|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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: Основные  виды движений | 1. Ходьба по гимнастической скамейке  -приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову;  -с мешочком на голове  руки 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: Основные  виды 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: 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 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: 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 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: Основные  виды 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: Основные  виды 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: Основные  виды 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 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 |
| 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: 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» |
| Восточная гимнастика | | | | |