|  |  |
| --- | --- |
| Задачи | Формировать навык: ходьбы пристав. шагом; прыжков в длину; метание набив. мяча двумя руками из-за головы и от груди. Закрепить умения: перестраиваться из одной колонны в две в движ., ходьба по скам., прыгать, энергично отталкиваясь и приземляясь на полусогнутые ноги.Развивать ловкость и координацию в упражнениях с мячом.Закрепить навык: прыгать через скакалку с продвижением вперёд.  |
| Интеграция образовательных областей | **«Физическое развитие»:** становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Учить сохранять правильную осанку, совершенствовать технику основных движений, закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. **«Социально-коммуникативное развитие»:** побуждать детей к самооценке и оценке действий поведения сверстников во время проведения игр. Убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений. Формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и при проведении игр.**«Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через мячи.**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.**«Художественно-эстетическое развитие»:** вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.  |
| 1-Я ЧАСТЬ: вводная |  Ходьба: в колонне по одному приставными шагами с лев. и прав. ноги попеременно; перестроен. в кол. по два; в чередов. с бегом, «змейкой», в полуприсяде, в рассыпную. Бег: «змейкой»; с поворотом на сигнал; с высоким подниманием колен; подскоки. Повороты на лево, на право. |
| ОРУ | На скамейке | С кеглями | С мячом | б/п |
| НОД № | 1-2 | 3-4 | 5-6 | 7-8 |
| 2-Я ЧАСТЬ: основные виды движений | 1.Метание мешочков в вертикальную цель с расстояние 3 м.2.Подлезание под воротца (40 см).3.Ползание по скамейке с мешочком на спине.4.Отбивание мяча пр. и лев. рукой.5.Прыжки на пр. и лев. ноге. | 1.Прыжки с места (толчком обеих ног).2.Прыжки с разбега (3 шага).3.Ведения мяча по переменно пр. и лев. руками.4.Переползание по скамейке с мешочком на спине; с подлезанием в обруч. | 1.Метание набивного мяча двумя руками из-за головы.2.Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая ч/з набивные мячи.3.Влезание на гимнастическую стенку.4.Прыжки ч/з скакалку.  | 1.Игровые упражнения:-«Догони пару»;-«Точный пас»;-«Жмурки»;-«Платочек»;2. Эстафеты:-«Мяч водящему»;-«Воевода с мячом»;-«Пронеси - не урони»-«Гусеница» |
| Подвижные игры | «Кто скорее до флажка» | «Ловишки с ленточкой» | «Волк во рву» |
| 3-Я ЧАСТЬ: малоподвижные игры |  «Восточная гимнастика» |

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

**Тема**: **« Если весело живётся…»** март (подготовительная группа)

|  |  |
| --- | --- |
| Задачи  | Формировать навык: вращение обруча на руке и на полу.Закрепить навык ходьбы и бега в чередов.; перестроения в кол. по одному и по два в движении; лазанья по гим. стенке; в сохранении равновесия; в прыжках; в беге до 3 мин.; в ведении мяча.Развивать: координацию движений в упраж. с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. |
| Интеграция образовательных областей | **«Физическое развитие»:** расширять представления о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух). Учить сохранять правильную осанку, совершенствовать технику основных движений, закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. **«Социально-коммуникативное развитие»:** создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении образовательной деятельности по физ-ре.**«Познавательное развитие»:** развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.**«Художественно-эстетическое развитие»:** вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку. |
| 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: Основныевиды движений | 1. Ходьба по гимнастической скамейке-приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову;-с мешочком на головеруки на поясе.2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыг. его справа и слева; поочерёдно на пр. и лев. ногах.3.Бросание мяча вверх,ловля после хлопка. | 1.Прыжки в длину с места.2.Метание в вертикальную цель левой и правой руками.3.Лазание по гимнастической скамейке.4.Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.5.Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. | 1.Метание мячей в горизонтальную цель на очки.2.Пролезание в обруч.3.Прокатывание обручей друг другу.4.Вращение обруча на кисти руки.5.Вращение обруча на полу.6.Лазание по гимнастической стенке. | Игровые задания:«Через болото по кочкам»;«Ведение мяча»;«Мяч о стенку»Эстафеты:«Пингвины»;«Пробеги не сбей»;«Мишень-корзина»;«Ловкие ребята». |
| Подвижные игры |  «Затейники» |  «Горелки» |  «Жмурки» |
| 3-Я часть:Малоподвижные игры |  «Эхо» |  «Придумай фигуру»  |  «Стоп» |
| Восточная гимнастика |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Задачи  | 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.Формировать сознательное отношение к правилам игры.  |
| Интеграция образовательных областей | **«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. **«Социально-коммуникативное развитие»:** формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей, учить правильно раскладывать предметы для выполнения заданий и убирать спортивный инвентарь после проведения занятий.**«Познавательное развитие»:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.**«Речевое развитие»:** формировать словарь,поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.**«Художественно-эстетическое развитие»:** вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку. |
| 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 |  С флажками  |  б/п |
| НОД |  1-2 |  3-4 |  5-6 |  7-8 |
| 2-Я часть: Основныевиды движений | 1. Прыжки в длину с места.2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3.Перебрасывание 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. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.5.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 в лево, спуск вниз. | Игровые задания:«Через болото по кочкам»;«Ведение мяча»;«Мяч о стенку»Эстафеты:«Пингвины»;«Пробеги не сбей»;«Мишень-корзина»;«Ловкие ребята». |
| Подвижные игры | «Бездомный заяц» | «Котята и щенята» | «Охотники и зайцы» |
| 3-Я часть:Малоподвижные игры |  «Эхо» | Ходьба в колонне по одному | «Найди зайца» |
| Восточная гимнастика |

**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 | **«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. **«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.**«Познавательное развитие»:** рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятия физической культурой.**«Художественно-эстетическое развитие»:** вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку. |
| 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: Основныевиды 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 мешочков 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»  |
| Восточная гимнастика |

**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 | **«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. **«Социально-коммуникативное развитие»:** развивать активность детей в двигательной деятельности, организовать игры со всеми детьми, формировать первичные гендерные представления. Убирать после проведения занятий спортивный инвентарь.**«Познавательное развитие»:** учить определять цвет, величину, форму, вес ( легкий, тяжёлый ) предметов; расположению их по отношению к ребёнку ( далеко, близко, высоко ).**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.**«Художественно-эстетическое развитие»:** проводить игры и упражнения под музыку. |
| 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 флажками |
| НОД |  1-2 |  3-4 |  5-6 |  7-8 |
| 2-Я часть: Основныевиды движений | 1.Ходьба с перешагиванием через кубики или через рейки лестницы, положенной на пол.2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнуры.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 шнуры.2. Подлезание под дугу.3. Прокатывание мячей друг другу.4. Ходьба по ребристой дорожке. | 1.Прыжки через обруч.2.Ходьба по ребристой дорожке.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 движение |
| Восточная гимнастика |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Задачи  | Формировать умение приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. 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. Формировать правильную осанку; умение перепрыгивать через шнур; ползать по скамейке на руках и ладонях.  |
| Интеграция образовательных областей | **«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. **«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.**«Познавательное развитие»:** учить определять цвет, величину, форму, вес (легкий, тяжёлый) предметов; расположению их по отношению к ребёнку ( далеко, близко, высоко ).**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Продолжать расширять и активизировать словарный запас детей.**«Художественно-эстетическое развитие»:** проводить игры и упражнения под музыку. |
| 1-Я часть:вводная | 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 шнуры. Ходьба приставными шагами вперёд. |
| ОРУ |  С мячом | б/п | С обручем | С флажками |
| НОД |  1-2 |  3-4 |  5-6 |  7-8 |
| 2-Я часть: Основныевиды движений | 1.Ходьба по гимнастической скамейке.2.Бросание мяча и ловля его двумя руками.3.Прыжки в длину с места.4.Прокатывание мячей в прямом направлении. | 1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.2.Ходьба по доске руки на пояс (следить за осанкой).3.Ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени.  | 1. Ходьба по гимнастической скамейке.2. Перепрыгивание через шнуры (расстояние 30-40 см.).3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.4. Ходьба по ребристой дорожке. | 1.Ходьба по гимнастической скамейке руки на пояс.2.Ходьба по ребристой дорожке.3.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через набивной мяч. |
| 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 |
| Восточная гимнастика |

**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 | **«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. **«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.**«Познавательное развитие»:** учить определять цвет, величину, форму, вес ( легкий, тяжёлый ) предметов; расположению их по отношению к ребёнку ( далеко, близко, высоко ).**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Учить понимать речь взрослых без наглядного сопровождения.**«Художественно-эстетическое развитие»:** проводить игры и упражнения под музыку. |
| 1-Я часть:вводная | Ходьба и бег по кругу; врассыпную; проверка осанки; ходьба и бег по сигналу; с выполнением заданий; ходьба с перешагиванием через шнуры. |
| ОРУ | С флажками |  С мячом |  б/п |  С лентами |
| НОД |  1-2 |  3-4 |  5-6 |  7-8 |
| 2-Я часть: Основныевиды движений | 1. Ходьба по гимнастической скамейке.2.Прыжки через шнуры.3.Иггровые 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 шнуры.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» |
| Восточная гимнастика |

**Тема**: **«Космонавты»** апрель (средняя группа)

|  |  |
| --- | --- |
| Задачи  | Формировать умение: энергично отталкиваться в прыжках в длину с места, выполнять замах при метании мешочков 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 | **«Физическое развитие»:** осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки, формировать желание вести здоровый образ жизни. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость. **«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.**«Познавательное развитие»:** продолжатьучить определять цвет, величину, форму, вес ( легкий, тяжёлый ) предметов; расположению их по отношению к ребёнку ( далеко, близко, высоко ).**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Пополнять и активизировать словарный запас детей.**«Художественно-эстетическое развитие»:** проводить игры и упражнения под музыку. |
| 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: Основныевиды движений | 1.Прыжки в длину с места (фронтально).2.Бросание мешочков в горизонтальную цель (3-4 раза) поточно.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 другу4.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 |
| Восточная гимнастика |

**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 | **«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. **«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.**«Познавательное развитие»:** продолжатьучить 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.**«Речевое развитие»:** поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности. Пополнять и активизировать словарный запас детей. Запоминать небольшие и простые по содержанию считалки.**«Художественно-эстетическое развитие»:** проводить игры и упражнения под музыку. |
| 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: Основныевиды 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» |
| Восточная гимнастика |