p> <p>-успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча вверх, об пол,</p> <p>- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;</p> <p>- выполняет указания педагога (инструктора).</p>

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий в играх и эстафетах.</p>	<p>Тема третьей недели «Новогодний праздник».</p> <p>«Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности».</p> <p>Краткое содержание</p> <p>«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о помощи и взаимодействии в игре»</p> <p>Двигательная.</p> <p>«Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».</p> <p>Совместные игровые упражнения.</p> <p>«Инструменты».</p> <p>«Снайперы».</p> <p>«Первый снег».</p> <p>Эстафеты:</p> <p>«Загони льдинку».</p> <p>«Построим дом».</p> <p>«Новогодние шары».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений.</p> <p>Участие в эстафетах.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям;</p> <p>- ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;</p> <p>- выполняет указания педагога (инструктора).</p>

Январь

1 неделя, 2 неделя – выходные праздничные дни Каникулы

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>Развитие координационных способностей средствами смешанного характера.</p> <p>Задачи:</p> <p>Укрепление ОДА.</p> <p>Формировать умение ходить по канату с грузом на голове и</p>	<p>Тема третьей недели: Зимние развлечения и забавы».</p> <p>«Метание, ползание».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца).</p> <p>Двигательная.</p> <p>Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки. Повороты налево, направо.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м.</p> <p>Ползание по скамейке с мешочком на спине.</p> <p>Ходьба по канату боком с мешочком на голове.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное и точное выполнение основных движений: метание мешочков в вертикальную цель с расстояния- 3 м.</p> <p>Ползание по скамейке с мешочком на спине.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.

<p>ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине, сохраняя равновесие.. развивать глазомер при метании в горизонтальную цель.</p> <p>Воспитывать внимательное отношение к друг другу.</p>		<p>П/и: « Быстрые санки» «Мороз- Красный нос»</p>		
--	--	---	--	--

4неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие.	Тема четвертой недели: «Зимующие»	Вводная часть (возможно повторение, закрепление до конца месяца).	Выполнение разных видов ходьбы.	- ребенок прилагает волевые усилия в упражнениях по

<p>Цель:</p> <p>Развитие ловкости в основных видах движений.</p> <p>Задачи:</p> <p>Обучение технике прыжка в длину с места с приземлением на мягкое покрытие, закрепить ведение мяча в прямом направлении поочередно правой и левой руками .</p> <p>Воспитывать у детей волевые умения и навыки в п/и.</p>	<p>птицы».</p> <p>«Прыжки. Упражнения с мячом».</p> <p>«Краткое содержание:</p> <p>- двигательная деятельность;</p> <p>- игровая деятельность.</p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе</p> <p>Двигательная.</p> <p>ОРУ с мячом</p> <p>Прыжки на мат с места (толчком двух ног). Прыжки с разбега (3 шага).</p> <p>Упражнения с мячом.</p> <p>Ведение мяча попеременно правой и левой руками.</p> <p>Метание набивного мяча двумя руками из-за головы.</p> <p>Игровая.</p> <p>П/и:» Свиристели».</p> <p>«Машины разные нужны, машины всякие важны».</p> <p>« Быстрый поезд».</p> <p>«Кто скорее доберется до флажка?», «Что изменилось?».</p>	<p>Самостоятельное преодоление препятствий (по канату).</p> <p>Самостоятельное выполнение разных видов прыжков: прыжки на мат с места (толчком двух ног).</p> <p>Прыжки с разбега (3 шага).</p> <p>Выполнение игровых заданий с мячом: ведение мяча попеременно правой и левой руками.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	<p>преодолению препятствий;</p> <p>- выполняет разные виды прыжков;</p> <p>- проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом;</p> <p>- проявляет инициативу в подвижных играх.</p>
--	--	--	--	---

Февраль

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений.</p> <p>Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с остановками на сигнал, в</p>	<p>Тема первой недели:» Транспорт».</p> <p>«Ходьба. Прыжки. Бросание мяча».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Двигательная.</p> <p>Вводная часть Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура!», с изменением направления, между предметами, в рассыпную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три.</p> <p>ОРУ с обручем.</p> <p>Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Бросание мяча вверх с хлопком и ловля его двумя руками.</p> <p>Игровая.</p> <p>П/И: « Быстрый поезд».</p> <p>И.м.п. «Эхо».</p>	<p>Выполнение разных видов ходьбы.</p> <p>Выполнение двигательных заданий.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих и основных движений.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - выполняет разные виды прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в подвижных играх.

<p>прыжках через короткую скакалку, сохранении равновесия.</p> <p>Воспитывать желание доводить начатое до конца.</p>				
--	--	--	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для развития детских умений по осуществлению самоконтроля и самооценки своих</p>	<p>Тема второй недели «Профессии наших пап. День защитника Отечества». «Равновесие».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Двигательная.</p> <p>Вводная часть. Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), в рассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег с чередованием.</p> <p>ОРУ с кольцами.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке: боком, приставным</p>	<p>Выполнение разных видов ходьбы.</p> <p>Выполнение двигательных заданий.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих движений.</p> <p>Самостоятельное</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - уверенно ходит по гимнастической скамейке, удерживает равновесие; - владеет приемами мягкого приземления в прыжках; - проявляет

<p>результатов.</p> <p>Задачи: Упражнять в ходьбе по скамейке сохраняя осанку, закреплять умение удерживать равновесие при ходьбе на повышенной опоре, развивать ловкость при лани по гимнастической стенке.</p> <p>Воспитание волевых качеств.</p>		<p>шагом, с приседанием на одной ноге.</p> <p>Стоя на скамейке подпрыгивать и приземляться на мат</p> <p>Лазанье по гимнастической стенке, перелезание по диагонали с пролета на пролет.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Ловкие солдаты»</p> <p>«Передал - садись».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>выполнение упражнений на равновесие: ходьбы по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге, перешагивание через палку, обруч, веревку.</p> <p>Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на мат.</p> <p>Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>инициативу в подвижных играх;</p> <p>- может адекватно оценить свои успехи и достижения;</p> <p>- с интересом относится к уборке инвентаря и наведению порядка в спортивном зале.</p>
---	--	---	---	--

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для развития двигательных умений на празднике.</p> <p>Задачи:</p> <p>Отобразить событие общественной жизни- праздник День Защитника Отечества. Создать условия для формирования положительных</p>	<p>Тема третьей недели Каникулы. Проведение спортивного праздника к Дню Защитника Отечества.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная</p> <p>Беседа об Армии, о родах войск.</p> <p>Праздник 23 Февраля.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - ребенок с интересом участвует в беседе; - умеет слушать инструктаж педагога.

<p>эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.</p> <p>Продолжать работу по укреплению здоровья и приобщению детей к здоровому образу жизни.</p>				
---	--	--	--	--

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель: создание условий для развития двигательных умений и навыков.</p> <p>Задачи:</p> <p>Закрепление и повторение двигательных умений и навыков.</p>	<p>Тема третьей недели «Наш город»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Двигательная</p> <p>Неделя подвижных игр</p> <p>«Ловкие солдаты»</p> <p>« Мы веселые ребята»</p> <p>« Не попадись»</p> <p>«Эстафетная палочка»</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок с интересом участвует в беседе; - умеет слушать инструктаж педагога; - проявляет активность в играх.

Март

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере в процессе занятий физической культурой.</p> <p>Задача:</p> <p>научить последовательным, целенаправленным действиям в</p>	<p>Тема первой недели «Мамин праздник» «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах личной гигиены спортсмена.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Приветствие.</p> <p>Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба врассыпную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два».</p> <p>Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Основные движения.</p> <p>Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в ходьбе и беге.</p> <p>Выполнений движений по сигналу.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений по указанию педагога.</p> <p>Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков через скамейку.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок участвует в беседе; - уверенно выполняет движения по сигналу; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в коллективных

двигательной сфере в процессе освоения элементарных программных элементов.		<p>Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно- на правой и левойноге.</p> <p>Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах.</p> <p>Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка;с поворотом кругом.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Мяч водящему», «Пожарные на учениях».</p>	<p>Самостоятельное выполнение упражнений с мячом.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	подвижных играх.
--	--	--	---	------------------

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для эффективных занятий на современном спортивном</p>	<p>Тема второй недели «Моя семья» «Развиваем выносливость и силу».</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- коммуникативная деятельность;</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о выносливых и сильных людях спорта.</p> <p>Двигательная.</p> <p>«Сила».</p> <p>Сжимание кистевых эспандеров.</p> <p>Упражнения с диском «Здоровье»</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений по сжиманию кистевого эспандера.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений с диском «Здоровье».</p>	<p>- ребенок участвует в беседе;</p> <p>- самостоятельно выполняет двигательные упражнения на разных тренажерах;</p> <p>- проявляет волевые усилия при выполнении</p>

<p>оборудовании.</p> <p>Задача: развивать силу и выносливость в процессе занятий на современном спортивном оборудовании</p>	<p>- двигательная деятельность;</p> <p>- игровая деятельность.</p>	<p>(передвигаться по кругу, раскачиваться влево – вправо и т.д.).</p> <p>Упражнение на тренажере «Здоровье» (натягивание на себя ручки тренажера в положении сидя, стоя).</p> <p>Упражнения на тренажере «Беговая дорожка».</p> <p>«Выносливость».</p> <p>Медленный бег (2 отрезка по 250 метров)</p> <p>Подскоки на месте (50 секунд).</p> <p>Подскоки в движении (1 минута).</p> <p>Прыжки на месте (50 – 55 раз).</p>	<p>Выполнение упражнений на тренажере «Беговая дорожка».</p> <p>Медленный бег (2 отрезка по 250 метров).</p> <p>Подскоки на месте (50 секунд).</p> <p>Подскоки в движении (1 минута).</p> <p>Прыжки на месте (50 – 55 раз).</p>	<p>упражнений на выносливость.</p>
--	--	--	---	------------------------------------

3 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет.</p> <p>Задача:</p> <p>развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков.</p>	<p>Тема третьей недели «Посуда» «Метание. Лазание. Упражнения с обручем»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о безопасном поведении во время выполнения двигательных упражнений и заданий.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.</p> <p>Поочередные поднятия ноги, согнутой в колене.</p> <p>Касание носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной).</p> <p>Основные движения по теме недели.</p> <p>Метание мячей в горизонтальную цель на очки (2 команды).</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений для ног.</p> <p>Самостоятельное метание мячей в горизонтальную цель.</p> <p>Пролезание в обруч в парах.</p> <p>Прокатывание обручей друг другу. Вращение обруча на кисти руки.</p> <p>Вращение обруча на</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок участвует в беседе; - проявляет волевые усилия при выполнении двигательных упражнений; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

		<p>Пролезание в обруч в парах.</p> <p>Прокатывание обручей друг другу. Вращение обруча на кисти руки.</p> <p>Вращение обруча на полу. Лазание по гимнастической стенке изученным способом.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Жмурки», «Стоп».</p>	<p>полу. Лазание по гимнастической</p> <p>Стенке знакомым способом.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	
--	--	--	---	--

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой деятельности.</p> <p>Задача:</p> <p>развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой деятельности.</p>	<p>Тема четвертой недели «Продукты питания». «Игровая деятельность. Подвижные игры».</p> <p>Неделя подвижных игр.</p>	<p>Двигательная.</p> <p><i>Подвижные игры:</i></p> <p>«Пробеги - не задень».</p> <p>«По местам».</p> <p>«Мяч водящему».</p> <p>«Пожарные на учениях».</p> <p>«Ловишки с мячом».</p> <p><i>Эстафеты:</i></p> <p>Прыжковая эстафета со скамейкой.</p> <p>«Дни недели».</p> <p>«Мяч от пола».</p> <p>«Через тоннель».</p> <p>«Большая птица».</p> <p>«Палочка-выручалочка» (с расчетом по порядку).</p>	<p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах.</p>

--	--	--	--	--

Апрель

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для формирования готовности к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Задача: формировать готовность к совместной двигательной деятельности со сверстниками и</p>	<p>Тема первой недели: Каникулы</p> <p>« Можем! Умеем!»</p> <p>Ходьба.</p> <p>Равновесие.</p> <p>Прыжки.</p> <p>Метание.</p> <p>Упражнения с мячом»</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Двигательная.</p> <p>Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Разведение и сведение пальцев, поочередное соединение всех пальцев с большим.</p> <p>Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол).</p> <p>Одновременное поднятие ног из положения лежа на спине, стараясь коснуться лежащего за головой предмета.</p> <p>Сохранение равновесия в положении стоя, закрыв глаза.</p> <p>Основные движения</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг - передача мяча перед собой и</p>	<p>Участие в разных видах ходьбы и бега.</p> <p>Выполнение общеразвивающих упражнений для рук и ног.</p> <p>Самостоятельное выполнение движений на равновесие.</p> <p>Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с мячом в руках.</p> <p>Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.</p> <p>Самостоятельное выполнение прыжков с разбега.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок уверенно выполняет упражнения для рук и ног; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет волевые усилия в прыжках и метании; - проявляет внимание и ловкость при выполнении упражнений с мячом.

<p>взрослыми в процессе занятий физической культурой.</p>		<p>за спину.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.</p> <p>Прыжки в длину с разбега.</p> <p>Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах.</p> <p>Метание набивного мяча.</p> <p>Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание мяча в корзину. Ведение мяча между предметами.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Охотники и утки».</p>	<p>Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на двух ногах.</p> <p>Метание набивного мяча.</p> <p>Самостоятельное ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину.</p> <p>Ведение мяча между предметами.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	
---	--	--	---	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для развития детских</p>	<p>Тема второй недели « День космонавтики». «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом»</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о правилах поведения при выполнении двигательных заданий.</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения по</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное</p>	<p>- ребенок может поддерживать беседу;</p> <p>- проявляет волевые усилия в беге на скорость;</p> <p>- выполняет</p>

<p>интересов, любознательности и познавательной мотивации в процессе занятий физической культурой.</p> <p>Задача: развивать детские интересы, любознательность в процессе занятий физической культурой</p>	<p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>выбору педагога.</p> <p>Основные движения.</p> <p>Бег на скорость (30 м).</p> <p>Бег со средней скоростью на расстояние 100 м.</p> <p>Прыжки в длину с разбега.</p> <p>Прыжки через скакалку.</p> <p>Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние 4 м);</p> <p>двумя руками от груди (расстояние 4 м).</p> <p>Ведение мяча рукой.</p> <p>Ведение мяча и забрасывание его в корзину.</p> <p>Игровая.</p> <p>Подвижная игра «Передача мяча в колонне».</p>	<p>выполнение основных движений: бег на скорость (30 м), бег со средней скоростью на расстояние 100 м.</p> <p>Прыжки в длину с разбега.</p> <p>Прыжки через скакалку.</p> <p>Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние -4 м); двумя руками от груди (расстояние - 4 м).</p> <p>Ведение мяча рукой.</p> <p>Ведение мяча и забрасывание его в корзину.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<p>нормативы по прыжкам в длину с разбега;</p> <p>- проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом.</p>
---	---	--	--	---

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель: создание условий для развития спортивного интереса к играм с мячом.</p> <p>Задача: развивать детские интересы в процессе знакомства со спортивными играми.</p>	<p>Тема третьей недели « Весна. Дикие животные весной. Перелетные птицы».</p> <p>«Баскетбол».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа. «Баскетбол. Правила игры»</p> <p>Двигательная.</p> <p>Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Основные движения.</p> <p>Передача мяча друг другу.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Освоение правил игры в баскетбол.</p> <p>Передача мяча друг другу.</p> <p>Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из – за головы. Ведение мяча одной рукой.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок знает правила игры в баскетбол; - проявляет терпение, выносливость, ловкость при освоении основных игровых движений.

4 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:создание условий для проведения детских спортивных игр и эстафеты.</p> <p>Задача: закрепит основные двигательные умения и навыки в процессе проведения спортивных игр и эстафеты.</p>	<p>Тема четвертой недели «Профессии».</p> <p>«Наши любимые игры».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность. 	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа. «Любимые подвижные игры»</p> <p>Двигательная.</p> <p>Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.</p> <p>«Наши любимые игры»</p> <p>Игровая.</p> <p>Прыжки разными способами через скакалку.</p> <p>«Кто выше прыгнет?» (в высоту).</p> <p>«Мяч водящему».</p> <p>Эстафеты:</p> <p>«Кто быстрее?» (бег).</p> <p>Детский волейбол (через сетку двумя</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Участие в игровой двигательной деятельности.</p>	<p>- ребенок с интересом участвует в коллективных подвижных играх и эстафетах;</p> <p>- умеет подчиняться правилам и социальным нормам.</p>

		<p>руками).</p> <p>«Ловкие футболисты».</p> <p>Комбинированная эстафета:</p> <p>ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скалку; ползание под дугой; перепрыгивание через рейку.</p> <p>«Кто дальше прыгнет?»</p>		
--	--	--	--	--

Май

1 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности,</p>	<p>Тема первой недели «Наша родина-Россия». «Ходьба. Бег»</p> <p>Мониторинговые задания</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»;</p> <p>- выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Мониторинговые задания.</p> <p>Ходьба в разных построениях(в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге).</p> <p>Ходьба обычным, гимнастическим, скрестными шагами.</p> <p>Ходьба с выпадами.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке.Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг-передача мяча перед собойи за спину.Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг.</p> <p>Бег. Бегать легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия,</p>	<p>Выполнение заданий педагога.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<p>- ребенок свободно ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке;</p> <p>- освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия;</p> <p>- умеет бегать из</p>

направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.	«Бег»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	спиной вперед, с сохранением направления и равновесия. Бег с предметами. Со скакалкой, с мячом. Бегать из разных стартовых позиций. Бег на скорость (30 м). Бег со средней скоростью на расстояние 100 м. Игровая. «Пробеги - не сбей». Трудовая. Уборка инвентаря.		разных стартовых позиций; - слышит и выполняет указания педагога.
--	---	---	--	--

2 неделя

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом</p>	<p>Тема второй недели « Праздник Победы».</p> <p>«Прыжки»</p> <p>Мониторинговые задания.</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- выполнение мониторинговых</p>	<p>Двигательная.</p> <p>Мониторинговые задания.</p> <p>Прыжки на двух ногах на месте.</p> <p>Прыжки с поворотом кругом Прыжки боком с зажатым между ног мячом.</p> <p>Прыжки с продвижением вперед на 5 - 6 метров.</p> <p>Прыжки в длину с места (85-95 сантиметров).Прыжки в длину с</p>	<p>Выполнение заданий педагога.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 5 – 6 метров, прыжки в длину с места (85–95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега</p>

<p>требований итогового мониторинга.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.</p>	<p>заданий, выполнение программных требований по теме «Прыжки»;</p> <p>- игровая деятельность;</p> <p>- трудовая деятельность.</p>	<p>разбега (160 сантиметров).Прыжки в высоту с разбега (45-50 сантиметров). Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки через обруч.</p> <p>Игровая.</p> <p>«Прыгни - присядь», «Стоп».</p> <p>Трудовая.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>(160сантиметров), прыжки в высоту с разбега (45 – 50 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч;</p> <p>- ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков;</p> <p>- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;</p> <p>- выполняет указания педагога (инструктора).</p>
--	--	--	---

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств</p>	<p>Тема третьей недели</p> <p>«Ползание. Лазание. Метание»</p> <p>Мониторинговые задания.</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение мониторинговых заданий, выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание. Метание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. 	<p>Двигательная.</p> <p>Мониторинговые задания</p> <p>«Ползание. Лазание».</p> <p>Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на животе, спине, подтягивание руками. Лазание по веревочной лестнице. Переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Влезать на канат на доступную высоту.</p> <p>«Метание, ловля, бросание»</p> <p>Перебрасывать мяч друг другу из-за головы. Бросание мяча вверх, о землю. Перебрасывать мяч через сетку.</p> <p>Метание в горизонтальную и вертикальную цели.</p> <p>Метание вдаль на 8 - 10 метров.</p>	<p>Выполнение заданий педагога.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; - успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

<p>в процессе выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.</p>		<p>Трудовая. Уборка инвентаря.</p>		<p>- может адекватно оценить свои успехи и успехи своих товарищей.</p>
---	--	---	--	--

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p>Физическое развитие.</p> <p>Цель:</p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований итогового мониторинга.</p> <p>Задача:</p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе</p>	<p>Тема третьей недели «Взаимодействие и сотрудничество в игровой двигательной деятельности».</p> <p>Краткое содержание:</p> <p>Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре»</p>	<p>Коммуникативная.</p> <p>Беседа о помощи и взаимодействии в игре»</p> <p>Двигательная.</p> <p>Мониторинговые задания по теме «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».</p> <p>Совместные игровые упражнения «Кто выше прыгнет?» (в высоту). «Мяч водящему».</p> <p>Эстафеты: «Кто быстрее?» (бег).</p> <p>Детский баскетбол.</p> <p>Комбинированная эстафета: ползание по скамейке с подтягиванием руками; прыжки через скакалку; ползание под дугой.</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений.</p> <p>Участие в эстафетах.</p> <p>Уборка инвентаря.</p>	<p>- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям;</p> <p>- ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым;</p> <p>- выполняет указания педагога (инструктора).</p>

выполнения заданий с учетом требований итогового мониторинга.		Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	---------------------------------------	--	--

Стандартное оборудование для занятий по физической культуре для детей 6 - 7 лет

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2

	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

Перспективный план программы по баскетболу

Месяц

1 год обучения

Сентябрь-ноябрь: Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча

Декабрь- февраль: Упражнения, подготавливающие к ведению мяча

Март-май: Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину

Сентябрь-ноябрь: Упражнения и игры с передачей мяча

Декабрь- февраль: Упражнения и игры с ведением мяча

Март-май: Упражнения и игры с бросками мяча в корзину

Сентябрь

История баскетбола, техника безопасности на занятии, инвентарь, личная гигиена баскетболиста. Основы теоретических знаний.

Первичная диагностика

Техника безопасности на занятии баскетболом; правила соревнований по баскетболу; правила игры. Вводная диагностика

Первоначальное обучение действиям с мячом

- 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.
- 2.Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками.
- 3.Перебрасывание мяча партнеру удобным способом.
- 4.Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.

Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».

- 1.Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
- 2.Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами.
- 3.Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.

4.Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.

Игры: «10 передач», «Мяч водящему».

Октябрь

Основная стойка и передвижение баскетболиста. Сочетание передвижений, остановок, поворотов.

Тактика нападения (индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча; целесообразное применение техники передвижения: прыжков, остановок, поворотов; быстрый прорыв)

Углубленное разучивание действий с мячом

1.Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.

2.Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.

3.Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.

Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему»

1.Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).

2.Передача мяча в тройках, пятерках.

3.Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.

Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».

Ноябрь

Передача и ловля мяча (двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте)

Техника защиты (стойка защитника, перемещение в стойке защитника вперед, в стороны, назад; индивидуальные действия: умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча)

Совершенствование навыков действий с мячом

1. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.

2. Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.

3. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.

4. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).

Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч».

1. Передача мяча парами при противодействии защитника.

Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».

Декабрь

Ведение мяча правой и левой рукой; ведение с изменением направления

Броски мяча в корзину (двумя руками от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине, с отражением от щита)

Первоначальное обучение

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя;

2. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе;

3. Удар мячом об пол правой рукой и ловля левой рукой и наоборот.

1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.

2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.

3. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.

Игры: «Пять бросков», «Чья команда больше».

Январь

Закрепление навыков у детей, общая физическая подготовка, комбинированные эстафеты

Передача мяча, ведение и бросок. Применение различных приемов в конкретной игровой обстановке и их целесообразность

Углубленное разучивание

- 1.Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.
 - 2.Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.
 - 3.Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).
- 1.Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.
 - 2.Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.
 - 3.Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.

Февраль

Броски мяча в корзину (двумя руками от груди с близкого расстояния)

Командные действия в защите и нападении (нападение по принципу свободного места; выбор свободного места для передачи мяча и т.п.)

Совершенствование навыков

- 1.Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.
- 2.Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
- 3.Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).

Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча» и др.

Март

Совершенствование умений, знакомство с правилами игры

Контрольные игры, разбор и устранение ошибок. Закрепление навыков.

Первоначальное обучение

- 1.Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
 - 2.Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы.
- Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».
- 1.Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).
 - 2.Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.
 3. Игра в баскетбол по упрощенным правилам, разбор и устранение ошибок.

Апрель

Знакомство с правилами игры, соревнования, по подвижным играм с элементами техники баскетбола, учебная игра в баскетбол

Соревнования, разбор и устранение ошибок. Закрепление навыков.

Игры: «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину».

Сочетание действий: ловли – бросков мяча, ведения – бросков мяча,
ловли – ведения мяча, ведения – передачи.

Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»;

Углубленное разучивание и совершенствование навыков

- 1.Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте.
- 2.Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.

Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола

Май

Знакомство с правилами игры. Учебная игра в баскетбол, разбор и устранение ошибок, диагностика

Учебная игра в баскетбол, диагностика

К концу 1года обучения дети должны знать:

- какие бывают линии;
- поле и его линии.

К концу года дети должны уметь:

- действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
 - передача в парах двумя руками снизу;
 - передача в парах двумя руками из-за головы;
 - передача в парах двумя руками от груди;
- метать мяч:
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками от груди;
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками из-за головы;
 - в баскетбольный щит с места;
 - в баскетбольный щит с ведением;
 - в баскетбольный щит с передачей партнеру;
- отбивать мяч:
 - на месте правой, левой рукой.
 - на месте правой с передачей из правой руки в левую;

- поворачиваясь вокруг себя правой, левой рукой;
- правой, левой рукой с продвижением вперёд.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА

из части программы, формируемой участниками образовательных отношений,
расширяющая образовательную область «Физическое развитие»

МКДОУ № 429

автор – разработчик программы: инструктор по физической культуре

первой квалификационной категории

Мозгунова Татьяна Александровна

Категория детей дошкольного возраста, для которых разработана программа:

старший дошкольный возраст.

Содержание

1. Введение, актуальность
2. Цель, задачи
3. Особенности содержания программы
4. Содержательное обеспечение разделов программы
5. Примерное тематическое планирование
6. Особенности обучения дошкольников игре в баскетбол
7. Методы и формы обучения дошкольников игре в баскетбол
8. Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении игре в баскетбол
9. Особенности методики обучения.
10. Правила игры для дошкольников
11. Оборудование площадок и инвентарь для игры
12. Список литературы

Приложение 1 Упражнения, способствующие обучению игре в баскетбол

Приложение 2. Игры

Приложение 3. Примерные конспекты занятий

Приложение 4. Материалы диагностики

Приложение 5. Учебно-тематический план работы

Введение

Баскетбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовки игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных занятий - тренировок. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений у детей дошкольного возраста. Они формируют умения схватить, удержать, бросить предмет, приучают рассчитывать направление броска, согласовывать усилия с расстоянием, развивают выразительность движения, пространственную ориентировку. В игре баскетбол развиваются физические качества ребенка: быстрота, прыгучесть, сила. Баскетбол оказывает положительное влияние на развитие точности движений, на физическое развитие и работоспособность ребенка, на развитие не только крупных, но и мелких мышц обеих рук, увеличивает подвижность суставов пальцев и кистей, что особенно важно для ребенка, готовящегося к обучению в школе. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. При обучении игре в баскетбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка, особенно важно- мышцы удерживающие позвоночник при формировании правильной осанки.

В игре баскетбол создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку. В игре ребенок всегда имеет возможность испытать свои силы и убедиться в успешности действий. Эмоциональность, динамичность, разнообразие действий и игровых ситуаций в баскетболе привлекают детей старшего дошкольного возраста к этой игре.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми знаний, умений и навыков по баскетболу, а обеспечивает укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Цель программы дополнительного образования: обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья дошкольников, воспитание социально-активной личности через обучение игре в баскетбол.

Для достижения цели определены следующие воспитательные и образовательные **задачи**:

- формировать устойчивую привычку к систематическим занятиям-тренировкам;
- способствовать формированию активной творческой личности;

- развивать необходимые двигательные навыки;
- обеспечить развитие физических качеств (выносливость, быстрота, сила, ловкость, гибкость);
- помочь детям овладеть основами игры в баскетбол;
- выявить перспективных детей для дальнейшего прохождения обучения в спортивных школах города.

Срок обучения по программе: 2 года.

Особенности содержания программы

На первом году обучения - дети знакомятся с содержанием игры в баскетбол, её привалами и основными приёмами. Приобретают основы индивидуальных и групповых действий. Особое внимание уделяется развитию физических качеств, т.е. повышению уровня физической подготовки, как основы для успешности дальнейшего обучения. К концу учебного года осуществляется переход от общеподготовительных к наиболее специализированным упражнениям для баскетболиста.

На втором году обучения - через освоение более сложных приёмов и навыков, в том числе единоборств, через осмысление на практике соревновательной деятельности создаются предпосылки для изучения командных действий. Дошкольники осваивают новые способы ловли и передач мяча. Увеличивается объём и интенсивность упражнений. Особое внимание уделяется специализированным упражнениям. На занятиях делается акцент на освоение командных взаимодействий, слаженности в командной игре. Шире применяется соревновательный метод.

На протяжении всего обучения дети проходят два возрастных периода, на каждом из которых предусматривается решение следующих задач:

Задачи первого года обучения (5-6 лет):

1. Дать детям основы теоретических знаний.
2. Формировать у детей стойкий интерес к занятиям-тренировкам.

3. Способствовать разностороннему гармоничному развитию физических способностей детей, укреплению здоровья, закаливанию организма.
4. Воспитать специальные способности (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
5. Способствовать приобретению основных навыков и умений игры в баскетбол (перемещения, стойки, ловля, передачи, ведение и броскам мяча в корзину).
6. Привить навыки соревновательной деятельности.

Задачи второго года обучения (6-7 лет):

1. Осуществлять дальнейшее освоение основ теоретических знаний как основ здорового образа жизни.
2. Продолжать укреплять здоровье и закалывать организм детей.
3. Повысить общефизическую подготовленность дошкольников.
4. Обучить основам техники перемещений и стоек, ловле, передачам, ведению и броскам мяча в корзину.
5. Продолжать обучать основным навыкам и умениям игры в баскетбол.
6. Воспитывать навыки соревновательной деятельности по баскетболу.
7. Формировать у детей коммуникативных навыков.
8. Помочь детям овладеть индивидуальными и групповыми действиями в нападении и в защите.
9. Выявить одарённых детей и рекомендовать их в ДЮСШ города.

Наиболее действенными и эффективными методами и приёмами при обучении и воспитании учащихся, являются:

1. общепедагогические методы – это словесные методы (объяснение, беседа, лекция, инструктирование, комментарии, замечания, команды, указания) и методы обеспечения наглядности (показ и демонстрация).
2. игровой метод – для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач (вырабатывает и обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств, самостоятельность, творчество, инициативу, целеустремлённость и другие ценные личностные и межличностные качества)

3. соревновательный метод – это способ выполнения упражнений в форме соревнований, для содействия воспитанию волевых качеств, характера и выявления максимальных двигательных способностей.

4. методы строго регламентированного упражнения - данные методы обладают большими педагогическими возможностями, их сущность заключается в том, что каждое упражнение или задание выполняется в строго заданной форме и с точно заданной нагрузкой. В работе с группой обязательным является дифференцированный подход к определению содержания, объема и интенсивности физических упражнений в зависимости от возраста, пола, индивидуальных особенностей и физической подготовленности занимающихся.

Индивидуально-дифференцированный подход в обучении игре реализуется через использование на разных этапах обучения мячей разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, мини-баскетбольные); увеличение расстояния при работе с мячом в парах (от 1 до 2-х метров); постепенное увеличение высоты размещения корзины (от 1,5 м до 2м); постепенное увеличение физической нагрузки (повторение действий с мячом от 4 до 10 раз).

Особое внимание на занятиях необходимо уделять развитию таких физических качеств, как прыгучесть, быстрота, выносливость, координация, при этом чередуя напряжение с расслаблением мышц, делая паузы для отдыха, обращая особое внимание на дыхание занимающихся (глубокое, ритмичное, без задержки). На занятиях целесообразно применять соревновательный метод (эстафеты, подвижные игры), технические приемы изучать в сочетании с выработкой тактических умений.

Работа в группе баскетбола осуществляется на основе данной программы дополнительного образования детей, которая содержит материал теоретических и практических занятий.

Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Теоретические занятия проводятся в форме 5-10-ти минутных бесед в процессе практических занятий.

Практические занятия должны быть разнообразными и эмоциональными. При этом большое внимание уделяется упражнениям специальной физической подготовки баскетболиста и тактико-техническим действиям баскетболиста. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Содержательное обеспечение разделов программы

Теоретическая подготовка

1. Развитие баскетбола в России и за рубежом.
2. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена.
3. Физическая подготовка баскетболиста.
4. Техническая подготовка баскетболиста.
5. Тактическая подготовка баскетболиста.
6. Психологическая подготовка баскетболиста.
7. Соревновательная деятельность баскетболиста.
8. Организация и проведение соревнований по баскетболу.
9. Правила судейства соревнований по баскетболу.
10. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий баскетболом.

Физическая подготовка

1. Общая физическая подготовка

- 1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, фитболами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).
- 1.2. Подвижные игры.
- 1.3. Эстафеты.
- 1.4. Полосы препятствий.
- 1.5. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекуты).

2. Специальная физическая подготовка

- 2.1. Упражнения для развития быстроты движений баскетболиста.
- 2.2. Упражнения для развития специальной выносливости баскетболиста.
- 2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств баскетболиста.
- 2.4. Упражнения для развития ловкости баскетболиста.

Техническая подготовка

1. Упражнения без мяча

- 1.1. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу.
- 1.2. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях.
- 1.3. Передвижение правым – левым боком.
- 1.4. Передвижение в стойке баскетболиста.
- 1.5. Остановка прыжком после ускорения.
- 1.6. Остановка в один шаг после ускорения.
- 1.7. Остановка в два шага после ускорения.
- 1.8. Повороты на месте.
- 1.9. Повороты в движении.
- 1.10. Имитация защитных действий против игрока нападения.
- 1.11. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. Ловля и передача мяча

- 2.1. Двумя руками от груди, стоя на месте.
- 2.2. Двумя руками от груди с шагом вперед.
- 2.3. Двумя руками от груди в движении.

- 2.4. Передача одной рукой от плеча.
- 2.5. Передача одной рукой с шагом вперед.
- 2.6. То же после ведения мяча.
- 2.7. Передача одной рукой с отскоком от пола.
- 2.8. Передача двумя руками с отскоком от пола.
- 2.9. Передача одной рукой снизу от пола.
- 2.10. То же в движении.
- 2.11. Ловля мяча после полуотскока.
- 2.12. Ловля высоко летящего мяча.
- 2.13. Ловля катящегося мяча, стоя на месте.
- 2.14. Ловля катящегося мяча в движении.

3. Ведение мяча

- 3.1. На месте.
- 3.2. В движении шагом.
- 3.3. В движении бегом.
- 3.4. То же с изменением направления и скорости.
- 3.5. То же с изменением высоты отскока.
- 3.6. Правой и левой рукой поочередно на месте.
- 3.7. Правой и левой рукой поочередно в движении.
- 3.8. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.

4. Броски мяча

- 4.1. Одной рукой в баскетбольный щит с места.

- 4.2. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места.
- 4.3. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки.
- 4.4. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места.
- 4.5. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.6. Одной рукой в баскетбольную корзину с места.
- 4.7. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения.
- 4.8. Одной рукой в баскетбольную корзину после двух шагов.
- 4.9. В прыжке одной рукой с места.
- 4.10. Штрафной.
- 4.11. Двумя руками снизу в движении.
- 4.12. Одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.
- 4.13. В прыжке со средней дистанции.
- 4.14. В прыжке с дальней дистанции.
- 4.15. Вырывание мяча.
- 4.16. Выбивание мяча.

Тактическая подготовка

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.
2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.
3. Перехват мяча.
4. Борьба за мяч после отскока от щита.
5. Быстрый прорыв.
6. Командные действия в защите.

7. Командные действия в нападении.

8. Игра в баскетбол с заданными тактическими действиями.

Особенности обучения дошкольников игре в баскетбол

Игра в баскетбол является средством, гармонически развивающим ребенка, дающим значительный образовательный, оздоровительный и воспитательный эффект. Баскетбол – спортивная игра, требующая соответствующей физической, технической и тактической подготовке игроков, что достигается при помощи специальных и постоянных тренировок, а также при соблюдении определенной последовательности. Проводить обучение нужно в несколько этапов, используя различные упражнения. В начале обучения основной задачей обучения является формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Не рекомендуется уже с первых занятий начинать освоение техники. Вначале надо добиться, чтобы детям понравились занятия с мячом, чтобы они после игр оставались довольными и с нетерпением ждали возможности еще поиграть.

Затем следует научить детей правильно держать мяч обеими руками на уровне груди, пальцы должны быть расставленными, кисти лежать сзади – сбоку, мышцы рук расставлены. Важно научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста.

После того как дети научатся правильно стоять, держать мяч, передвигаться по площадке, можно учить их ловить мяч обеими руками. Выполнение ловли мяча и других элементов баскетбола в разных условиях в сочетании с другими действиями способствует совершенствованию изучаемого действия, умению в дальнейшем самостоятельно применять его в игровых ситуациях.

Параллельно ловле мяча необходимо обучать детей и передачи мяча двумя руками от груди с места. Детей следует научить передавать мяч из правильной стойки, держа его двумя руками на уровне груди.

На первых порах при передаче мяча большинство детей старается толкать его обеими руками, широко разводя локти в сторону. В процессе обучения передачи мяча необходимо напоминать детям, что локти следует опустить около туловища; стараться бросать на уровне груди партнера; мяч следует сопровождать взглядом и руками.

Одним из наиболее важных действий с мячом является ведение. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке. На начальном этапе обучения детям дошкольного возраста доступны лишь ведение мяча с высоким отскоком. При этом ребенок научится держать спину. После этого появляется возможность «посадить ребенка на ноги», т.е. научить его передвигаться на полусогнутых ногах. В дальнейшем ребенок легко усваивает ведение мяча с обычным отскоком по прямой и с изменением направления.

Наиболее распространенным недостатком ведения мяча на начальном этапе обучения является стремление детей бить по мячу расслабленной ладонью, не включая в работу предплечье. Рука с согнутыми пальцами ударяет по мячу сверху. В результате систематического обучения ведения мяча у детей вырабатывается умение успешно управлять мячом даже без зрительного контроля, передвигаясь приставным шагом, изменяя темп бега.

Передачи мяча и броски его в корзину являются сходными по своей структуре движениями. Поэтому обучение броскам мяча следует ограничить этими же способами – бросками двумя руками от груди и одной рукой от груди. С самого начала обучения надо обратить внимание на то, чтобы дети бросали мяч, стоя в правильной стойке, прицеливаясь, сопровождали мяч взглядом, не выводили локти в стороны.

Для сознательного отношения ребенка к действиям, недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать ребенку возможность упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями самих детей, у ребенка возникает сознательное отношение к действиям, умению целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности.

Цель углубленного разучивания заключается в формировании полноценного двигательного умения. Здесь следует уточнить двигательное действие, как в основе, так и в деталях техники передвижений, ведения, передач мяча. На этом этапе широко используется комплекс разнообразных средств: применяются упражнения для закрепления мышечной системы с учетом особенностей техники баскетбола; используют подводящие упражнения, которые позволяют подготовить детей к освоению основного действия.

Подводящие упражнения представляют собой «игру по овладению мячом», техникой: ведение мяча, бросание партнеру команды, бросание в стену, в цель, кидания в кольца.

Когда дошкольники овладеют техникой баскетбола нужно переходить к этапу закрепления и дальнейшего совершенствования. Цель этого этапа – двигательное умение перевести в навык. Эта цель решается с помощью следующих задач: добиться стабильности, автоматизма выполнения передвижений, различных действий с мячом. Довести до необходимой степени совершенства основные элементы техники передач, ведения мяча.

На этом этапе увеличивается количество повторений в обычных и новых условиях. Следует менять или усложнять правила игровых ситуаций. В целях совершенствования бросков и ведения нужно применять корзины разной высоты, поточное выполнение бросков и ведения в сочетании с прыжками, передачами и другими упражнениями. Также нужно увеличить скорость заданных движений.

Таким образом, в процессе обучения элементам игры в баскетбол ставится задача: научить управлять своими действиями. Процесс обучения строится последовательно от простого к сложному, в порядке, зависящем от изучения технических приемов того или иного раздела техники игры.

Проведение физкультурных упражнений благоприятно воздействует на приобретение детьми навыков игры в баскетбол. Дальнейшими действиями должны быть – обучение методике игры в баскетбол.

Методы и формы обучения дошкольников игре в баскетбол

Процесс обучения дошкольников игре в баскетбол направлен на формирование системы знаний по вопросам техники, стратегии, тактики, правил игры и т.п. Решение задач обучения предполагает вооружение занимающихся широким кругом знаний об игре.

Освоение двигательных навыков предполагает такую степень владения движениями, когда управление ими осуществляется автоматизировано. Как известно, в основе навыка лежит система закрепленных связей, для образования которых необходимо многократное повторение их в определенных условиях. Однако степень этих связей должна обеспечить возможность свободного варьирования элементами движения.

Обучение техническому приему и индивидуальным тактическим действиям должно идти параллельно. Вначале технику изучают отдельно по приемам. В дальнейшем изолированные приемы объединяют в игровые действия, в которые могут входить два и более разных приемов. Приемы техники нападения изучают раньше, нежели приемы защиты. В процессе формирования двигательного навыка выделяют самостоятельные стадии, которым соответствует тот или иной этап обучения. Принято выделять 3 стадии:

1. формирование начального умения, когда ребенок овладеет основами движения, его структурой;
2. уточнение системы движений;
3. совершенствование навыка.

Особенно важна на каждой стадии последовательность постановки педагогических задач, необходимо чтобы, прежде всего:

- освоили исходное положение, из которого выполняются движения;
- знали, какие части тела принимают участие в этих движениях, и каковы их направления, амплитуда, согласованность во времени и в пространстве;
- выполняли движение по оптимальным амплитудам в удобном темпе;
- сохраняли точную структуру движения и освоили его детали;
- приступили к совершенствованию движений.

При изучении сочетаний приемов основное внимание уделяют связкам, если приемы сочетаются по принципу цепочки, когда один прием следует за другим. В связке изучают переход от одного приема к другому, где видоизменяются конечные движения предыдущего приема и начальные следующего.

При овладении двигательными действиями, в которых приемы сочетаются не последовательно, а одновременно, когда один становится фоном другого (например, передача мяча во время бега), изучают согласованность разученных ранее по фазам движений, часто для этой цели используют подводящие упражнения.

При освоении тактики игры ставят цели:

- научить целесообразному использованию изученных приемов и взаимодействию с другими игроками в зависимости от обстановки;
- научить умению создавать наиболее выгодные ситуации для другого игрока, позволяющие ему действовать более эффективно.

Изучая любой прием техники или тактическое взаимодействие, необходимо последовательно переходить от одних педагогических задач к другим, основываясь на физиологической природе формирования двигательных навыков.

Ознакомление с приемом. Оно начинается с создания представления о нем. Занимающиеся должны иметь перед собой образец, который следует воспроизвести. Для этого им нужно не только сообщить сведения о приеме, о его месте и значении в игре, но и дать возможность получить первые двигательные ощущения, возникающие при выполнении движений. В задачу обучения на данном этапе входит:

- выявление знаний и ощущений, имеющихся в двигательном опыте ребенка;
- сообщение предварительных сведений об изучаемом приеме – его месте и значении в игре, основном назначении и наиболее эффективном применении и т.п.
- создание зрительного и двигательного представления о правильных движениях и их последовательности.

Эти задачи решаются с помощью наглядного и словесного методов и самостоятельного выполнения упражнений.

В зависимости от изучаемого материала и задач обучения можно использовать, схемы, фото, видеоманускрипты и т.п.

Основное внимание в обучении дошкольников игре в баскетбол направлено на воспитание осознанного восприятия и выполнения двигательных действий, на формирование четкости при выполнении наиболее существенных элементов движения.

В тех случаях, когда элементы движений, упражнения с мячом выполняются детьми неуверенно или дается в новой комбинации, целесообразно показать и объяснить их, учитывая двигательный опыт детей, можно показ проводить одновременно с объяснением.

Время о времени нужно возвращаться к показу хорошо известных упражнений, так как для совершенствования движения необходима точность, четкость выполнения каждого элемента. Параллельно необходимо знакомить детей с правилами и техникой игры.

По мере освоения движений целесообразно варьировать сочетание наглядных и словесных методов обучения, давать показ всего упражнения с объяснением; частичный показ с пояснением; описание упражнения без показа; установку на мысленное воспроизведение упражнения и его описание детьми, затем показ всего упражнения с пояснением отдельных сторон.

В работе с дошкольниками важно учитывать их стремление к игре. При обучении баскетболу обязательно должна присутствовать игра. Игровая форма проведения занятия является основной методикой обучения дошкольников игре в баскетбол. Занятие должно проходить как занимательная игра. Нельзя допускать монотонности, скуки. Сами движения должны доставлять ребенку удовольствие; поэтому важно, чтобы занятие содержало интересные для детей двигательные задания, игровые образы. На начальном этапе обучения иногда целесообразно применять свободные действия и любимые игры детей (с мячом), пользуясь имеющимся разнообразным оборудованием на площадке. Можно предложить следующие игры: «За мячом», «Поймай мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч», «Борьба за мяч», «У кого меньше мячей», «Мяч ведущему», «Мяч в воздухе», «Передал - садись», «Перестрелка» и др.

Формирование действий с мячом у детей дошкольного возраста при обучении игре в баскетбол

Подвижная игра с мячом требует определенного напряжения мыслительной деятельности детей: анализа ситуации, принятия решения, соответствующего обстановке, предвидение возможных действий противника. Игра в баскетбол – командная, совместные действия игроков в ней обусловлены единой целью. Она сложна и эмоциональна, включает в себя быстрый бег, прыжки, метания, осуществляемые в оригинально задуманных комбинациях, проводимых при противодействии партнеров по игре. Игра в баскетбол отличается от подвижных игр большей определенностью. Состав команд ограничивается установленным числом участников, а продолжительность игры – определенным временем. Она имеет установленные правила, которые определяют точность двигательных действий, проводится при участии судьи. Обязательными являются правильная разметка площадки, соответствующее оборудование и инвентарь.

Техника игры в баскетбол складывается из двух видов действий. Для одного из них характерны движения, выполняемые без мяча и с мячом в руках без передачи его партнеру. К ним относятся: стойка, остановки, повороты, прыжки, ложные движения. Второй вид действий более специфичный для баскетбола – ловля, передача, ведение и броски мяча в корзину.

Важнейшим принципом отбора содержания для начального обучения приемам игры в баскетбол детей дошкольного возраста является выделение тех действий с мячом и без него, которые составляют основу техники любой подвижной и спортивной игры с мячом; доступны детям старшего дошкольного возраста; дают наиболее эффективный результат в решении игровых задач. Отобранные для разучивания действия должны обеспечить соответствие необходимого для их усвоения напряжения сил с уровнем развития занимающихся.

Для успешного овладения действиями с мячом необходимо научить детей приемам перемещения: стойка, бег, прыжки, повороты, остановки, а также действия с мячом: передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, ловля двумя руками на уровне груди, ведение мяча правой рукой по прямой с изменением направления, при противодействии другого игрока, броски мяча в корзину двумя руками от груди и одной рукой от плеча.

В начале основной задачей обучения является формирование определенных умений обращаться с мячом, ощущать его свойства и производить в соответствии с ними свои движения. Поэтому в этот период целесообразно дать много разнообразных действий, а также свободно поиграть с мячом. Рекомендуется вводить игры типа «Играй, играй, мяч не теряй» и др. (см. Приложение). Нужно добиться, чтобы детям понравились занятия с мячом, чтобы они после игр оставались довольными и с нетерпением ждали возможности еще поиграть. Веселье, смех – неизменные спутники ребенка.

Затем следует научить детей правильно держать мяч обеими руками на уровне груди, пальцы должны быть расставлены, кисти лежать сзади – сбоку, мышцы рук расслаблены. Не менее важно научить детей принимать и в дальнейшем сохранять основную стойку баскетболиста, из которой можно быстро, удобно и успешно выполнять любое действие с мячом и без мяча. При этом ноги согнуты в коленках, расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед. Тело направляется вперед, тяжесть его распределяется на обе ноги. Руки согнуты в локтях и находятся около туловища.

После того как дети научатся правильно стоять держать мяч, передвигаться по площадке, можно учить их ловить мяч обеими руками, стоя на месте, затем с выходом навстречу летящему мячу, в стороны, назад и т. д. Неумение ребенка поймать мяч часто вызывает обиду. Он старается прижимать мяч руками к груди, а когда не успеет это сделать, мяч летит прямо в лицо. Летящий мяч необходимо встретить руками возможно раньше. Кисти с широко расставленными пальцами образуют как бы половину шара, в котором должен поместиться мяч. Нужно следить за полетом мяча. Как только мяч коснется кончиков пальцев, необходимо захватить его и подтянуть к себе амортизирующим движением к себе.

Выполнение ловли мяча, а также других элементов баскетбола в разных условиях в сочетании с другими действиями способствуют совершенствованию изучаемого действия, умению в дальнейшем самостоятельно применять его в игровых ситуациях.

Параллельно ловле мяча необходимо обучать детей передачи мяча двумя руками от груди с места, а затем в движении. Детей следует передавать мяч из правильной стойки, держа его двумя руками на уровне груди. Они должны опisać мячом небольшую дугу к

туловищу – вниз – на грудь и, разгибая руки вперед, от себя посылать мяч, активным движением кисти, одновременно разгибая ноги. В процессе обучения передачи мяча необходимо напоминать детям, что локти следует опустить вдоль туловища, что нужно стараться бросать на уровне груди партнера, и что мяч следует сопровождать взглядом и руками.

Одним из наиболее важных действий с мячом является его ведение. Оно позволяет игроку, владея мячом, перемещаться по площадке. При ведении мяча дети приучаются передвигаться на слегка согнутых ногах, наклоняя тело несколько вперед. Рука, ведущая мяч, при этом согнута в локте, кисть со свободно расставленными пальцами накладывается на мяч сверху и от себя. Толчки мяча выполняются несколько сбоку от игрока, равномерно, согласованно с передвижением ребенка. Многие дети пытаются вести мяч прямо перед собой, ударяют по мячу сверху, что мешает продвижению вперед, не умеют сочетать ритм движения руки с ритмом работы ног, управлять мячом и поэтому часто теряют его. В результате систематического обучения ведению мяча у детей вырабатывается умение успешно управлять мячом даже без зрительного контроля, продвигаясь приставным шагом, изменяя темп бега, высоту отскока мяча и направление перемещения. Наиболее благоприятным ритмом ведения мяча для детей дошкольного возраста является такой, при котором на два шага ребенка приходится один удар мячом по площадке.

Передачи мяча и броски его в корзину являются сходными по своей структуре движениями. Детей подготовительной к школе группы следует учить броску мяча в корзину с места или с фиксацией остановки после ловли и ведения мяча. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди с места следует из такого же исходного положения, как и в способе передачи мяча. Удерживая мяч на уровне груди, ребенок должен описать небольшую дугу вниз - на себя и, выпрямляя руки вверх, направить мяч к цели с одновременным разгибанием ног. Кисти и пальцы раскрываются, выполняя направляющий толчок. С самого начала обучения надо обратить внимание на то, чтобы дети бросали мяч, стоя в правильной стойке, прицеливались, сопровождали мяч взглядом, не выводили локти в сторону.

Особенности методики обучения дошкольников

При разучивании ловли, передачи, ведения и бросков мяча подводящие упражнения играют важную роль. Они имеют существенное сходство с основным изучаемым действием, но являются более простыми и более легкими для детей.

Подводящие упражнения позволяют выделить главное звено изучаемого движения, что облегчает освоение двигательного действия.

На начальном этапе формирования навыков владения мячом внимание ребенка должно быть направлено на качество выполнения движения, а не на достижение при помощи этого движения определенного результата. Если дети еще полностью не усвоили новое движение, навык еще не сформирован, то соревнования на скорость выполнения движения способствует не правильному их закреплению. Но это не значит, что на начальном этапе формирования действий с мячом основным методом обучения должно быть только упражнение. Широкое применение игрового метода возможно уже с самого начала. Используя игры и игровые упражнения,

которые могут составлять 60-70%, удовлетворим желание детей играть. Эффективно использование подвижных игр, где каждый играющий действует за себя, в сочетании с обучением.

В дальнейшем целесообразно применять подвижные игры, в которых результат команды зависит от участия каждого ребенка действующего независимо от своих партнеров. Такие игры повышают ответственность ребенка перед командой и побуждают его действовать наиболее эффективным способом, мобилизуя максимальные усилия для достижения наилучшего результата.

После того как дети научатся правильно ловить, передавать, вести и бросать мяч четко, в быстром темпе, без особых усилий появляется возможность играть в более сложные, более близкие к баскетболу, а также в баскетбол по упрощенным правилам. В таких играх дети должны взаимодействовать с мячом, что повышает активность и создает условия для быстрее и осмысленного формирования навыков действий с мячом.

При обучении элементам баскетбола особенно важно обеспечить сознательное их усвоение. Понимание детьми смысла движений ускоряет процесс формирования двигательных навыков, а также, что особенно важно, способствует умению в последующих играх самостоятельно подбирать эффективные действия и целесообразно их применять. Сознательное отношение к действиям с мячом возникает у детей только при условии, если воспитатель разъясняет их значение в различных ситуациях применения, объясняет, почему именно так они должны выполняться. Ребенок должен знать, почему в той или иной игровой обстановке более целесообразно применять те или иные действия, выполнять их определенным способом, с определенной скоростью и в определенном направлении. Например, детям нужно объяснить, что вести мяч в игре следует только в том случае, если не можешь передать его партнеру. При приближении защитника более безопасно вести мяч дальше от него рукой и с низким отскоком. Не надо спешить, вести мяч лучше ближе к цели или на более свободное место для передачи мяча партнеру.

Для сознательного отношения ребенка к действиям с мячом недостаточно разъяснений и показа: необходимо дать возможность ребенку упражняться, действовать, активно применять полученные знания в игровой деятельности. Только при сочетании объяснения техники действий с показом и упражнениями самих детей у ребенка возникает сознательное отношение к действиям с мячом, умение целесообразно пользоваться ими в игровой деятельности.

В играх с мячом необходимо учить детей согласовывать свои действия с действиями товарищей на основе дружеских взаимоотношений и сплоченности.

Для этого в группе можно создать постоянные команды, поощрять верность друзьям по команде, предостерегая детей от перехода на сторону противника, хотя этим условным противником и являются дети своей группы.

В играх с мячом следует вырабатывать у детей привычку поступать личными интересами ради достижения общей цели. Для этого можно использовать ограничение действий с мячом ввести дополнительные требования. Например: ограничение расстояния ведения мяча, включение задания бросать мяч ловцу после того, как мяч обойдет всех игроков команды.

Часто в играх с мячом возникает необходимость оказывать помощь игроку, попавшему в затруднительное положение, при этом иногда приходится рисковать любимой ролью в игре. К этому следует приучать детей.

В качестве одного из тактических элементов во многих играх с мячом допускается и поощряется применение игроками отвлекающих действий. Они направлены на то, чтобы отвлечь внимание противника путем ложных действий, предшествующих основным, с целью обыгрывания его. Дети старшего дошкольного возраста усваивают такие действия с мячом и без мяча. За отвлекающие действия ребята поощрялись тогда, когда это помогало освободиться от опеки товарища, выйти на свободное место для получения мяча или занять удобную позицию для броска мяча в корзину или его передачи. Необходимо постоянно следить за тем, чтобы не допускался обман, являющийся прямым нарушением правил игры.

Учебный план Программы

№

Наименование

Количество часов

1

История баскетбола. Техника безопасности на занятии баскетболом. Инвентарь. Личная гигиена баскетболиста. Основы техники и тактики игры.

В процессе занятия (5-7 мин.)

2

Основы техники и тактики игры в баскетбол:

- стойка и передвижения баскетболиста;

3

- ведение мяча правой и левой рукой;

5

- передача и ловля мяча;

5

- броски мяча в корзину;

5

- учебная игра в баскетбол;

8

3

Общая физическая подготовка

8

4

Соревнования, «Праздник мяча» и др.

По плану

Итого

34

Перспективный план программы

Месяц

1 год обучения

2 год обучения

Сентябрь-ноябрь: Упражнения и игры, подготавливающие к обучению технике передачи – ловли мяча

Декабрь- февраль: Упражнения, подготавливающие к ведению мяча

Март-май: Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину

Сентябрь-ноябрь: Упражнения и игры с передачей мяча

Декабрь- февраль: Упражнения и игры с ведением мяча

Март-май: Упражнения и игры с бросками мяча в корзину

Сентябрь

История баскетбола, техника безопасности на занятии, инвентарь, личная гигиена баскетболиста. Основы теоретических знаний.

Первичная диагностика

Техника безопасности на занятии баскетболом; правила соревнований по баскетболу; правила игры. Вводная диагностика

Первоначальное обучение действиям с мячом

- 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя (одной) руками.
 - 2.Бросание мяча вниз перед собой и ловля его двумя (одной) руками.
 - 3.Перебрасывание мяча партнеру удобным способом.
 - 4.Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.
- Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Сделай фигуру».
- 1.Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
 - 2.Передача мяча двумя руками от груди стоя на месте парами.

3.Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.

4.Передача мяча одной рукой от груди в движении после ловли его.

Игры: «10 передач», «Мяч водящему».

Октябрь

Основная стойка и передвижение баскетболиста. Сочетание передвижений, остановок, поворотов.

Тактика нападения (индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча; целесообразное применение техники передвижения: прыжков, остановок, поворотов; быстрый прорыв)

Углубленное разучивание действий с мячом

1.Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.

2.Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.

3.Бросание мяча вверх с хлопком за спиной и ловля его двумя руками.

Игры: «Вызов по имени», «Подвижная цель», «Мяч водящему»

1.Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).

2.Передача мяча в тройках, пятерках.

3.Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.

Игры: «Успей поймать», «Гонка мячей по кругу».

Ноябрь

Передача и ловля мяча (двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте)

Техника защиты (стойка защитника, перемещение в стойке защитника вперед, в стороны, назад; индивидуальные действия: умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча)

Совершенствование навыков действий с мячом

1. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.

2. Бросание мяча из-за головы двумя руками вдаль и через сетку.

3. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.

4. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом).

Игры: «У кого меньше мячей», «Поймай мяч», «За мячом», «Обгони мяч».

1. Передача мяча парами при противодействии защитника.

Игры: «Поймай мяч», «Займи свободный кружок».

Декабрь

Ведение мяча правой и левой рукой; ведение с изменением направления

Броски мяча в корзину (двумя руками от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине, с отражением от щита)

Первоначальное обучение

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками из положения стоя;

2. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками при ходьбе;

3. Удар мячом об пол правой рукой и ловля левой рукой и наоборот.

1. Бросок мяча в корзину (поставленную на пол) удобным для детей способом.

2. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.

3. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.

Игры: «Пять бросков», «Чья команда больше».

Январь

Закрепление навыков у детей, общая физическая подготовка, комбинированные эстафеты

Передача мяча, ведение и бросок. Применение различных приемов в конкретной игровой обстановке и их целесообразность

Углубленное разучивание

- 1.Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.
 - 2.Ведение мяча на месте правой (левой) рукой.
 - 3.Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).
- 1.Ведение мяча с изменением: а) направления передвижения, б) скорости передвижения, в) высоты отскока мяча.
 - 2.Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка после него.
 - 3.Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.

Февраль

Броски мяча в корзину (двумя руками от груди с близкого расстояния)

Командные действия в защите и нападении (нападение по принципу свободного места; выбор свободного места для передачи мяча и т.п.)

Совершенствование навыков

- 1.Ведение мяча на месте поочередно правой и левой рукой.
 - 2.Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
 - 3.Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).
- Игры: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловец с мячом», «Эстафета с ведением мяча» и др.

Март

Совершенствование умений, знакомство с правилами игры

Контрольные игры, разбор и устранение ошибок. Закрепление навыков.

Первоначальное обучение

- 1.Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
- 2.Метание мяча в обруч, расположенный на полу (с расстояния 2-2,5м), снизу, сверху и из-за головы.

Игры: «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину».

- 1.Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).
- 2.Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.
3. Игра в баскетбол по упрощенным правилам, разбор и устранение ошибок.

Апрель

Знакомство с правилами игры, соревнования, по подвижным играм с элементами техники баскетбола, учебная игра в баскетбол

Соревнования, разбор и устранение ошибок. Закрепление навыков.

Игры: «Бросание мяча в парах», «Метко в корзину».

Сочетание действий: ловли – бросков мяча, ведения – бросков мяча, ловли – ведения мяча, ведения – передачи.

Игры: «Мяч ловцу», «Мяч капитану»;

Углубленное разучивание и совершенствование навыков

- 1.Метание мяча в баскетбольный щит (размер 120X90см), установленный на разной высоте.
- 2.Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.

Соревнования по подвижным играм с элементами техники баскетбола

Май

Знакомство с правилами игры. Учебная игра в баскетбол, разбор и устранение ошибок, диагностика

Учебная игра в баскетбол, диагностика

К концу 1 года обучения дети должны знать:

- какие бывают линии;
- поле и его линии.

К концу года дети должны уметь:

- действовать по сигналу воспитателя, быстро реагировать на сигнал;
- играть с мячом, не мешая другим;
- согласовывать свои движения с движениями товарищей, соблюдать правила в командных видах (эстафета или поточный метод);
- бросать и ловить мяч:
 - двумя руками снизу вверх;
 - двумя руками снизу вверх с хлопком впереди, за спиной;
 - передача в парах двумя руками снизу;
 - передача в парах двумя руками из-за головы;
 - передача в парах двумя руками от груди;
- метать мяч:
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками снизу;
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками от груди;
 - с расстояния 2 — 2,5 м в обруч, в корзину, расположенную на полу, двумя руками из-за головы;
 - в баскетбольный щит с места;
 - в баскетбольный щит с ведением;
 - в баскетбольный щит с передачей партнеру;
- отбивать мяч:
 - на месте правой, левой рукой.

- на месте правой с передачей из правой руки в левую;
- поворачиваясь вокруг себя правой, левой рукой;
- правой, левой рукой с продвижением вперёд.

К концу 2 года обучения года дети должны знать:

- историю баскетбола;
- правила игры в баскетбол;
- что такое штрафные броски;
- как правильно разыгрываются мячи;
- как правильно нападать и защищаться;

К концу года дети должны уметь:

- вести мяч:
 - с продвижением вперёд;
 - приставным шагом;
 - правой и левой рукой, свободно продвигаясь по площадке;
 - с изменением направления продвижения;
- бросать мяч в кольцо:
 - двумя руками из-за головы;
 - двумя руками от груди;
 - двумя руками снизу;
 - после ведения (с фиксацией остановки);
 - одной рукой от плеча;
 - одной рукой от плеча после ловли его от партнёра.

- вести и передавать мяч парами с продвижением вперед (ходьба, бег).
- соблюдать правила в командной игре.

Правила игры для дошкольников

Цель игры.

Игра проводится между командами по пять игроков. Цель каждой команды в игре – забросить как можно мячей в корзину соперника, соблюдая при этом правила игры.

Участники игры.

Каждая команда состоит из 5 играющих на площадке и нескольких запасных. Один из игроков - капитан. Игроки одной команды должны иметь отличительные знаки, которые одевают на спину и грудь.

Судейство.

Воспитатель следит за выполнением игроками правил игры, делает замечания и дает сигналы при нарушении правил, засчитывает попадания мяча в корзину, разрешает споры.

Время игры.

Игра состоит из двух пятиминутных таймов, между которыми дается пятиминутный перерыв. Воспитатель контролирует время игры, не останавливая часов. Во время перерыва и в конце игры проводится малоподвижная игра с мячом (3-4 минуты). С целью приведения организма ребенка в более спокойное состояние.

Счет игры.

При попадании мяча в корзину команде начисляется два очка. Игра может закончиться победой одной команды или ничьей.

Правила проведения игры.

Воспитатель может менять игроков во время игры и во время перерыва.

Мяч можно передавать, бросать или вести в любом направлении. Ударять по мячу кулаком или ногой запрещается. Случайное касание мячом ноги не является нарушением. Мяч считается вышедшим из игры, если он коснулся пола, игрока или предмета вне площадки.

Мяч считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Если воспитатель сомневается, кто последний

коснулся мяча, назначается спорный бросок. Игрок, получивший мяч в движении, может сделать с ним не более трех шагов, после чего он должен выполнить передачу, бросок или ведение. Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно.

Нарушения.

Нарушением называется несоблюдение правил игры, перечисленных выше.

Обычно после нарушения мяч забрасывается в игру игроком противоположной команды. Забрасывание мяча в игру всегда производится из-за боковой линии, против того места на площадке, где было совершено нарушение.

Начало игры и розыгрыш спорного броска.

Розыгрыш начального и спорного броска производится в центральном круге при начале каждого периода, при задержке мяча, когда два игрока из противоположных команд держат мяч в одно и то же время, при выходе мяча из игры от одновременного касания игроками обеих команд или когда воспитатель сомневается от кого вышел мяч, когда мяч застревает в корзине, когда совершена обоюдная персональная ошибка. При розыгрыше начального и спорного броска воспитатель подбрасывает мяч вверх между игроками, и, после того как он достигает наивысшей точки, игроки могут касаться его.

Правила поведения.

Во время игры дети должны всегда проявлять корректность. Игроки, которые ведут себя недисциплинированно или грубо, должны временно удалены с площадки. Запрещается: тянуть за одежду, за руки, толкаться, подставлять ножку и т. д.

Выход мяча из игры.

Мяч, пересекший боковую или лицевую линию, считается вышедшим из игры. В этом случае назначается вбрасывание с того места, где мяч пересек линию, игроком противоположной команды. Мяч считается вышедшим из игры от игрока, который последним дотронулся до него. Если воспитатель сомневается, кто последний коснулся мяча, назначается спорный бросок.

Перемещение с мячом.

Игрок, получивший мяч в движении, может сделать с ним не более трех шагов. После этого он должен вести мяч, или передать своему партнеру, или бросить в кольцо. После того как он получит очередную передачу (или перехватит мяч у противника), он снова имеет право на ведение мяча.

Игроку запрещается вести мяч двумя руками одновременно, бежать с ним.

Нарушение правил и наказание за них. Нарушением является несоблюдение правил игры, перечисленных выше. Обычно после нарушения мяч выбрасывается в игру членом пострадавшей команды. Вбрасывание мяча всегда производится из-за боковой линии

против того места на площадке, где было совершено нарушение. За грубые нарушения правил игрок удаляется с площадки (с правом его замены) на 1—3 мин.

Начало игры и розыгрыш начального и спорного бросков.

Розыгрыш начального и спорного бросков производится: при начале каждого периода; при задержке мяча, когда два игрока из противоположных команд держат мяч одновременно; при выходе мяча из игры от одновременного касания игроками обеих команд или когда воспитатель сомневается, от кого вышел мяч; когда мяч застревает в корзине; когда игроками совершена обоюдная ошибка. При розыгрыше начального и спорного бросков воспитатель подбрасывает мяч вертикально вверх между игроками, и, после того как мяч достигает наивысшей точки, игроки могут касаться его. Розыгрыш начального и спорного бросков производится в центральном круге.

Правила поведения.

В игре в баскетбол игроки должны всегда быть корректными. Детей, которые ведут себя не дисциплинированно или грубо, необходимо временно вывести из игры. Игрокам запрещается тянуть соперников за одежду, за руки, толкаться и т. д.

Оборудование площадок и инвентарь для игры

Корзины надо использовать со щитом, длина которых 120 см., высота 90 см., внутренний диаметр корзин 45 см. Сетка должна иметь длину 40 см.

Корзины подвешиваются не ниже 180 см., не выше 200 см. над уровнем площадки. Щиты делаются из целого прочного дерева, поверхность их окрашивается белым цветом, а края обводятся красной линией шириной 5 см.

Мячи можно использовать разного веса и диаметра. При обучении ведению мяча лучше пользоваться надувными мячами. Детские резиновые мячи плохо отскакивают от пола, и, ведя их, дети прилагают большие усилия, что ведет к принятию неправильной стойки.

Наиболее удобная для игр с мячом площадка длиной 13 м., шириной 7 м.

На площадке следует отметить боковые и лицевые линии и круг для розыгрыша спорных мячей в центре площадки диаметром 1,8 метра. Площадки могут быть разного покрытия, но лучше всего деревянные – их легко чистить, от них хорошо отскакивает мяч.

Проведение игры возможно и в спортивном зале детского дошкольного учреждения. Оборудование и инвентарь соответственно площадке.

Упражнения, способствующие обучению игре в баскетбол

Упражнения, подготавливающие к обучению техники передачи – ловли мяча.

1. Бросание мяча вверх и ловля его одной или двумя руками.
2. Бросание мяча вниз перед собой и ловля его одной и двумя руками.
3. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом, одной и двумя руками.
4. Бросание мяча вверх с ударом вниз об пол и ловля его двумя руками.
5. Бросание мяча вверх перед собой с хлопком и ловля его.
6. Удары мячом об пол с хлопком в ладоши, поворотом кругом и ловля его.
7. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
8. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
9. Передача мяча в шеренге и по кругу.
10. Передача мяча двумя и одной рукой друг другу в паре.

Упражнения, подготавливающие к ведению мяча.

1. Удары мячом об пол одной рукой и ловля его двумя руками стоя и при ходьбе.
2. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой рукой, и наоборот.
3. Ведение мяча на месте правой и левой рукой.
4. Отбивание мяча на месте правой и левой рукой.
5. Ведение мяча на месте правой и левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом.

6. Чередование подбрасывания мяча с ударами об пол.
7. Ведение мяча, ударяя ладонью по нему (произвольным способом).
8. Ведение мяча, остановка шагом и передача мяча.
9. Ведение мяча вокруг себя.
10. Ведение мяча с изменением скорости и направления передвижения.

Упражнения, подготавливающие к броску мяча в корзину

1. Перебрасывание мяча через сетку натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
2. Метание мяча в обруч, расположенный на полу, с расстояния 2-2,5 метра, снизу, сверху и из-за головы.
3. Удары мячом об пол и броски его в баскетбольный щит.
4. Бросок мяча в корзину, бросок мяча в корзину стоящую на полу, удобным для детей способом.
5. Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки.

Упражнения, закрепляющие навыки детей

1. Дети разбегаются по площадке каждый с мячом в руках и свободно играют. После сигнала воспитателя они быстро ловят мячи и принимают правильную стойку.
2. Дети без мячей встают в круг и передвигаются приставными шагами в сторону, указанную воспитателем. Воспитатель часто меняет направление передвижения.
3. Бросок мяча вниз и ловля его после отскока.
4. Бросок мяча вверх и ловля его обеими руками.
5. Бросок мяча как можно выше и ловля его после отскока от пола или на лету.
6. Перебрасывание мяча партнеру удобным для детей способом.
7. Перебрасывание мяча правой (левой) рукой, ловля его двумя руками.

8. Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками.
9. Передача мяча по кругу вправо, влево (произвольным способом) .
10. Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его.
11. Передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте парами.
12. Передача мяча двумя руками от груди при движении парами.
13. Ловля мяча и передача его одной рукой от груди (в движении).
14. Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево).
15. Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны.
16. Удары мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками.
17. Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой и наоборот.
18. Отбивание мяча на месте правой (левой) рукой.
19. Ведение на месте правой (левой) рукой.
20. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой с последующей передачей мяча двумя руками (произвольным способом).
21. Ведение мяча на месте поочередно, то правой, то левой рукой.
22. Ведение мяча вокруг себя.
23. Ведение мяча, продвигаясь шагом.
24. Ведение мяча с изменением направления передвижения, скорости передвижения, высоты отскока мяча.
25. Ведение мяча правой (левой) рукой и остановка.
26. Ведение мяча, остановка и передача его.
27. Перебрасывание мяча через сетку или веревку, натянутую выше головы ребенка (произвольным способом).
28. Метание мяча в баскетбольный щит, установленный на разной высоте.
29. Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через веревку или сетку.

30. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.
31. Бросок мяча в корзину после ведения (с фиксацией остановки).
32. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его.

Приложение 2

Игры с элементами баскетбола

- *«За мячом»*

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает водящего. Команды делятся пополам и становятся в колонны одна против другой на расстоянии 2—3 м. После сигнала водящий бросает мяч стоящему первым в противоположной колонне ребенку, а сам бежит вслед за мячом. Поймавший мяч также передает его напротив стоящему и отправляется за мячом. Игра заканчивается тогда, когда все игроки возвратятся на свои места, а мячи — водящим. Выигрывает та команда, которая быстрее заканчивает игру.

- *«Поймай мяч»*

Дети делятся по трое. Двое из них располагаются друг против друга на расстоянии 3—4 м и перебрасывают мяч между собой. Третий становится между ними и старается поймать мяч или хотя бы коснуться его рукой. Если это удастся, он меняется местами с тем, кто бросил мяч. Можно предложить детям перед броском выполнить какое-либо движение: бросить мяч вверх, вниз, поймать его, вести мяч на месте и т. д.

- *«Кого назвали, тот ловит мяч»*

Дети ходят или бегают по площадке. Воспитатель держит в руках мяч. Он называет имя одного из детей и бросает мяч вверх. Названный должен поймать мяч и снова бросить его вверх, назвав имя кого-нибудь из детей. Бросать мяч надо не слишком высоко и в направлении ребенка, имя которого называют.

- *«Борьба за мяч»*

Дети делятся на равные по числу команды и располагаются на площадке для игры в произвольном порядке. Одному из играющих дается мяч. По сигналу дети стараются быстрее выполнить 5—10 передач между своими игроками. За каждую передачу команда получает очко (счет ведет воспитатель). Игра продолжается 5—8 мин. Выигрывает команда, набравшая больше очков. Игроки каждой команды имеют отличительные знаки определенного цвета.

- *«У кого меньше мячей»*

Дети образуют две равные команды. Каждая из них берет по несколько мячей и располагается на своей половине площадки (площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 130—150 см). Дети обеих команд после сигнала воспитателя стараются перебросить свои мячи на площадку противника. Выигрывает команда, на площадке которой после второго свистка находится меньше мячей (рис. 38).

- *«Мяч ведущему»*

Дети делятся на 4—5 групп, каждая образует свой круг диаметром 4—5 м. В центре каждого круга — водящий с мячом. По сигналу водящие поочередно бросают мяч своим игрокам, стараясь не уронить, и получают его обратно. Когда мяч обойдет всех игроков круга (1—3 раза), водящий поднимает его вверх. Побеждает команда, меньшее количество раз уронившая мяч.

- *«Мяч в воздухе»*

Играющие образуют круг и становятся на расстоянии вытянутых в стороны рук, водящий находится в середине круга. Стоящие в кругу начинают перебрасывать друг другу мяч, не давая возможности водящему коснуться его. Водящий, бегая в середине круга, стремится дотронуться до мяча, когда тот находится в воздухе, на земле или в руках у кого-либо из играющих. Если ему это удалось, он меняется местами с игроком, который последний держал мяч в руках.

- *«Передал — садись»*

Дети образуют несколько команд, каждая команда выбирает капитана. Команды становятся в колонны за линией старта. Капитан каждой команды с мячом в руках становится напротив своей команды на расстоянии 2—3 м от нее.

По сигналу воспитателя капитан передает мяч первому игроку колонны, который ловит его, передает обратно капитану и приседает. Капитан таким же образом передает мяч второму, затем — третьему и всем остальным игрокам. Каждый игрок после передачи мяча капитану приседает. Когда мяч передан капитану последним игроком, капитан поднимает мяч вверх над головой и вся команда быстро встает. Выигрывает та команда, которая раньше выполнила задание. Если игрок не поймал мяч, то он обязан за ним сбегать, вернуться на свое место и передать мяч капитану.

- *«Перестрелка»*

В середине площадки проводят линию, делящую ее пополам. В 15—20 шагах от центра с двух сторон чертят еще по одной линии (плен). Играющие делятся на две команды, которые свободно размещаются каждая на своем поле. Руководитель, стоя в середине площадки, перебрасывает мяч. Первой вступает в игру та команда, на стороне которой упадет мяч. Начинается перестрелка. Каждая команда стремится осалить мячом игроков другой команды. Осаленные идут за линию плена (на сторону противника).

Играющие не имеют права переходить за среднюю линию на поле противника. Игрок не считается осаленным, если он поймает мяч на лету, а также, если мяч попадет в него, отскочив от земли. Бегать с мячом и задерживать его в руках не разрешается. При нарушении правил мяч передается другой команде. Пленных можно выручать. Для этого надо перебросить мяч пленному (через поле противника) так, чтобы он поймал его, не переходя линию плена. Тот, кому это удастся, считается освобожденным и возвращается на свое место.

- *«Играй, играй мяч не теряй»*

Все дети располагаются на площадке и каждый играет с мячом по своему усмотрению. После сигнала воспитателя все должны как можно быстрее поднять мяч вверх. Опоздавшие получают штрафное очко. Игра повторяется.

Варианты. После сигнала воспитателя все игроки должны правильно держать мяч или принять стойку баскетболиста.

Перед игрой воспитатель называет движение с мячом, которые дети могут выполнять.

- *«10 передач»*

Дети становятся парами на расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. У каждой пары мяч. По сигналу дети начинают передавать мяч друг другу заданным способом, стараясь не уронить его на землю. Побеждает пара, быстрее сделавшая 10 передач без падения мяча.

Методические указания. Обращать внимание детей на то, что мяч необходимо ловить, не касаясь им груди, а бросать его партнеру на уровне груди.

- *«Обгони мяч»*

Играют 2 или 4 команды. Игроки каждой команды становятся по кругу и выбирают водящих, которые имеют мяч. После сигнала воспитателя водящие отдают мяч игроку, стоящему справа от них, а сами бегут влево, оббегают круг и становятся на свое место. Получившие мяч передают следующим справа и т. д. Когда первый возвращается на свое место, бежит следующий игрок. Игра продолжается до тех пор, пока все не обегут круг, а мяч не возвратится к водящему. Выигрывает команда, быстрее закончившая игру.

- *«Ловец с мячом».*

Дети с мячами свободно передвигаются по площадке, один из них водящий. Его цель, ведя мяч, задеть рукой кого-либо. Если ему это удастся, то тот кого он задел становится водящим, а водящий игроком.

Вначале роль водящего выполняет воспитатель, а в дальнейшем – ребенок, свободно управляющий мячом.

- *«Пять бросков»*

Дети располагаются на расстоянии 1,5-2 метра от корзины.

По сигналу воспитателя все дети бросают мячи в корзину. Побеждает тот, кто быстрее попадет 5 раз в корзину, указанным способом.

- *«Мяч капитану»*

Дети делятся на две команды. В каждой команде выбирается капитан, который становится в кружок, нарисованный в конце чужой площадке.

Дети бросают мяч своему капитану, а противники стараются перехватить мяч и передать его своему капитану. Мяч можно вести, передавать товарищу по игре, нельзя бежать с ним.

Приложение 3

Примерные конспекты занятий

Занятие №1

Задачи. Формировать умение действовать с мячом, научить быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание.

Пособия. Мячи резиновые по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

Первая часть.

1. Ходьба друг за другом с мячом в руках. Подбросить мяч вверх и поймать его 5-6 раз подряд.
2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. Учить следить за мячом при броске, ловить ладонями. Повторить 8-10 раз.
3. Катание мяча, наклонившись, обеими руками. Упражнение выполняют все дети одновременно 4-6 раз. Напомнить, что при катании следует смотреть вперед, догоняя мяч не мешать товарищу.

Вторая часть. Подвижная игра «Играй, играй мяч не теряй». Напомнить детям, какие можно выполнять движения с мячом. Объяснить, что после сигнала необходимо как можно быстрее поймать мяч и держать его свободно, обеими руками на уровне груди, пальцы широко расставлены. Повторить 5-6 раз.

Третья часть. Малоподвижная игра «Будь внимателен» (3-4 мин.). Дети становятся в кружок, в середине его ведущий – воспитатель. Он бросает мяч кому-либо из круга, применяя обманные действия, и тот должен поймать мяч. Не поймавший мяч получает штрафное очко. Напомнить детям, как надо принимать мяч.

Занятие №2.

Задачи. Учить ловле мяча, формировать навыки бросания мяча, способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости, учить дружно играть.

Пособия. Мячи резиновые по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

Первая часть.

1. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз.

Перед каждым броском воспитатель проверяет правильно ли дети взяли мяч, и напоминает, что мяч надо ловить амортизирующим движением.

2. Игра «10 передач». Повторить 2-3 раза. Обращать внимание на технику ловли мяча.

Вторая часть. Подвижная игра «Обгони мяч» (6-8 минут). Целесообразно первый раз организовать игру в медленном темпе, чтобы все поняли ее правильно, а затем проводить соревнования.

Третья часть. Произвольная игра детей с мячом на площадке. Каждый ребенок имеет мяч. Воспитатель следит, чтобы дети не толкались, играли дружно, поощряет и подсказывает. Помогает некоторым детям индивидуально.

Занятие №3.

Задачи. Учить детей ведению мяча на месте, упражнять в передаче-ловле мяча, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве, учить передачи мяча.

Пособие. Мячи резиновые по количеству детей, свисток.

Содержание и методика проведения.

Первая часть.

1. Ведение мяча на месте правой, левой рукой по 2 минуты. Объяснить детям, что мяч следует толкать рукой вниз, а не бить по нему, включая в работу кисть и предплечье. Пальцы широко расставить, вести мяч вперед и сбоку.
2. Ведение мяча вокруг себя правой, левой рукой по две минуты.
3. Ведение мяча на месте правой, левой рукой, меняя высоту отскока мяча, направления и скорость ведения.

Вторая часть.

1. Дети в парах передают мяч одной рукой от плеча на расстоянии 2,5-3 метра. Учителю сопровождать мяч то правой, то левой рукой (2 минуты).

2. Подвижная игра «За мячом». Следить, чтобы дети правильно передавали мяч, стремились точно бросать его партнеру по игре (8 минут).

Третья часть. Дети становятся за линию в пять колонн, в двух-трех метрах от которой находятся 5 обручей. Они поочередно бросают мячи в обручи, стараясь попасть в них, любым способом.

Приложение 4

Материалы диагностики навыков детей

Работа по обучению подвижным играм с элементами баскетбола начинается с оценки реального уровня готовности детей к овладению данным видом двигательной деятельности, т.е. с выявления уровня развития двигательных навыков на начальном этапе и заканчивается оценкой достигнутых результатов и определения уровня развития физических качеств.

Выявление уровня развития двигательных навыков на начальном этапе, оценка достигнутых результатов

Сроки проведения педагогической диагностики: сентябрь, май.

- Старшая группа

Методика 1

Цель: выявить умение детей действовать с мячом, реагировать на сигнал.

I часть. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»;

II часть. Игра «Поймай мяч»;

III часть. Игра «Сбей кеглю».

Методика 2

Цель: выявить умения детей вести мяч правой и левой рукой, меняя направление передвижения, а также проверить развитие ориентировки в пространстве, ловкости.

I часть. 1. Ведение мяча правой и левой рукой, свободно передвигаясь по площадке. 2. Ведение мяча с изменением направления передвижения.

II часть. Подвижная игра «Мотоциклисты».

III часть. Дети строятся в круг. В середине круга – мяч. Один ребенок, которого назначает взрослый, закрывает глаза, делает поворот кругом. Он должен, не глядя, пройти до мяча и попасть ногой (одним движением) в мяч.

Методика 3

Цель: проверить ведение мяча правой рукой и броски мяча в корзину.

Дети построены в 2 колонны, по 6 игроков в колонне напротив корзины, на расстоянии 10 м от них. Первые в колоннах ведут мячи ближе к корзинам, останавливаются и бросают в них мячи двумя руками от груди, ловят мячи, ведут обратно и передают следующим игрокам.

- Подготовительная группа
- 1. Челночный бег на 30м (ловкость).
- 2. Прыжки в высоту с места (количественные показатели, сила).
- 3. Броски мяча в корзину с расстояния 3м (лагомер, сила), высота кольца – 2м.

Список литературы

1. Адашкявичене, Э. Й. Баскетбол для дошкольников/ Э. Й. Адашкявичене . - М.: Просвещение,1983.
2. Гришин, В. Г. Игры с мячом и ракеткой/ В. Г. Гришин.- М.:Педагогика, 1975.

3. Зельдович, Т. А. Подготовка юных баскетболистов/ Т. А Зельдович, С. А. Кераминас. - М.: Физкультура и спорт, 1964.
4. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста/ А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева.- М.: Просвещение, 1980.
5. Осокина, Т. И. Физическая культура в детском саду/ Т. И. Осокина. - М.:Просвещение, 1978.
6. Осокина, Т. И. Игры и развлечения детей на воздухе/ Т. И. Осокина, Е. А. Тимофеева, Л. С. Фурмина.- М.: Просвещение, 1978.
7. Пензулаева, Л. И.Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет/ Л. И. Пензулаева.- М.:Просвещение, 1988.
8. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятием в школе/под ред. А. В. Кенемана. – М.: Просвещение, 1980