

Тема: «В гости к игрушкам» сентябрь (младшая группа).

Задачи	Ознакомить: с ходьбой и бегом в заданном направлении; с прыжками на двух ногах. Развивать умения: сохранять равновесие, ходить и бегать «стайкой», в колонне по одному; прокатывать мяч друг другу; ползать с опорой на ладоши и колени.				
Интеграция образовательных областей	Физическое развитие: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений. Социально-коммуникативное развитие: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры. Познавательное развитие: формировать навык ориентировки в пространстве. Речевое развитие: повторять за инструктором во время игры счёт, слова, четверостишия. Художественно-эстетическое развитие: музыкальное сопровождение				
1-я часть: вводная	Ходьба в прямом направлении, всей группой, в колонне по одному «Поезд», бег за инструктором «Бегите ко мне».				
ОРУ	б/п	б/п	С кубиком	б/п	
НОД №	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-я часть: Основные виды движений	1.Ходьба и бег между двумя параллельными линиями длина 2,5 м, ширина 25 см. 2.Ходьба и бег «по мостику».	1.Прыжки на двух ногах на месте. 2.Прыжки на двух ногах вокруг предмета (кубика).	1.Прокатывание мячей друг другу, и.п. - стоя на коленях. 2.Прыжки на двух ногах вокруг предмета. 3.Прокатывание мячей друг другу, и.п. – сидя, ноги врозь.	1.Ползание на четвереньках с опорой на колени и ладони. 2.Ходьба «змейкой» между предметами.	
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони мяч»	«Мой весёлый, звонкий мяч»	«Найди свой домик»	
3-я часть: Малоподвижные игры	Ходьба и бег «стайкой» за инструктором.	Ходьба за отличившимся ребёнком, в руках у которого большой мяч.	«Надуй шар» (дыхательные упражнения).	Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями.	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч двумя руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет по средством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками					

Тема: «Лесные друзья» октябрь (младшая группа).

Задачи	Развивать умения: ходить и бегать по кругу, держать равновесие при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; выполнять задания по сигналу; после прыжка приземляться на полусогнутые ноги. Формировать навык энергичного отталкивания мячей друг другу при прокатывании.			
Интеграция образовательных областей	«Физическое развитие»: приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений. Учить детей прокатыванию мяча в заданном направлении. «Социально-коммуникативное развитие»: проводить совместные игры; учить брать инвентарь и возвращать на место после использования. «Познавательное развитие»: формировать знания детей о лесных животных. «Речевое развитие»: выполнять упражнения под стихи, повторяя за инструктором. «Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.			
1-я часть: вводная	Ходьба и бег по сигналу, с остановкой и выполнением заданий («Лягушки», «Цапля», «Заяц»); по кругу по ориентирам; в колонне по одному. Ходьба на носочках.			
ОРУ	С мячом	б/п	С кубиком	б/п
НОД №	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Перепрыгивание через шнур, положенный на пол, с приземлением на полусогнутые ноги. 2.Прокатывание мяча в прямом направлении: двумя руками, энергично отталкивая; до ориентира.	1.Прокатывание мячей друг другу. 2.Ползание на четвереньках: - прямо (5м); - «змейкой» между предметами.	1.Ползание под дугу на четвереньках (высота 50 см.). 2.Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 20 см.)	1.Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 15 см.). 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд на расстояние 1,5м.
Подвижные игры	«Поезд»	«У медведя во бору»	«Бегите к флагжу»	«Мыши в кладовой»
3-я часть: Малоподвижные игры	«Угадай, кто кричит?»	Ходьба друг за другом колонной	«Угадай, чей голосок?»	Ходьба по массирующим коврикам.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменения направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.				

Тема: «Птичий двор» ноябрь (младшая группа)

Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы. Упражнять: в прыжках из обруча в обруч; прокатывании, бросании и ловле мяча; в равновесии на уменьшенной площади опоры.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать укреплять охранять здоровье детей, упражнять в прыжках; прокатывании, бросании и ловле мяча.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячом.</p> <p>«Познавательное развитие»: познакомить детей с поведением домашних животных.</p> <p>«Речевое развитие»: выполнять упражнения под стихи, повторяя за инструктором.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и физические упражнения под музыку.</p>			
1-я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал выполнять задание («Бабочки», «Лягушки», «Зайки»); в чередовании бег и ходьба; бег вразыпную.			
ОРУ	С кубиками	б/п	С флагами	б/п
НОД №	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 15 см.) 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд (расстояние 1,5-2 м.)	1.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча). 2.Прокатывание мячей в прямом направлении.	1.Ловить мяч и бросать его обратно друг другу или инструктору (расстояние 0.5м.). 2.Ползание на четвереньках в прямом направлении. Игровое задание «Кто быстрее?».	1.Ползание под дугу высотой 50 см. на четвереньках. 2.Ходьба между двумя линиями (ширина 20 см.),руки на поясе.
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Птичка и птенчики»	«Воробышки и кот»
3-я часть: малоподвижные игры	«Лошадки»	Ходьба обычным шагом и на носочках.	Ходьба в колонне по одному.	«Угадай кто кричит?»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умеет делиться с товарищем; имеет опыт оценки хороших и плохих поступков.				

Тема: «Заюшкина избушка» декабрь (младшая группа)

Задачи	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с использованием всей площадки; по кругу; между предметами, не задевая их. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча; подлезать под дугу и шнур, не задевая их.			
Интеграция образовательных областей	«Физическое развитие»: продолжать укреплять охранять здоровье детей, упражнять в прыжках; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; прокатывании, бросании и ловле мяча. «Социально-коммуникативное развитие»: постепенно вводить игры со сменой движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. Продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду. «Познавательное развитие»: дать представление о том, что игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение и укрепляют здоровье. «Речевое развитие»: выполнять упражнения под стихи, повторяя за инструктором. «Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и физические упражнения под музыку.			
1-я часть: вводная	Ходьба и бег врассыпную по кругу, между предметами; построение в шеренгу; ходьба и бег в чередовании; ходьба и бег в противоположные стороны.			
ОРУ	С кубиками	б/п	С обручами	б/п
НОД №	1-2	3-4	5-6	7-8
2-я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по скамейке (ширина-15 см.) 2.Прыжки из обруча в обруч. 3.Прыжки на двух ногах через шнуры (5-6 штук).	1.Прыжки со скамейки (мягко приземляться). Катание мячей в прямом направлении. 2.Прокатывание мячей друг другу из положения сидя ноги врозь.	1.Подлезание под дугу (высота 50 см). 2.Ходьба по ограниченной площасти: по скамейке, руки на поясе, руки свободно балансируют.	1.Ходьба по скамейке со спрыгиванием в конце. 2.Подлезание под шнур не касаясь руками пола. 3.Прыжки на двух ногах между кубиками.
Подвижные игры	«Зайка серенький...»	«Кролики в огороде»	«Зайцы и волк»	«Найди свой домик»
3-я часть: малоподвижные игры	«Тишина»	Ходьба в колонне по одному.	«Где спрятался зайка?»	Ходьба в колонне по одному. Дыхательные упражнения.
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.				

Тема: «Мороз – красный нос» январь (младшая группа)

Задачи	Формировать умения: мягко приземляться на полусогнутые ноги; сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Закреплять навык: в ходьбе и беге врассыпную, в прокатывании мяча вокруг предмета; в подлезании под дугу.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки. Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперёд, мягко приземляться на полусогнутые ноги, прокатывать мяч вокруг предмета.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений, играть с детьми, не мешая им.</p> <p>«Познавательное развитие»: познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Построение в шеренгу, ходьба врассыпную, построение в круг, ходьба и бег в чередовании по команде «стоп».			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. 2.Ходьба по гимнастической скамейке. 3.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. 4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1.Прокатывание мяча вокруг предмета в одну и другую сторону, подталкивая его рукой. 2.Прыжки со скамейки (высота-15см), движение рук свободно. 3.Подлезание под шнур (высота-40 см).	1.Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м). 2.Подлезание под дуги (высота-50 см). 3.Ходьба с перешагиванием через кубики.	1.Прыжки из обруча в обруч. 2.Ходьба по гимнастической скамейке. 3.Игровое упражнение «Добеги до кегли».
Подвижные игры	«Льдинки, ветер и мороз»	«Зайка серый умывается»	«Найди свой цвет»	«Стоп»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Подуй на снежинку»	Ходьба парами	Ходьба по сигналу, выполняя движения
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): Умеет бегать, сохранивая равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.				

Тема: «Зимние забавы» февраль (младшая группа)

Задачи	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания по сигналу; с перешагиванием через предметы .Развивать умение мягко приземляться после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении; перебрасывать мячи через шнур. Формировать навык в ползании на четвереньках; ходьбы с перешагиванием через предметы.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки. Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперёд , мягко приземляться на полусогнутые ноги. Прокатывать мячи друг другу, перебрасывать мяч через шнур двумя руками.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: поощрять игры, в которых развиваются навыки лазания, ползания; игры с мячами, развивающие ловкость движений, играть с детьми, не мешая им.</p> <p>«Познавательное развитие»: познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий; с перешагиванием через кубики; бег врассыпную; ходьба и бег по кругу, на носках.				
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б/п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба кубиками (4-5 шт.). 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. 3.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 4.Прокатывание мяча в прямом направлении двумя руками.	1.Прыжки со скамейки (20 см.). 2.Прокатывание мячей друг другу в положении сидя. 3.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками. 4.Подлезание под шнур, не задевая его и не касаясь пола руками.	1.Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. 2.Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками. 3.Ползание на четвереньках «как жучки» (3-4 м.). 4.Ползание по гимнастической скамейке.	1.Ходьба между кубиками, руки на пояс. 2.Ползание под дугой (4 м) 3.Ходьба с перешагиванием через предметы. 4.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд через шнуры.	
Подвижные игры	«Весёлые снежинки»	«Воробышки и кот»	«Найди свой цвет»	«У медведя во бору»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Упражнения на дыхание	«Палочка-стукалочка»	Ходьба по сигналу, выполняя движения	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, что надо жить дружно, помогать друг другу.					

Тема: «Мамины помощники» март (младшая группа)

Задачи	Формировать умение прыгать в длину с места; учить правильному хвату за рейку лестницы при лазаньи. Развивать навыки: ходить парами, бегать врассыпную, по кругу. Формировать ловкость при прокатывании мяча, при бросании мяча о землю и ловле его двумя руками. Совершенствовать умения: в ползании по гимнастической скамейке; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Учить энергично отталкивать мячи при катании, бросании, ловить мяч двумя руками.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления. Убирать после проведения занятий спортивный инвентарь.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжёлый) предметов; расположению их по отношению к ребёнку (далеко, близко, высоко).</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Построение в шеренгу, колонну по одному; перестроение в пары (с помощью воспитателя), ходьба парами; бег врассыпную; ходьба и бег по кругу (вправо и влево). Ходьба на носках; ходьба и бег в чередовании.			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	С флагами
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба с перешагиванием через кубики или через рейки лестницы, положенной на пол. 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнурсы. 3.Прыжки в длину с мячом в руках (расс.- 25 см). 4.Прокатывание мячей в прямом направлении.	1.Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке. 3.Ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени.	1. Ходьба с перешагиванием через шнурсы. 2. Подлезание под дугу. 3. Прокатывание мячей друг другу. 4. Ходьба по ребристой дорожке.	1.Ходьба по гимнастической скамейке руки на пояс (2-3 раза), руки за спиной (следить за осанкой). 2.Прыжки в длину с места. 3.Прыжки через «ручеек» (расстояние-30 см)
Подвижные игры	«Льдинки, ветер и мороз»	«Зайка серый умывается»	«Каравай»	«Кот и цыплята»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с движением рук.	«Найди куклу»	«Воздушный шар» (дыхание)	«Возьми флагок»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, что надо жить дружно, помогать друг другу. Имеет элементарные представления о ценности здоровья.				

Тема: «Солнышко и дождик» апрель (младшая группа)

Задачи	<p>Формировать умение приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками.</p> <p>Развивать навыки: в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ходьбе приставными шагами вперёд; в прыжках в длину с места; в бросании мяча о пол; в ходьбе и беге врассыпную; в колонне по одному; в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени.</p> <p>Формировать правильную осанку; умение перепрыгивать через шнур; ползать по скамейке на руках и ладонях.</p>			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: развивать активность детей в двигательной деятельности, постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движения, формировать уважительное отношение к окружающим. Убирать после проведения занятий спортивный инвентарь.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжёлый) предметов; расположению их по отношению к ребёнку (далеко, близко, высоко).</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	<p>Ходьба и бег с остановкой по сигналу; шеренга, осанка, равновесие; ходьба с высоким подниманием колен; бег врассыпную. Ходьба и бег по кругу. Ходьба с перешагиванием через шнур. Ходьба приставными шагами вперёд.</p>			
ОРУ	С мячом	б/п	С обручем	б/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	<p>1.Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>2.Бросание мяча и ловля его двумя руками.</p> <p>3.Прыжки в длину с места.</p> <p>4.Прокатывание мячей в прямом направлении.</p>	<p>1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>2.Ходьба по доске руки на пояс (следить за осанкой).</p> <p>3.Ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>2.Перепрыгивание через шнур (расстояние 30-40 см.).</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>4. Ходьба по ребристой дорожке.</p>	<p>1.Ходьба по гимнастической скамейке руки на пояс.</p> <p>2.Ходьба по ребристой дорожке.</p> <p>3.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через набивной мяч.</p>
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Карлики и великаны»	«Ровным кругом»	«Пастух и стадо»
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Пройди тихо»	«Где спрятался мышонок»	Ходьба в колонне по одному
<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх , интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами.</p>				

Тема: «Расцвели цветочки» май (младшая группа)

Задачи	Формировать умение: мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его. Упражняться в ходьбе и беге по кругу; переменным шагом; в перепрыгивании через шнур; в ходьбе и беге в врассыпную и нахождении своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладонях и коленях.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Знакомить детей с понятиями «здоровье и болезнь». Формировать представление о здоровом образе жизни.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления. Убирать после проведения занятий спортивный инвентарь. Приучать детей к вежливости, учить жить дружно, помогать друг другу.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжёлый) предметов; расположению их по отношению к ребёнку (далеко, близко, высоко).</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Учить понимать речь взрослых без наглядного сопровождения.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег по кругу; врассыпную; проверка осанки; ходьба и бег по сигналу; с выполнением заданий; ходьба с перешагиванием через шнурсы.			
ОРУ	С флагами	С мячом	б/п	б/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через шнурсы. 3. Игровые задания «вверх-вниз» - ходьба на горку – с горки; прыжки между кеглями. 4. Прокатывание мячей в прямом направлении.	1. Прыжки в длину с места (расстояние 15 см.). 2. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 3. Игровое задание «Найди свой домик» 4. Бросание мяча вдаль двумя руками, в корзину.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Перепрыгивание через шнурсы. 3. Прокатывание мячей друг другу. 4. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	1. Влезание на гимнастическую стенку. 2. Ходьба по ребристой дорожке. 3. Игровое задание: подлезание под дугой, не касаясь предметов, не касаясь руками пола.
Подвижные игры	«Собери цветочки»	«Огуречик, огуречик»	«Каравай»	«Найди свой цвет»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Угадай кто позвал»	Ходьба парами	«Наши белые цветы»
<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, может ползать на четвереньках, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательности, дружелюбие по отношению к окружающей природе.</p>				

Тема: «Весёлые детки» сентябрь (средняя группа)

Задачи	Формировать умения: в ходьбе и беге колонной; в энергичном отталкивании в прыжках; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; подпрыгивать вверх энергично; подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. Закрепить навык прокатывания мяча в прямом направлении; подлезания под шнур, дугу.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать правильную осанку, формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду, помогать друг другу, умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.</p> <p>«Познавательное развитие»: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	6/п	С мячом	6/п	6/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (дл.-3м, ш.-15 см). 2.Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3.Ходьба и бег между двумя линиями (ш.-10 см). 4.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд до предмета.	1.Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2.Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3.Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. 4.Прыжки на двух ногах между кеглями.	1.Прокатывание мячей друг другу двумя руками, стоя на коленях. 2.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4.Подлезание под дугу поточно, двумя колоннами.	1.Ползание под шнур, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по гимнастической скамейке (выс. 15 см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 3.Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах.
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	Ходьба с заданиями для рук	«Пойдём в гости»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд», «назад», «вверх», «вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице.				

Тема: «Здравствуй, осень золотая!» октябрь (средняя группа).

Задачи	Формировать навык: сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; находить своё место при ходьбе и беге; развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через предметы. Упражнять: в энергичном отталкивании при прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления; в ходьбе с изменением направления, в прыжках на двух ногах.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку, развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, рассказывать о пользе утренней гимнастики, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей; учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр, убирать его после занятий.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через кубики и прокатывании мячей друг другу.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть. 2.Прыжки на двух ногах до предмета. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4.Прыжки на двух ногах через шнуры (5 шт.).	1.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2.Прокатывание мяча друг другу, стоя на коленях. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	1.Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2.Подлезание под дуги. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 3.Прыжки на двух ногах между набивными мячами,ложенными в две линии.	1.Подлезание под шнур с мячом в руках. 2.Прокатывание мяча по дорожке. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 4.Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка»	«Мы весёлые ребята»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному
<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе; выразительно и пластично выполняет движения игры «Кот и мыши» и танцевальные движения.</p>				

Тема: «В гости к игрушкам» ноябрь (средняя группа).

Задачи	Формировать навык: ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; бросания мяча о пол и ловли его двумя руками; прыжков на двух ногах; перебрасывания мяча друг другу; ползания на животе по скамейке; удержания устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Закреплять умения: ходьбы и бега между предметами, не задевая их; следить за правильной осанкой.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать правильную осанку, закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд-назад, вверх-вниз.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, ходьба с поворотами на углах, бег с изменением направления движения, бег врассыпную с нахождением своего места в колонне.			
ОРУ	б/п	б/п	б/п	С обручем
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Прыжки на двух ногах через шнуры. 2.Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расст. 1.5 м). 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд, перепрыгивая через шнуры. 4.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расст. 2 м).	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2.Ползание по гимн. скамейке на животе подтягиваясь руками, хват с боков. 3.Прыжки на двух ногах до кубика (расст. 3 м).	1.Ходьба по шнуре (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2.Прыжки через бруски. 3.Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию.	1.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 2.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу. 3.Игра-эстафета «Переправиться через болото». 4.Игровое задание «Сбей кеглю».
Подвижные игры	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«Совушка»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями	«Найдём цыплёнка»	Ходьба в колонне по одному	«Пойдём в гости»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд», «назад», «кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.				

Тема: «Зимние забавы» декабрь (средняя группа)

Задачи	Формировать навык: перестраиваться в пары на месте, мягко приземляться при спрыгивании. Закреплять навык: прокатывать мяч; развивать глазомер при ловле мяча; в ползании на четвереньках на повышенной опоре; находить своё место в колонне; выполнять правильный хват при ползании по скамейке. Закреплять умение: прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, через предметы; соблюдать дистанцию во время передвижения.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать правильную осанку, учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд; учить прокатывать и перебрасывать мячи друг другу.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.</p> <p>«Познавательное развитие»: формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Прыжки со скамейки (20 см.). 2.Прокатывание мячей между предметами. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.	1.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе. 2.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть, встать и пройти дальше. 3.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом. 2.Перепрыгивание через кубики на двух ногах. 3.Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах. 4.Спрятывание с гимнастической скамейки.
Подвижные игры	«Два мороза»	«Котята и щенята»	«Птичка и птенчики»	«Льдинки, ветер и мороз»
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Где спрятано»	Ходьба обычным шагом и на носочках (в чередовании).	Ходьба в колонне по одному.	«Не боюсь»
<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): умеет перестраиваться в пары на месте, прокатывать мяч в нужном направлении; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков с гимнастической скамейки и из обруча в обруч, ориентируется в пространстве при перестроениях и при смене направления движения; проявляет инициативу в оказании помощи детям и взрослым.</p>				

Тема: «Непоседы» январь (средняя группа)

Задачи	Формировать умения: в ходьбе и беге между предметами; отбивать мяч о пол; в ползании по скамейке на четвереньках; в ходьбе с высоким подниманием колен; соблюдать дистанцию во время передвижения; в ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на середине. Закреплять умения подлезать под шнур; действовать по сигналу; перешагивать через препятствия.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать правильную осанку, учить отбивать мяч о пол правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать умения владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей; учит правильно раскладывать предметы для выполнения заданий.</p> <p>«Познавательное развитие»: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках; бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу, с выполнением заданий.			
ОРУ	С мячом	б/п	б/п	С обручем
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками. 2.Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната. 3.Ходьба на носках между кеглями, поставленными в ряд. 4.Перебрасывание мячей друг другу (две руки снизу).	1.Отбивание мяча о пол (10-12 раз). 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 3.Прыжки на двух ногах вдоль шнуря, перепрыгивая через него слева и справа (2-3 раза).	1.Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2.Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, встать и пройти дальше, спрыгнуть.	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть. 2.Перепрыгивание через кубики на двух ногах. 3.Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (две руки снизу).
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Найди свой цвет»
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Танцевальные движения	«Где спрятано»	«Кто позвал»
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; умеет рассказать о пользе физических упражнений; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.				

Тема: «Мой друг мяч» февраль (средняя группа)

Задачи	Развивать умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий. Учить ловить мяч двумя руками, ходить и бегать по кругу с изменением направления; перепрыгивать через шнурь. Закрепить упражнения в равновесии, навык подлезания на четвереньках, упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать правильную осанку; учить прокатывать, перебрасывать и ловить мяч, закреплять умение в прыжках на двух ногах, учить метать мешочки в вертикальную цель.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр, формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному; с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки, ходьба и бег между мячами, бег вразсыпную с остановкой.				
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б/п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2.Прокатывание мяча между предметами. 3.Прыжки через шнурь (6-7 шт.). 4.Ходьба по гимнастической скамейке со спрыгиванием.	1.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2.Метание мешочек в верт. цель правой и левой рукой (5-6 раз). 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 4.Прыжки на двух ногах между кубиками.	1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3.Прыжки на правой и левой ноге до кубика.	1.Ходьба и бег по гимнастической скамейке. 2.Игровое задание «Перепрыгни через ручеёк». 3.Игровое задание «Пробеги по мостику». 4.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	
Подвижные игры	«Мой весёлый звонкий мяч»	«Воробышки и автомобиль»	«Обезьянки» - на ориентировку	«Кролики в огороде»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	Ходьба с хлопком на счёт «три»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба на месте с передвиж. вправо, влево, вперёд, назад.	«Найди и промолчи»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по гимнастической скамейке, перепрыгивая через шнурь; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры.					

Тема: «Быстрые и ловкие» март (средняя группа)

Задачи	<p>Формировать умения: занимать и.п. при прыжках в длину с места, лазать по гимнастической лестнице. Развивать навык: в бросании через сетку, в ходьбе и беге по кругу, с выполнением задания, в прокатывании мяча вокруг предметов, в ползании на животе по скамейке, в перешагивании через предметы.</p> <p>Формировать сознательное отношение к правилам игры.</p>			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей, правильно раскладывать предметы для выполнения заданий и убирать спортивный инвентарь после проведения занятий.</p> <p>«Познавательное развитие»: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.</p> <p>«Речевое развитие»: формировать словарь, поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег парами, по кругу, с выполнением заданий по сигналу, ходьба на носках, пятках, подскоком, врассыпную.			
ОРУ	С обручем	С мячом	б\п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места. 2. Переbrasывание мешочеков через шнур. 3. Переbrasывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2 метра) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя ноги врозь).	1.Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (расст .1 м.) 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3.Прокатывание мячей между предметами. 4.Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.	1.Перешагивание через предметы (6-8 шт.) 2.Пролезание в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках руки в стороны. 4. Прыжки на двух ногах через шнур. 5.Лазание по гимнастической стенке с продвижением влево, спуск вниз.	1.Ходьба бег по гимнастической скамейке. 2.Перешагивание через набивные мячи. 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс, на середине перешагнуть через набивной мяч. 4.Прыжки на двух ногах через кубики.
Подвижные игры	«Бездомный заяц»	«Котята и щенята»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Эхо»	Ходьба в колонне по одному	«Найди зайца»	«Возьми флагок»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию инструктора: «далеко», «близко», «вперёд», «назад»; планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы», «Наседка и цыплята». Проявляет интерес к различным движениям в занятиях физической культурой.

Тема: «Космонавты» апрель (средняя группа)

Задачи	Формировать умение: энергично отталкиваться в прыжках в длину с места, выполнять замах при метании мешочеков вдаль; соблюдать дистанцию во время передвижения и построения; принимать правильное положение при прыжках в длину с места; в метании в горизонтальную цель; сохранять равновесие на повышенной опоре; выполнять команды «направо», «налево», «кругом». Закреплять навык в ходьбе и беге со сменой ведущего; в перебрасывании мяча друг другу.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовать игры со всеми детьми, учить правилам добрых взаимоотношений. Формировать ответственное отношение к порученному заданию. Знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Убирать после проведения занятий спортивный инвентарь.</p> <p>«Познавательное развитие»: продолжать учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжёлый) предметов; расположению их по отношению к ребёнку (далеко, близко, высоко).</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Пополнять и активизировать словарный запас детей.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Повороты направо, налево, кругом переступанием. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, врассыпную, с изменением направления, с остановкой по сигналу с заданием, перестроение в пары. Ходьба и бег врассыпную между предметами, не задевая их.			
ОРУ	б/п	С обручем	б/п	С мячом
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Прыжки в длину с места (фронтально). 2.Бросание мешочеков в горизонтальную цель (3-4 раза) поточко. 3.Метание мячей в вертикальную цель. 4.Отбивание мяча о пол одной рукой (поочерёдно).	1.Метание мешочка вдаль. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3.Прыжки на двух ногах – до кегли – между предметами, поставленными в один ряд.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Лазание по гимнастической стенке. 4. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом (на середине присесть).	1.Прыжки в длину с места. 2.Ходьба по ребристой дорожке. 3.Перебрасывание мяча друг другу 4.Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками.
Подвижные игры	«Совушка»	«Космонавты»	«Птички и кошки»	Ритмические упражнения под музыку

3-Я часть: Малоподвижные игры	«Товарищи космонавты» - на внимание	«Стоп»	«Угадай по голосу»	Ходьба по сигналу, выполняя движение
-------------------------------------	---	--------	--------------------	---

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «далъше», «ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо», «налево», «кругом»; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз.

Тема: «Зелёный огонёк» май (средняя группа)

Задачи	Формировать умение: бегать и ходить со сменой ведущего, лазать по гимнастической стенке. Закреплять навык: прыгать в длину с места, перебрасывать мяч друг другу, метать правой и левой рукой вдаль в вертикальную цель, ползать по гимнастической скамейке на животе, прыгать через скакалку.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку, формировать желание вести здоровый образ жизни. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость. Развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские отношения со сверстниками.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: развивать активность детей в двигательной деятельности, организовать игры со всеми детьми. Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом. Формировать ответственное отношение к порученному заданию. Знакомить с правилами безопасного поведения во время игр. Рассказывать о ситуациях опасных для жизни. Убирать после проведения занятий спортивный инвентарь.</p> <p>«Познавательное развитие»: продолжать учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжёлый) предметов; расположению их по отношению к ребёнку (далеко, близко, высоко). Продолжать развивать умение сравнивать и группировать предметы по признакам.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Пополнять и активизировать словарный запас детей. Запоминать небольшие и простые по содержанию считалки.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба в полуприседе; ходьба и бег со сменой ведущего, между предметами, высоко поднимая колени.			
ОРУ	С обручем	С кубиками	С гимн. палкой	б/п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Прыжки через скакалку на месте. 2.Перебрасывание мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах (2-3 м.). 3.Метание мешочков правой и левой рукой вдаль.	1.Метание мешочка в вертикальную цель правой и левой рукой. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3.Прыжки через скакалку. Игра «Удочка».	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.	1.Прыжки на двух ногах через шнуры. 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом. Игровое задание «Один - двое». 3.Перебрасывание мяча друг другу – двумя руками снизу –ловля после отскока.
Подвижные игры	«Удочка»	«Зайцы и волк»	«Поезд»	«Светофор»
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Угадай чей голосок»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найди Мишу»

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта до пяти, соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.

Тема: «Осень к нам пришла» сентябрь (старшая группа)

Задачи	Формировать умения: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя от пола, подбрасывать мяч вверх, ходить с изменением темпа, пролезать в обруч, не задевая края. Закреплять навык: ходьбы и бега в колонне по одному, врассыпную, перебрасывать мяч друг другу, подбрасывать мяч двумя руками вверх, ходить с высоким подниманием колен. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуре, в прыжках с продвиж. вперёд.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; умение осознано выполнять движения. Закреплять умение в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, мягким приземлении; перебрасывании мячей друг другу и ловля его; в ходьбе и перешагивании через предметы.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр, обсуждать пользу соблюдения режима дня, учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в спорт.зале.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег в колонне, на носках, пятках, врассыпную, между предметами, бег до одной минуты, с высоким подниманием колен, проверка осанки.			
ОРУ	б/п	С палкой	б/п	С мячом
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, «змейкой» между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после отскока мяча от пола ловля и подбрасывание вверх двумя руками (не прижимая к груди).	1.Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета». 2.Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 4.Ходьба по канату боком прист. шагом, руки на поясе, с мешочком на голове. 5.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	1.Пролезание в обруч боком, прямо. 2.Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4.Прыжки и ходьба с мешочком, зажатым между коленями – «Пингвин».	Игровые задания: «Быстро в колонну»; «Пингвин»; «Не промахнись». «По мостику» «Мяч о стенку» Подвижные игры: «Проползи не задень»; «Найди свой цвет»; «Найди свою пару»; «Передача мяча над головой» «Мяч ведущему».
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Удочка»	«Мы весёлые ребята»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«У кого мяч»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий для рук	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений под музыку				

Тема: «Весёлые старты»

октябрь (старшая группа)

Задачи	Формировать умения: перестраиваться в колонну по два, ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Выполнять поворот во время ходьбы по сигналу, поворот вовремя ходьбы и бега в колонне по два (парами). Закреплять умения: бегать до 1 минуты, перешагивать через шнурсы и метать мяч в цель, пролезать в обруч боком, перебрасывать мяч друг другу, переползать через препятствие. Развивать умение сохранять равновесие в прыжках, в ходьбе по скамейке с выполнением заданий.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; умение осознано выполнять движения. Закреплять умение в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, мягким приземлении; перебрасывании мячей друг другу и ловля его; в ползании и перелезании через препятствия, учить метанию в горизонтальную цель.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений, формировать навыки безопасного поведения во время проведения занятий и игр, учить постоянно убирать на своё место спортивный инвентарь.</p> <p>«Познавательное развитие»: дать понятие играм-эстафетам и их значение в формировании спортивного характера.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег вразсыпную, бег до 1 минуты, с перешагиванием через бруски, ходьба на носках, пятках, на внеш. стор. стопы.			
ОРУ	С мячом	6\п	6/п	6\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнурсы, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке на середине присесть.	1.Ходьба и спрыгивание с гимн.скамейки на полусогнутые ноги. 2.Переползание через препятствия. 3.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4.Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола.	1. Пролезание в обруч боком, прямо. 2.Переползание через препятствие. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, повернуться кругом и перешагнуть через мяч.	Игровые задания: «Попади в корзину»; «Проползи, не задень»; «Не упади в ручеёк». Подвижные игры: «Ловишки»; «Мы весёлые ребята»; «Удочка»; «Посадка картофеля» «Затейники».
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Удочка»	«Гуси-гуси...»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Эхо»	«Летает – не летает»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки со скамейки, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча в цель); постоянно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой, соблюдает порядок в своём шкафу); проявляет спортивный характер и активен при участии в играх-эстафетах, выражает положительные эмоции и желание выполнять упражнения с мячом.				

Тема: «В городе Здоровячков» ноябрь (старшая группа)

Задачи	Формировать умения: перекладывать мяч из одной руки в другую, прыгать на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперёд. Закреплять навыки: ходьбы с высоким подниманием колен; с остановкой на сигнал, бега врассыпную, перебрасывания мяча, ползания по скамейке на животе, ведения мяча между предметами, пролезания через обручи. Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; умение осознано выполнять движения. Закреплять умение в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, мягким приземлении; перебрасывании мячей друг другу и ловля его; в ходьбе и ползании по гимнастической скамейке.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий.</p> <p>«Познавательное развитие»: ориентировать в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (направо, налево).</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Перестроение в шеренгу, в колонну, повороты налево, направо, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два, ходьба и бег в чередовании.			
ОРУ	б\п	С палкой	б\п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую: перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами.	1.Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2. Ведение мяча с продвижением вперёд. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени.	1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимн.скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Игра «Волейбол» двумя мячами.	Игровые задания: «Брось и поймай»; «Высоко и далеко»; «Ловкие ребята»(прыжки через препятствия). Подвижные игры: «Больная птица»; «Мяч ведущему»; «Найди свою пару»; Передача мяча над головой; «Мяч ведущему». «Кто скорее до флагка» (ползание по скамейке).
Подвижные игры	«Пожарные на учениях»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	«Летает – не летает»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): знает о пользе физических упражнений, владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, в колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, ведение мяча, ползании по гимнастической скамейке); проявляет активность при участии в подвижных играх, ловкость и координацию движений в выполнении простейших танцевальных движений, умеет сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, проявляет желание заниматься физкультурой.				

Тема: «Верные друзья» декабрь (старшая группа)

Задачи	Формировать умения: ходить по гимнастической скамейке ,прыгать с ноги на ногу с продвижением вперёд , лазать по гимнастической стенке. Закреплять навык бегать в колонне по одному с сохранением дистанции, прыгать на двух ногах с преодолением препятствий, ползать на четвереньках между кеглями, подбрасывать и ловить мяч, бегать врассыпную и по кругу с изменением направления. Воспитывать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваясь; учить лазать по гимнастической стенке разными способами; перебрасывать мячи двумя руками; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, желание заниматься физкультурой.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий, формировать дружеские отношения.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через предметы.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону. Ходьба в полуприседе, широким шагом.				
ОРУ	б\п	С мячом	б\п	б\п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Перешагивание через кубики, мячи, слева и справа от них. 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами.	1.Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2.Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места. 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	1. Лазание по гимнастической стенке разными способами, не пропуская реек. 2. Ходьба по гимн.скамейке боком с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Ползание по гимн.скамейке с мешочком на спине. 4.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу.	Игровые упражнения: Перепрыгивания между препятствиями. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях. «Ловкие обезьянки» «Догони пару» Бросание мяча о стену. Подвижные игры: «Пятнашки»; «Удочка»; «Хитрая лиса»; Передача мяча над головой; Перебежки, «Пробеги, не задень».	
Подвижные игры	«Кто скорей до флагжа»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»		
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«Летает – не летает»	«Эхо»		
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): умеет сопереживать друзьям и радоваться за успехи других детей, владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты налево, направо, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную; проявляет активность при участии в подвижных играх, выражает положительные эмоции при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.					

Тема: «В гости к дедушке Морозу» январь (старшая группа)

Задачи	Формировать умение лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт. Закреплять умения: ходить и бегать между предметами, прыгать с ноги на ногу, забрасывать мяч в корзину, ползать на четвереньках, подталкивая мяч головой, пролезать в обруч, вести мяч в прямом направлении, ходить с мешочком на голове. Развивать устойчивое равновесие при выполнении упражнений.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваясь; учить лазать по гимнастической стенке разными способами; перебрасывать мячи двумя руками; забрасывать мяч в корзину; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, желание заниматься физкультурой.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий, формировать дружеские отношения.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через предметы.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания, занятий физической культурой и прогулок.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег между кубиками, по кругу, держась за шнур, ходьба с выполнением заданий, бег врассыпную, с выполнением заданий, в чередовании, остановка по сигналу.				
ОРУ	6\п	6\п	С обручем	б\п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки на левой и правой ноге между кубиками. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в шеренгах.	1.Прыжки в длину с места. 2.Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3.Бросание мяча вверх двумя руками снизу друг другу ,от груди. 4.Пролезание в обруч боком. 5.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны	1. Лазание по гимнастической стенке одноимённым способом. 2. Ходьба по гимн.скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур – ноги врозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо.	Игровые упражнения: Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч о пол. «Мой весёлый, звонкий мяч». Точный бросок. «Догони пару» Бросание мяча о стену. Подвижные игры: «Мышеловка»; «Мяч водящему»; «Не оставайся на полу»; «Горелки». «Найди свой цвет»	
Подвижные игры	«Два мороза»	«Льдинки, ветер и мороз»	«Хитрая лиса»		
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Съедобное – не съедобное»	Зима (мороз – стоять, выюга – бег, снег – кружиться)		
<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей):знает о пользе режима дня и влиянии его на здоровье человека, владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, метание); сформированы основные гигиенические навыки, проявляет активность при участии в подвижных играх, выполняет простейшие танцевальные движения во время ритмической гимнастики под музыку, проявляет смелость, находчивость, взаимовыручку во время выполнения физических упражнений.</p>					

Тема: «Моё тело» февраль (старшая группа)

Задачи	Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, метать мяч в вертикальную цель, лазать по гимнастической стенке. Закрепить навыки: перепрыгивания через бруски, забрасывания мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при выполнении прыжка в длину с места, подлезания под дугу, отбивания мяча о пол.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваясь; учить лазать по гимнастической стенке разными способами; метать мешочки в вертикальную цель; перебрасывать мячи двумя руками; забрасывать мяч в корзину; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, желание заниматься физкультурой.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий, формировать дружеские отношения.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить части тела, развивать способность применять знания о своём теле в играх и упражнениях, определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди – сзади, вверху – внизу.</p> <p>«Речевое развитие»: проговаривать части тела, действия и названия упражнений в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег вразыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, ходьба с выполнением заданий на внимательность.			
ОРУ	С мячом	б\п	б\п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке и спрыгивание с мягким приземлением. 2. Перепрыгивание через предметы толчком обеих ног прямо, правым и левым боком. 3. Забрасывание мяча в баскет. кольцо двумя руками из-за головы, от груди, сведением мяча правой и левой рукой.	1.Метание мешочеков в вертикальную цель правой и левой рукой. 2.Подлезание под дуги и перешагивание через предметы. 3.Прыжки на двух ногах через косички. 4.Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. 5.Прыжки в длину с места.	1. Лазание одним и разными способами по гимн.стенке. 2. Ходьба по гимн.скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами 4. Подбрасывание мяча и ловля его пр. и лев.рукой.	Игровые упражнения: «Проползи – не урони». Ползание на четвереньках между кеглями. «Дни недели»; «Покажи цель». Подвижные игры: «Прыгни - присядь»; «Ловкая пара»; «Не оставайся на полу»; «С кочки на кочку»; «Найди свой цвет»; «Мяч через обруч».
Подвижные игры	«Космонавты»	«Поймай палку»	«Бег по расчёту»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Путанка» (на знание частей тела).	«Угадай что изменилось»	Зима (мороз – стоять, выюга – бег, снег – кружиться)	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): знает части тела доступные возрасту, владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.				

Тема: «Мама, папа, я – спортивная семья» март (старшая группа)

Задачи	Формировать умения: ходить по канату с мешочком на голове, прыгать в высоту с разбега. Закреплять навыки: ходить в колонне по одному с поворотом в другую сторону по сигналу, прыгать из обруча в обруч, перебрасывать мяч друг другу, метать в цель, ходить и бегать между предметами, ползать на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, перестраиваться в пары и обратно в колонну.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время проведения физических упражнений, создавать педагогическую ситуацию при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбия, любовь к родителям). Убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении образовательной деятельности по физ-ре.</p> <p>«Познавательное развитие»: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег в чередовании; врассыпную; строевые упражнения; ходьба и бег «змейкой», через набивные мячи, с изменением направления движения, бег до 3 минут.			
ОРУ	б/п	С палкой	б/п	С мячом
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи. 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками после хлопка. 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	1.Прыжки в высоту с разбега(выс. 30 см.). 2.Метание в вертикальную цель левой и правой руками. 3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ползание по скамейке по - медвежьи.	1. Ходьба по гимн.скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше. 2. Прыжки пр. и лев.боком через шнур, из обруча в обруч на одной и двух ногах. 3. Метание мешочеков в горизонтальную цель. 4. Подлезание под дугу (подряд 4-5 шт.), не касаясь руками пола.	Игровые задания: «Кто выше прыгнет?»; «Кто точно бросит?»; «Не урони мешочек».Подвижные игры: «Больная птица»; «Переправься по кочкам»; «Удочка»; Передача мяча над головой; «Мяч ведущему».
Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Медведь и пчёлы»	«Не оставайся на полу»	

3-Я часть: Малоподвижные игры	Эстафета « Мяч ведущему»	Ходьба в колонне по одному	« Угадай по голосу»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроения в две, три колонны, прыжки из обруча в обруч, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, перебрасывание мячей, метание в горизонтальную цель), умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, перепрыгивать через шнурсы и набивные мячи; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищем и соблюдать правила подвижной или спортивной игры.				

Тема: «Школа юных спортсменов» апрель (старшая группа)

Задачи	Формировать умения: прыгать с короткой скакалкой, бегать на скорость. Развивать навык: ходить по гимнастической скамейке с заданиями, прыгать на двух ногах через предметы, метать в вертикальную цель, ходить и бегать между предметами, прокатывать обруч, сохранять равновесие в прыжках. Закреплять навык: и. п. при метании в вертикальную цель, лазанья по гимнастической стенке одноимённым способом.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; учить метанию в вертикальную цель правой и левой руками, прокатывать обруч, лазать по гимнастической стенке.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды, учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель; расширять представление о правилах поведения в общественных местах; об обязанностях в группе детского сада, дома.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры и набивные мячи, бег до одной минуты в среднем темпе, ходьба и бег между препятствиями.				
ОРУ	б/п	б\п	б/п	б\п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скамейке с поворотом на середине кругом. 2. Прыжки из обруча в обруч, на двух ногах правым и левым боком. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 4. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками после отскока от пола.	1.Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперёд. 2.Прокатывание обруча друг другу. 3. Пролезание в обруч. 4. Ползание по-медвежьи. 5.Метание мешочеков в вертикальную цель.	1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом. 2.Прыжки через скакалку. 3. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнуры справа и слева, продвигаясь вперёд.	Игровые задания: «Сбей кеглю»; «Пробеги – не задень»; «Догони обруч»; «Догони мяч». Подвижные игры: «Хитрая лиса»; «Медведь и пчёлы»; «Мяч в кругу». Эстафеты: Передача мяча над головой; «Метко в цель».	
Подвижные игры	«Медведь и пчёлы»	«Удочка»	«Горелки»		
3-Я часть: Малоподвижные игры	« Сделай фигуру»	«Стоп»	« Кто ушёл»		

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей):соблюдает правила безопасности при выполнении ходьбы по гимнастической скамейке; умеет прокатывать обруч по заданию инструктора, ориентироваться в пространстве относительно предметов «далеко», «близко», «спереди», «сзади», планировать последовательность действий и распределять роли в играх «Хитрая лиса», «Медведь и пчёлы», соблюдает правила безопасности во время метания мешочка, проявляет смелость, находчивость, взаимовыручку во время проведения спортивных игр и физических упражнений.

Тема: «Мой друг светофор» май (старшая группа)

Задачи	Формировать навык прыгать в длину с разбега. Закрепить навык: ходьбы и бега парами с поворотом в другую сторону, перешагивания через набивные мячи, прыжков на двух ногах, перебрасывания мяча друг другу, лазания по-медвежьи, бросания мяча о пол одной рукой, ловля двумя, ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, бросания мяча в баскетбольное кольцо. Воспитывать: активность у детей в двигательной деятельности, умение организовывать игры со всеми детьми.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Учить спортивным играм и упражнениям.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды, учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель; формировать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p>«Познавательное развитие»: ознакомить детей с элементарными правилами дорожного движения, учить детей их соблюдать.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег между предметами, врассыпную между предметами, бег и ходьба парами с поворотом на сигнал в другую сторону.			
ОРУ	б\п	С обручем	С мячом	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимн.скамейке, перешагивая через набивные мячи прямо, на каждый шаг.</p> <p>2. Прыжки с продвижением вперёд, с ноги на ногу, на двух ногах.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола.</p>	<p>1.Прыжки в длину с разбега.</p> <p>2.Ползание по-медвежьи.</p> <p>3. Подлезание под дугу.</p> <p>4. Перебрасывание мяча друг другу от груди.</p> <p>5.Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол).</p>	<p>1.Ходьба по гимн.скамейке, ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками.</p> <p>2.Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>3. Ходьба по гимн.скамейке с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>4. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями.</p>	<p>Игровые задания: «Проведи мяч»; Пас друг другу. «Догони обруч»; «Забрось в кольцо». Подвижные игры: «Светофор»; «Третий лишний». Эстафеты: «Посадка овощей»; «Горные спасатели»; «Перемени</p>
Подвижные игры	«Караси и щука»	«Найди пару»	«Лодочки и пассажиры»	

3-Я часть: Малоподвижные игры	« Что изменилось?»	«Найди свой цвет»	« Тише едешь – да́льше будешь»	предмет».
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазанье по гимнастической стенке, прыжки через скакалку, прыжки в длину с разбега, ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи), старается избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, знает и умеет соблюдать правила дорожного движения, соблюдает дистанцию при построении и движении по площадке, выполняет команды «направо», «налево», «кругом»; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз в соответствии с музыкой.				

Тема: «Во саду ли в огороде» сентябрь (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умения: сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя от пола, подбрасывать мяч вверх, ходить с изменением темпа, пролезать в обруч, не задевая края. Закреплять навык: ходьбы и бега в колонне по одному, врассыпную, перебрасывать мяч друг другу, подбрасывать мяч двумя руками вверх, ходить с высоким подниманием колен. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвиж. вперёд.			
Интеграция образовательных областей:	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; умение осознано выполнять движения. Закреплять умение в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, мягким приземлении; перебрасывании мячей друг другу и ловля его; в ходьбе и перешагивании через предметы.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр, обсуждать пользу соблюдения режима дня, учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в спорт.зале.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег в колонне, на носках, пятках, врассыпную, между предметами, бег до одной минуты, с высоким подниманием колен, проверка осанки.			
ОРУ	б/п	С палкой	б/п	С мячом
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, «змейкой» между предметами. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после отскока мяча от пола ловля и подбрасывание вверх двумя руками (не прижимая к груди).	1.Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета». 2.Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 4.Ходьба по канату боком прист. шагом, руки на поясе, с мешочком на голове. 5.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	1. Пролезание в обруч боком, прямо. 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки и ходьба с мешочком, зажатым между коленями – «Пингвин».	Игровые задания: «Быстро в колонну»; «Пингвин»; «Не промахнись»; «По мостику» «Мяч о стенку» Подвижные игры: «Проползи не задень»; «Найди свой цвет»; «Найди свою пару»; «Передача мяча над головой» «Мяч ведущему».
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Удочка»	«Мы весёлые ребята»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«У кого мяч»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий для рук	
<p>Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений под музыку</p>				

Тема: «Если хочешь быть здоров...» октябрь (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умения: перестраиваться в колонну по два, ходить по гимнастической скамейке приставным шагом. Выполнять поворот во время ходьбы по сигналу, поворот вовремя ходьбы и бега в колонне по два (парами). Закреплять умения: бегать до 1 минуты, перешагивать через шнурсы и метать мяч в цель, пролезать в обруч боком, перебрасывать мяч друг другу, переползать через препятствие. Развивать умение сохранять равновесие в прыжках, в ходьбе по скамейке с выполнением заданий.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; умение осознано выполнять движения. Закреплять умение в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, мягким приземлении; перебрасывании мячей друг другу и ловля его; в ползании и перелезании через препятствия, учить метанию в горизонтальную цель.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений, формировать навыки безопасного поведения во время проведения занятий и игр, учить постоянно убирать на своё место спортивный инвентарь.</p> <p>«Познавательное развитие»: дать понятие играм-эстафетам и их значение в формировании спортивного характера.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег вразыпную, бег до 1 минуты, с перешагиванием через бруски, ходьба на носках, пятках, на внеш. стор. стопы.			
ОРУ	С мячом	б\п	б/п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнурсы, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке на середине присесть.	1.Ходьба и спрыгивание с гимн.скамейки на полусогнутые ноги. 2.Переползание через препятствия. 3.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4.Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола.	1. Пролезание в обруч боком, прямо. 2.Переползание через препятствие. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, повернуться кругом и перешагнуть через мяч.	Игровые задания: «Попади в корзину»; «Проползи, не задень»; «Не упади в ручеёк». Подвижные игры: «Ловишки»; «Мы весёлые ребята»; «Удочка»; «Посадка картофеля» «Затейники».
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Удочка»	«Гуси-гуси...»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Эхо»	«Летает – не летает»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки со скамейки, ползание на четвереньках между предметами, метание мяча в цель); постоянно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой, соблюдает порядок в своём шкафу); проявляет спортивный характер и активен при участии в играх-эстафетах, выражает положительные эмоции и желание выполнять упражнения с мячом.				

Тема: «Лес полон сказок и чудес» ноябрь (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умения: перекладывать мяч из одной руки в другую, прыгать на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперёд. Закреплять навыки: ходьбы с высоким подниманием колен; с остановкой на сигнал, бега врассыпную, перебрасывания мяча, ползания по скамейке на животе, ведения мяча между предметами, пролезания через обручи. Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; умение осознано выполнять движения. Закреплять умение в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, мягким приземлении; перебрасывании мячей друг другу и ловля его; в ходьбе и ползании по гимнастической скамейке.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий.</p> <p>«Познавательное развитие»: ориентировать в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (направо, налево).</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Перестроение в шеренгу, в колонну, повороты налево, направо, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два, ходьба и бег в чередовании.				
ОРУ	б\п	С палкой	б\п	б\п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую: перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами.	1.Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2.Ведение мяча с продвижением вперёд. 3.Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени.	1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимн.скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4.Игра «Волейбол» двумя мячами.	Игровые задания: «Брось и поймай»; «Высоко и далеко»; «Ловкие ребята»(прыжки через препятствия). Подвижные игры: «Больная птица»; «Мяч ведущему»; «Найди свою пару»; Передача мяча над головой; «Мяч ведущему». «Кто скорее до флагка» (ползание по скамейке).	
Подвижные игры	«Пожарные на учениях»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»		
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	«Летает – не летает»		
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): знает о пользе физических упражнений, владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, в колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, ведение мяча, ползании по гимнастической скамейке); проявляет активность при участии в подвижных играх, ловкость и координацию движений в выполнении простейших танцевальных движений, умеет сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, проявляет желание заниматься физкультурой.					

Тема: «Зимушка-зима» декабрь (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умения: ходить по гимнастической скамейке ,прыгать с ноги на ногу с продвижением вперёд , лазать по гимнастической стенке. Закреплять навык бегать в колонне по одному с сохранением дистанции, прыгать на двух ногах с преодолением препятствий, ползать на четвереньках между кеглями, подбрасывать и ловить мяч, бегать врассыпную и по кругу с изменением направления. Воспитывать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваясь; учить лазать по гимнастической стенке разными способами; перебрасывать мячи двумя руками; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, желание заниматься физкультурой.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий, формировать дружеские отношения.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через предметы.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону. Ходьба в полуприседе, широким шагом.			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Перешагивание через кубики, мячи, слева и справа от них. 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами.	1.Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2.Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места. 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	1. Лазание по гимнастической стенке разными способами, не пропуская реек. 2. Ходьба по гимн.скамейке боком с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Ползание по гимн.скамейке с мешочком на спине. 4.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу.	Игровые упражнения: Перепрыгивания между препятствиями. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях. «Ловкие обезьянки» «Догони пару» Бросание мяча о стену. Подвижные игры: «Пятнашки»; «Удочка»; «Хитрая лиса»; Передача мяча над головой; Перебежки, «Пробеги, не задень».
Подвижные игры	«Кто скорей до флагжа»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«Летает – не летает»	«Эхо»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): умеет сопереживать друзьям и радоваться за успехи других детей, владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты налево, направо, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную; проявляет активность при участии в подвижных играх, выражает положительные эмоции при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку).				

Тема: «Путешествие по сказкам»январь (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умение лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт. Закреплять умения: ходить и бегать между предметами, прыгать с ноги на ногу, забрасывать мяч в корзину, ползать на четвереньках, подталкивая мяч головой, пролезать в обруч, вести мяч в прямом направлении, ходить с мешочком на голове. Развивать устойчивое равновесие при выполнении упражнений.				
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваясь; учить лазать по гимнастической стенке разными способами; перебрасывать мячи двумя руками; забрасывать мяч в корзину; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, желание заниматься физкультурой.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий, формировать дружеские отношения.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через предметы.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания, занятий физической культурой и прогулок.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>				
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег между кубиками, по кругу, держась за шнур, ходьба с выполнением заданий, бег врассыпную, с выполнением заданий, в чередовании, остановка по сигналу.				
ОРУ	б/п	б\п	С обручем	б\п	
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8	
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки на левой и правой ноге между кубиками. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди в шеренгах.	1.Прыжки в длину с места. 2.Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3.Бросание мяча вверх двумя руками снизу друг другу ,от груди. 4.Пролезание в обруч боком. 5.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны	1. Лазание по гимнастической стенке одноимённым способом. 2. Ходьба по гимн.скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур – ноги взрозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо.	Игровые упражнения: Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч о пол. «Мой весёлый, звонкий мяч». Точный бросок. «Догони пару» Бросание мяча о стену. Подвижные игры: «Мышеловка»; «Мяч водящему»; «Не оставайся на полу»; «Горелки». «Найди свой цвет»	
Подвижные игры	«Два мороза»	«Льдинки, ветер и мороз»	«Хитрая лиса»		
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Съедобное – не съедобное»	Зима (мороз – стоять, выюга – бег, снег – кружиться)		
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): знает о пользе режима дня и влиянии его на здоровье человека, владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, метание); сформированы основные гигиенические навыки, проявляет активность при участии в подвижных играх, выполняет простейшие танцевальные движения во время ритмической гимнастики под музыку, проявляет смелость, находчивость, взаимовыручку во время выполнения физических упражнений.					

Тема: «Чудеса-кудеса» февраль (подготовительная группа)

Задачи	Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, метать мяч в вертикальную цель, лазать по гимнастической стенке. Закрепить навыки: перепрыгивания через бруски, забрасывания мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при выполнении прыжка в длину с места, подлезания под дугу, отбивания мяча о пол.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: продолжать формировать правильную осанку; закреплять умение ходить и бегать, энергично отталкиваясь; учить лазать по гимнастической стенке разными способами; метать мешочки в вертикальную цель; перебрасывать мячи двумя руками; забрасывать мяч в корзину; формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, желание заниматься физкультурой.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать инвентарь после физкультурных занятий, формировать дружеские отношения.</p> <p>«Познавательное развитие»: учить части тела, развивать способность применять знания о своём теле в играх и упражнениях, определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди – сзади, вверху – внизу.</p> <p>«Речевое развитие»: проговаривать части тела, действия и названия упражнений в процессе двигательной деятельности.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег вразсыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, ходьба с выполнением заданий на внимательность.			
ОРУ	С мячом	б\п	б\п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1.Ходьба по гимн.скамейке и спрыгивание с мягким приземлением. 2. Перепрыгивание через предметы толчком обеих ног прямо, правым и левым боком. 3. Забрасывание мяча в баскет. кольцо двумя руками из-за головы, от груди, сведением мяча правой и левой рукой.	1.Метание мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой. 2.Подлезание под дуги и перешагивание через предметы. 3.Прыжки на двух ногах через косички. 4.Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками. 5.Прыжки в длину с места.	1. Лазание одним и разными способами по гимн.стенке. 2. Ходьба по гимн.скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами 4. Подбрасывание мяча и ловля его пр. и лев.рукой.	Игровые упражнения: «Проползи – не урони». Ползание на четвереньках между кеглями. «Дни недели»; «Покажи цель». Подвижные игры: «Прыгни - присядь»; «Ловкая пара»; «Не оставайся на полу»; «С кочки на кочку»; «Найди свой цвет»; «Мяч через обруч».
Подвижные игры	«Космонавты»	«Поймай палку»	«Бег по расчёту»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	«Путанка» (на знание частей тела).	«Угадай что изменилось»	Зима (мороз – стоять, выюга – бег, снег – кружиться)	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе образовательных областей): знает части тела доступные возрасту, владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.				

Тема: «Если весело живется...» март (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умения: ходить по канату с мешочком на голове, прыгать в высоту с разбега. Закреплять навыки: ходить в колонне по одному с поворотом в другую сторону по сигналу, прыгать из обруча в обруч, перебрасывать мяч друг другу, метать в цель, ходить и бегать между предметами, ползать на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, перестраиваться в пары и обратно в колонну.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время проведения физических упражнений, создавать педагогическую ситуацию при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбия, любовь к родителям). Убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении образовательной деятельности по физ-ре.</p> <p>«Познавательное развитие»: рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег в чередовании; врассыпную; строевые упражнения; ходьба и бег «змейкой», через набивные мячи, с изменением направления движения, бег до 3 минут.			
ОРУ	б/п	С палкой	б/п	С мячом
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи. 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками после хлопка. 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	1.Прыжки в высоту с разбега(выс. 30 см.). 2.Метание в вертикальную цель левой и правой руками. 3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ползание по скамейке по - медвежьи.	1. Ходьба по гимн.скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше. 2. Прыжки пр. и лев.боком через шнур, из обруча в обруч на одной и двух ногах. 3. Метание мешочеков в горизонтальную цель. 4. Подлезание под дугу (подряд 4-5 шт.), не касаясь руками пола.	Игровые задания: «Кто выше прыгнет?»; «Кто точно бросит?»; «Не урони мешочек». Подвижные игры: «Больная птица»; «Переправься по кочкам»; «Удочка»; Передача мяча над головой; «Мяч ведущему».
Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Медведь и пчёлы»	«Не оставайся на полу»	

3-Я часть: Малоподвижные игры	Эстафета « Мяч ведущему»	Ходьба в колонне по одному	« Угадай по голосу»	
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроения в две, три колонны, прыжки из обруча в обруч, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, перебрасывание мячей, метание в горизонтальную цель), умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, перепрыгивать через шнурсы и набивные мячи; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры.				

Тема: «Школа мяча» апрель (подготовительная группа)

Задачи	Формировать умения: прыгать с короткой скакалкой, бегать на скорость. Развивать навык: ходить по гимнастической скамейке с заданиями, прыгать на двух ногах через предметы, метать в вертикальную цель, ходить и бегать между предметами, прокатывать обруч, сохранять равновесие в прыжках. Закреплять навык: и. п. при метании в вертикальную цель, лазанья по гимнастической стенке одноимённым способом.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; учить метанию в вертикальную цель правой и левой руками, прокатывать обруч, лазать по гимнастической стенке.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды, учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель; расширять представление о правилах поведения в общественных местах; об обязанностях в группе детского сада, дома.</p> <p>«Познавательное развитие»: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнурры и набивные мячи, бег до одной минуты в среднем темпе, ходьба и бег между препятствиями:			
ОРУ	б/п	б\п	б/п	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скамейке с поворотом на середине кругом. 2. Прыжки из обруча в обруч, на двух ногах правым и левым боком. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 4. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками после отскока от пола.	1.Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперёд. 2.Прокатывание обруча друг другу. 3. Пролезание в обруч. 4. Ползание по-медвежьи. 5.Метание мешочков в вертикальную цель.	1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом. 2.Прыжки через скакалку. 3. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнурры справа и слева, продвигаясь вперёд.	Игровые задания: «Сбей кеглю»; «Пробеги – не задень»; «Догони обруч»; «Догони мяч». Подвижные игры: «Хитрая лиса»; «Медведь и пчёлы»; «Мяч в кругу». Эстафеты: Передача мяча над головой; «Метко в цель».
Подвижные игры	«Медведь и пчёлы»	«Удочка»	«Горелки»	
3-Я часть: Малоподвижные игры	« Сделай фигуру»	«Стоп»	« Кто ушёл»	

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей):соблюдает правила безопасности при выполнении ходьбы по гимнастической скамейке; умеет прокатывать обруч по заданию инструктора, ориентироваться в пространстве относительно предметов «далеко», «близко», «спереди», «сзади», планировать последовательность действий и распределять роли в играх «Хитрая лиса», «Медведь и пчёлы», соблюдает правила безопасности во время метания мешочка, проявляет смелость, находчивость, взаимовыручку во время проведения спортивных игр и физических упражнений.

Тема: «Страна Попрыгуния» май (подготовительная группа)

Задачи	Формировать навык прыгать в длину с разбега. Закрепить навык: ходьбы и бега парами с поворотом в другую сторону, перешагивания через набивные мячи, прыжков на двух ногах, перебрасывания мяча друг другу, лазания по-медвежьи, бросания мяча о пол одной рукой, ловля двумя, ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, бросания мяча в баскетбольное кольцо. Воспитывать: активность у детей в двигательной деятельности, умение организовывать игры со всеми детьми.			
Интеграция образовательных областей	<p>«Физическое развитие»: формировать здоровый образ жизни в детском саду и в семье, потребность в движении и в занятиях физической культурой, формировать гигиенические навыки, осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Учить спортивным играм и упражнениям.</p> <p>«Социально-коммуникативное развитие»: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды, учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель; формировать умение договариваться об условиях игры, объяснять правила игры, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p>«Познавательное развитие»: ознакомить детей с элементарными правилами дорожного движения, учить детей их соблюдать.</p> <p>«Речевое развитие»: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.</p> <p>«Художественно-эстетическое развитие»: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-Я часть: вводная	Ходьба и бег между предметами, врассыпную между предметами, бег и ходьба парами с поворотом на сигнал в другую сторону.			
ОРУ	б\п	С обручем	С мячом	б\п
НОД	1-2	3-4	5-6	7-8
2-Я часть: Основные виды движений	1. Ходьба по гимн.скамейке, перешагивая через набивные мячи прямо, на каждый шаг. 2. Прыжки с продвижением вперёд, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола.	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Ползание по- медвежьи. 3. Подлезание под дугу. 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 5.Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол).	1.Ходьба по гимн.скамейке, ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Ходьба по гимн.скамейке с перешагиванием через набивные мячи. 4. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями.	Игровые задания: «Проведи мяч»; Пас друг другу. «Догони обруч»; «Забрось в кольцо». Подвижные игры: «Светофор»; «Третий лишний». Эстафеты: «Посадка овощей»; «Горные спасатели»; «Перемени
Подвижные игры	«Караси и щука»	«Найди пару»	«Лодочки и пассажиры»	

3-Я часть: Малоподвижные игры	« Что изменилось?»	«Найди свой цвет»	« Тише едешь – дальше будешь»	предмет».
Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребёнка (на основе интеграции образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазанье по гимнастической стенке, прыжки через скакалку, прыжки в длину с разбега, ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи), старается избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, знает и умеет соблюдать правила дорожного движения, соблюдает дистанцию при построении и движении по площадке, выполняет команды «направо», «налево», «кругом»; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз в соответствии с музыкой.				