

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №305 комбинированного вида» Советского района г.Казани**

**Комплексно-тематическое планирование
организованной образовательной деятельности
в старшей группе на 2021 – 2022 учебный год**

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Цель: формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культуры

Задачи:

- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1 квартал: сентябрь – октябрь - ноябрь

Планируемые результаты развития интегративных качеств:

владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному на носках, пятках, по канату, враспынную, между предметами, по сигналу ползание; перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево; прыжки на двух ногах на месте, через предметы, с мешочками между коленями, со скамейке подбрасывание мяча вверх и его ловля, передача мяча, метание, ползание по скамейке, на четвереньках, перелезание с преодолением препятствия, пролезание в обруч,); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр, аккуратно одевается и раздевается, соблюдает порядок в своем шкафу), проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших движений во время ритмической гимнастики, выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений под музыку.

Обеспечение интеграции образования (образовательные области):

Здоровье: проводить: комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны), приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу; рассказывать о режиме дня и о влиянии его на здоровье человека; знать предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце), следить за осанкой на занятиях; расширять представление о важных компонентах ЗОЖ

Социализация: побуждать детей к самооценке действий своего поведения и поведения сверстников во время игр, поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время игр и занятий; создать ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).

Труд: убирать спортивный инвентарь при проведении физических упражнений.

Безопасность: формировать навыки безопасного поведения при выполнении в спортивном зале и во время проведения физических упражнений, движений и игр; формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности; учить правилам использования спортивного инвентаря.

Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине; формировать ориентировку в пространстве; поощрять речевую активность детей,.

Коммуникация: обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.

Музыка: вводить элементы логоритмики, проводить игры и упражнения под музыку.

Сентябрь

Тема: « День знаний »			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p><i>1 неделя:</i> Ходьба и бег по одному, на носках, на пятках, враспынную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты, с высоким подниманием колен.</p> <p><i>2 неделя:</i> Бег в среднем темпе до 1.5 минут.</p>			
<p>1.<i>ОРУ</i> без предметов.</p> <p>2.<i>Равновесие</i> - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p><i>Прыжки</i> - прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p><i>Метание</i> – перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах двумя руками снизу, броски мяча о пол между шеренгами и ловля его.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Мышеловка», «Ловишки», «Птичка и кошки»</p> <p>3. <i>Логоритмика</i> «Садовник» <i>Занятие №1, 2,3</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с флажками.</p> <p>2.<i>Прыжки</i> - подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета», прыжки в высоту с места</p> <p><i>Метание</i> - броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p><i>Лазание</i> – ползание на четвереньках между предметами.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Фигуры», «Мы веселые ребята, «Самолеты»»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «По ягоды» <i>Занятие №4,5,6</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> без предметов.</p> <p>2. <i>Лазанье</i> – ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, на предплечья и колени.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба по канату боком приставным шагом.</p> <p><i>Метание</i> - броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками, перебрасывание мячей друг другу в шеренгах.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Удочка», «Быстро возьми», «Котята и щенята»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Садовник» <i>Занятия №7, 8,9</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с палкой.</p> <p>2. <i>Лазанье</i> – пролезание в обруч прямо и боком, не задевая за верхний край.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба с перешагиванием через препятствия, ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики руки на поясе.</p> <p><i>Прыжки</i> – прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен «Как пингвины».</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Мы веселые ребята», «Найди свой цвет», «Кошка и мышки»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «По ягоды» <i>Занятия №10, 11,13</i></p>

Октябрь

Тема: «Осень. Краски осени.»			
Ходьба и бег в колонне с изменениями направления, бег между предметами, ходьба с перешагиванием через бруски. Ходьба и бег враспынную с перешагиванием через шнуры на пятках			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1.<i>ОРУ</i> с косичкой (или коротким шнуром).</p> <p>2.<i>Равновесие</i> - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>Прыжки - прыжки на двух ногах через короткие шнуры.</p> <p><i>Метание</i> – броски, передача мяча двумя руками от груди, стоя в шеренге.</p> <p><i>Прыжки</i> - прыжки на двух ногах с продвижением вперед до шнура, перепрыгнув через него.</p> <p><i>Игровые упражнения</i> «Не попадись», «Мяч о стенку»</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Перелет птиц», «Пробеги тихо», «Ловишки»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «К нам гости пришли»</p> <p><i>Занятия №13, 14,15</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> без предметов.</p> <p>2.<i>Прыжки</i> – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах.</p> <p><i>Метание</i> - прокатывание мячей друг другу, прокатывание мяча между 4-5 предметами, подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Автомобили», «Ловишки», «Чей мяч дальше?»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Огород»</p> <p><i>Занятия №16, 17,18</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с мячом.</p> <p>2. <i>Метание</i> - прокатывание мяча в прямом направлении.</p> <p><i>Лазанье</i> - лазанье под шнур, не касаясь руками пол, под дугу поточным способом двумя колоннами.</p> <p><i>Метание</i> - подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p><i>Прыжки</i> - прыжки на двух ногах через 4-5 линий.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «У медведя во бору», «Цветные автомобили», «Мы веселые ребята»</p> <p>3. <i>Логоритмика</i> «К нам гости пришли»</p> <p><i>Занятия №19, 20,21</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с кеглей.</p> <p>2. <i>Лазанье</i> - лазанье под дугу, касаясь руками пола.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба по доске, перешагивая через кубики.</p> <p><i>Прыжки</i> – прыжки на двух ногах между предметами.</p> <p><i>Метание</i> – прокатывание мячей в прямом направлении.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Кот и мыши», «Лошадки», «Удочка»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Огород»</p> <p><i>Занятия №22, 23,24</i></p>

Ноябрь

Тема: « Мир вокруг нас »			
Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени, бег враспынную, с выполнением заданий			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1.ОРУ с кубиками.</p> <p>2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, с мешочком на голове.</p> <p>Прыжки - прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Метание – бросание мяча об пол из-за головы.</p> <p>Подвижные игры «Салки», «Кролики», «Не оставайся на полу»</p> <p>3.Логоритмика «Осенняя корзина»</p> <p>Занятия №25, 26,27</p>	<p>1.ОРУ без предметов.</p> <p>2.Прыжки – прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров), прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами</p> <p>Метание - прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях, перебрасывание мячей друг другу.</p> <p>Подвижные игры «Самолеты», «Найди себе пару», «Ловишки»</p> <p>3.Логоритмика «Ты лети, лети листок»</p> <p>Занятия №28, 29,30</p>	<p>1.ОРУ с мячом.</p> <p>2. Метание – бросание мяча о землю и ловля его другими руками.</p> <p>Лазанье - лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, ползание в шеренгах в прямом направлении.</p> <p>Метание - подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>Прыжки - прыжки на двух ногах между кубиками.</p> <p>Подвижные игры «Лиса и куры», «Догони пару», «Медведи и пчелы»</p> <p>3.Логоритмика «Осенняя корзина» Занятия №31, 32,33</p>	<p>1.ОРУ с флажками.</p> <p>2. Лазанье – ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени.</p> <p>Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>Прыжки – прыжки на двух ногах до кубика.</p> <p>Подвижные игры «Цветные автомобили», «Самолеты», «Найди свою пару»</p> <p>3.Логоритмика «Ты лети, лети листок»</p> <p>Занятия №34, 35,36</p>

2 квартал: декабрь – январь - февраль

Планируемые результаты развития интегративных качеств:

владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, между предметами, по сигналу, по скамейке, перестроение в 3 колонны; ползание по гимнастической скамейке, лазанье разными способами, ползание под дугами, пролезание в обруч; прыжки на двух ногах; бросание мяча вверх и ловля его; метание передача мяча, ведение мяча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, проявляет активность при участии в подвижных играх; двигательных упражнениях.

Обеспечение интеграции образования (образовательные области):

Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические навыки (предметы санитарной гигиены), следить за осанкой при ходьбе, обсуждать пользу закаливания.

Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время занятий и игр; побуждать проявление смелости, находчивости, взаимовыручки на занятии и в играх; создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)

Труд: следить за опрятностью одежды и прически, учить убирать спортивный инвентарь;

Коммуникация: обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику выполнения, поощрять речевую активность детей.

Безопасность: формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности, ориентироваться на местности;

Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине.

Декабрь

Тема: « Здравствуй, гостя зима! Новый год! »

Бег с соблюдением дистанции друг от друга, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону, ходьба и бег враспынную, ходьба на лыжах скользящим шагом,

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1.ОРУ с обручем. 2.Равновесие - ходьба по наклонной доске боком с переходом на гимнастическую скамейку: ходьба боком, приставным шагом. Прыжки - прыжки через бруски; между предметами Метание: броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в двух шеренгах Подвижные игры «Ловишки с ленточками», «Мороз Красный нос», «Гуси-лебеди» 3.Логоритмика «Мы на лыжах в лес идем» Занятия №1, 2,3</p>	<p>1.ОРУс флажками. 2.Прыжки – прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед, на правой и левой ноге. Метание – броски мяча вверх и ловля его двумя руками; прокатывание мяча. Лазанье – ползание на четвереньках между предметами, ползание по прямой, подталкивая мяч головой Подвижные игры «Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос», «Пятнашки» 3.Логоритмика «Снежинки» Занятия №4, 5,6</p>	<p>1.ОРУ без предметов. 2. Метание – перебрасывание мячей друг другу с расстояния. Лазанье – ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь, двумя руками; на четвереньках с мешочком на спине. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; боком приставным шагом Подвижные игры «Охотники и зайцы», «Смелые воробышки», «Мышеловка» 3.Логоритмика «Пришла зима» Занятия №7, 8,9</p>	<p>1.ОРУ без предметов. 2. Лазанье – лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через предметы; боком приставным шагом с мешочком на голове, ходьба на лыжах скользящим шагом. Прыжки – прыжки на двух ногах между предметами. Подвижные игры «Хитрая лиса», «Карусель», «Смелые воробышки» 3.Логоритмика «Новогодние хлопоты» Занятия №10, 11,12</p>

Январь

Тема: « Зима »

Ходьба и бег между предметами, по кругу, построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне с выполнением заданий, ходьба змейкой. Передвижение по учебной лыжне: ходьба скользящим шагом, повороты на лыжне.

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1. <i>ОРУ</i> с кубиком. 2. <i>Равновесие</i> - ходьба и бег по наклонной доске, передвижение по учебной лыжне. <i>Прыжки</i> - прыжки на правой и левой ноге между кубиками; на двух ногах между предметами <i>Метание</i> – броски мяча в шеренгах, перебрасывание мячей друг другу в шеренгах <i>Подвижные игры</i> «Медведи и пчелы», «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу» 3. <i>Логоритмика</i> «Зимняя пляска» Занятия №13, 14,15</p>	<p>1. <i>ОРУ</i> со шнуром. 2. <i>Прыжки</i> – прыжки в длину с места. <i>Метание</i> – броски мяча вверх; перебрасывание мячей друг другу. <i>Лазанье</i> – проползание под дугами на четвереньках, переползание через предметы. <i>Подвижные игры</i> «Совушка», «Мы веселые ребята», «Мышеловка» 3. <i>Логоритмика</i> «Снеговики и сосульки» Занятия №16, 17,18</p>	<p>1. <i>ОРУ</i> на гимнастической скамейке. 2. <i>Метание</i> – перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди; . <i>Лазанье</i> – пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода. <i>Равновесие</i> – ходьба с перешагиванием через предметы. <i>Подвижные игры</i> «Не оставайся на полу», «Мороз Красный нос», «Удочка» 3. <i>Логоритмика</i> «Зимняя пляска» Занятия №19, 20,21</p>	<p>1. <i>ОРУ</i> с обручем. 2. <i>Лазанье</i> – лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск с нее, лазанье с ходьбой по четвертой рейке стенки и спуск с нее. <i>Равновесие</i> – ходьба по гимнастической скамейке приставляю пятку одной ноги к носку другой; руки за головой. <i>Метание</i>: ведение мяча в прямом направлении. <i>Прыжки</i> – прыжки через шнуры на двух ногах без паузы. <i>Подвижные игры</i> «Хитрая лиса», «Ловишки-перебежки», «Мышеловка» 3. <i>Логоритмика</i> «Снеговики и сосульки» Занятия №22, 23,24</p>

Февраль

Тема: «День защитника Отечества»			
Ходьба и бег враспынную до 1 минуты, по кругу, взявшись за руки, построения и перестроения, между предметами Ходьба по лыжне скользящим шагом, повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, на санках, скольжение по ледяной дорожке.			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1.<i>ОРУ</i> с гимнастической палкой.</p> <p>2.<i>Равновесие</i> - ходьба по гимнастической скамейке; бег по гимнастической скамейке; ходьба на лыжах.</p> <p><i>Прыжки</i> - прыжки через бруски, прыжки через шнур; прыжки через бруски правым и левым боком.</p> <p><i>Метание</i> – бросание мячей в корзину (кольцо) двумя руками из-за головы; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).</p> <p><i>Игровые упражнения</i> – катание на санках.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Охотники и зайцы», «Мороз красный нос», «Удочка»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Снег-снежок»</p> <p><i>Занятия №25, 26,27</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с большим мячом.</p> <p>2.<i>Прыжки</i> – прыжки в длину с места.</p> <p><i>Метание</i> – отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом; перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол; метание снежков двумя руками в шеренгах.</p> <p><i>Лазанье</i> – подлезание под дугу, не касаясь руками пола в группировке; ползание на четвереньках между предметами.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба на лыжах.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Не оставайся на полу», «Кто быстрее», «Карусель»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Метель»</p> <p><i>Занятия №28, 29,30</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> на гимнастической скамейке.</p> <p>2. <i>Метание</i> – метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча).</p> <p><i>Лазанье</i> – подлезание под палку (шнур); ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.</p> <p><i>Равновесие</i> – перешагивание через шнур; ходьба на носках между кеглями.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Мышеловка», «Ловишки», «С кочки на кочку»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Снег-снежок»</p> <p><i>Занятия 31, 32,33</i></p>	<p>1.<i>ОРУ</i> без предметов.</p> <p>2. <i>Лазанье</i> – лазанье на гимнастическую стенку одноименным и разноименным способом и передвижение по четвертой рейке стенки, спуск вниз.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе (или за голову); <i>Метание</i> – отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант до обозначенного места).</p> <p><i>Прыжки</i> – бросание мяча вверх и ловля его одной рукой (правой и левой).</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Гуси-лебеди», «Ловишки - перебежки», «Охотники и зайцы».</p> <p><i>Игровые упражнения</i> на санках, скольжение по ледяной дорожке</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Метель»</p> <p><i>Занятия №34, 35,36</i></p>

3 квартал март – апрель - май

Планируемые результаты развития интегративных качеств:

владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки из обруча в обруч, ходьба с перешагиванием через предметы, перебрасывание мячей, прыжки в высоту с разбега, ползание на четвереньках по скамейке, метание, прыжки через скакалку, ходьба по канату боком, пролезание через три обруча, прыжки на двух ногах через препятствие); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, проявляет активность при участии в подвижных играх; двигательных упражнениях.

Обеспечение интеграции образования (образовательные области):

Здоровье: проводить комплекс закалывающих процедур; формировать гигиенические навыки (предметы санитарной гигиены)

Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие), побуждать детей оценивать свои действия во время игр и занятий по отношению к другим участникам игры, поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений и игр;

Труд: следить за опрятностью одежды и прически, учить убирать спортивный инвентарь;

Коммуникация: обсуждать с детьми виды дыхательных упражнения и технику их выполнения; поощрять речевую активность, обсуждать пользу проведения утренней гимнастики, прогулки на свежем воздухе, режима дня; зависимость здоровья от правильного питания,.

Безопасность: формировать навыки ориентироваться на местности;

Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве, закреплять счет.

Март

Тема: « Народная культура и традиции »

Ходьба в колонне по одному с поворотом в другую сторону, бег в рассыпную, непрерывный бег до 1 минуты, перестроения: в шеренгу, в колонну с заданиями, со сменой темпа движения

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1. <i>ОРУ</i> с малым мячом.</p> <p>2. <i>Равновесие</i> - ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.</p> <p><i>Прыжки</i> - прыжки из обруча в обруч; через предметы.</p> <p><i>Метание</i> – перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами; переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Пожарные на учении», «Горелки», «Ловишки»</p> <p>3. <i>Логоритмика</i> «Потанцуй со мной дружок»</p> <p><i>Занятия №1, 2,3</i></p>	<p>1. <i>ОРУ</i> без предметов.</p> <p>2. <i>Прыжки</i> – прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат.</p> <p><i>Метание</i> – метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча.</p> <p><i>Лазанье</i> – ползание на четвереньках между предметами.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Медведи и пчелы», «Карусель», «Пастух и стадо»</p> <p>3. <i>Логоритмика</i> «Веселые слоги»</p> <p><i>Занятия №4, 5,6</i></p>	<p>1. <i>ОРУ</i> с кубиком.</p> <p>2. <i>Равновесие</i> – ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом.</p> <p><i>Лазанье</i> – лазанье по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p><i>Прыжки</i> – прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Стоп», «Удочка», «Кто быстрее до флажка»</p> <p>3. <i>Логоритмика</i> «Потанцуй со мной дружок»</p> <p><i>Занятия №7, 8,9</i></p>	<p>1. <i>ОРУ</i> с обручем.</p> <p>2. <i>Метание</i> – метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба на носках между предметами, руки за головой, ходьба с перешагиванием через предметы.</p> <p><i>Лазанье</i> – лазанье под шнур боком, не касаясь его; ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Не оставайся на полу», «Удочка», «Пожарные на учении»</p> <p>3. <i>Логоритмика</i> «Веселые слоги»</p> <p><i>Занятия 10, 11,12</i></p>

Апрель

Тема: « Весна »			
Ходьба в колонне по одному с поворотом в другую сторону, бег врассыпную, непрерывный бег до 1 минуты, перестроения: в шеренгу, в колонну с заданиями, со сменой темпа движения.			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1.<i>ОРУ</i> с гимнастической палкой.</p> <p>2.<i>Равновесие</i> – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны; ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной.</p> <p><i>Метание</i> – броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.</p> <p><i>Прыжки</i> - прыжки через бруски; прыжки на двух ногах, перепрыгивание через предмет.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Медведь и пчелы», «Ловишки - перебежки», «Совушка»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Доброе утро» Занятия №13, 14,15</p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с короткой скакалкой.</p> <p>2.<i>Прыжки</i> – прыжки через короткую скакалку.</p> <p><i>Метание</i> – прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах.</p> <p><i>Лазанье</i> – пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Стой», «Кто быстрее до флажка», «Хитрая лиса»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Яблоня» Занятия №16, 17,18</p>	<p>1.<i>ОРУ</i> с малым мячом.</p> <p>2. <i>Метание</i> – метание мешочков в вертикальную цель одной рукой, способом от плеча.</p> <p><i>Лазанье</i> – ползание по прямой, затем переползание через скамейку.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; ходьба с приставлением пятки одной ноги к носку другой, руки в стороны.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Удочка», «Карусель», «Караси и щука»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> «Доброе утро» Занятия №19, 20,21</p>	<p>1.<i>ОРУ</i> без предметов.</p> <p>2. <i>Лазанье</i> – лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек.</p> <p><i>Прыжки</i> – прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед, перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед.</p> <p><i>Равновесие</i> – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс; ходьба на носках между мячами.</p> <p><i>Подвижные игры</i> «Горелки», «С кочки на кочку», «Пятнашки»</p> <p>3.<i>Логоритмика</i> « Яблоня» Занятия №22, 23,24</p>

Май

Тема: « Наш детский сад »			
Ходьба и бег с поворотом, с заданиями, построения и перестроения в колонну, шеренгу, ходьба с высоким подниманием ног, ходьба колонной по одному между предметами, со сменой темпа			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>1.ОРУ без предметов.</p> <p>2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; боком.</p> <p>Метание – броски мяча о стену с расстояния 2 метров одной рукой, ловля его двумя руками.</p> <p>Прыжки - прыжки на двух ногах с продвижением вперед, прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.</p> <p>Подвижные игры «Мышеловка», «Гуси-лебеди», «Пожарные на учении»</p> <p>3.Логоритмика «Весна красавица»</p> <p>Занятия №25, 26,27</p>	<p>1.ОРУ с флажками.</p> <p>2.Прыжки – прыжки в длину с места с разбега.</p> <p>Метание – перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди, забрасывание мяча в корзину (кольцо).</p> <p>Лазанье – ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи», лазанье под дугу (обруч).</p> <p>Подвижные игры «Не оставайся на полу», «Совушка», «Сделай фигуру»</p> <p>3.Логоритмика «Дождик»</p> <p>Занятия №28, 29,30</p>	<p>1.ОРУ с мячом.</p> <p>2. Метание – броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками.</p> <p>Лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке.</p> <p>Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с заданиями.</p> <p>Подвижные игры «Пожарные на учении», «Пятнашки», «Мышеловка»</p> <p>3.Логоритмика «Весна красавица»</p> <p>Занятия №31, 32,33</p>	<p>1.ОРУ с обручем.</p> <p>2. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи; ходьба с перешагиванием через бруски.</p> <p>Прыжки – на правой и левой ноге попеременно.</p> <p>Лазание – ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков.</p> <p>Подвижные игры «Караси и щука», «Не оставайся на земле», «Хитрая лиса»</p> <p>3.Логоритмика «Дождик»</p> <p>Занятия №34, 35,36</p>

ЛОГОРИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

<p>«САДОВНИК» <i>Мы вчера в саду гуляли</i> (дети идут по кругу, взявшись за руки) <i>Мы смородину сажали.</i> (изображают, как копают яму и сажают в нее куст) <i>Яблони белили мы</i> (движение правой рукой вверх-вниз) <i>Известью, белилами. Починили мы забор,</i> (имитируют удары молотком) <i>Завели мы разговор</i> (стоят лицом в круг, в центр выходит ребенок) <i>Ты скажи, садовник наш,</i> <i>Что ты нам в награду дашь?</i> <i>Дам в награду слив лиловых, груш медовых,</i> <i>самых крупных спелых яблок, вишен целый</i> <i>килограмм, Вот что вам в награду дам!</i> (загибают пальцы на каждый фрукт)</p> <p>«САДОВНИК» <i>Мы вчера в саду гуляли</i> (дети идут по кругу, взявшись за руки) <i>Мы смородину сажали</i> (изображают, как выкапывают яму и сажают в нее куст) <i>Яблони белили мы</i> (движение правой рукой вверх-вниз) <i>Известью, белилами, починили мы забор,</i> (имитируют удары молотком) <i>Завели мы разговор</i> (повтор 2 части верхнего стихотворения)</p>	<p>«ПО ЯГОДЫ» <i>Мы шли-шли-шли</i> (маршируют, руки на поясе) <i>Землянику нашли</i> (наклонились, правой рукой коснулись носка левой ноги, не сгибая колен) <i>Раз, два, три, четыре, пять</i> (маршируют) <i>Мы идем искать опять</i> (наклонились, левой рукой достали носок правой ноги)</p> <p>«К НАМ ГОСТИ ПРИШЛИ» <i>К нам гости пришли, дорогие пришли</i> (идут по кругу взявшись за руки) <i>Мы не зря кисель варили</i> (дети стоят в кругу и «варят» кисель) <i>Пироги пекли</i> (дети стоят в кругу и «лепят» пирожки) <i>С малинкой пирог</i> (дети передают «пирожок» друг другу в руки, называя начинку: <i>И с капустой пирог,</i> <i>А который без начинки –</i> <i>Самый вкусный пирог.</i> <i>И с морковкой пирог,</i> <i>И со свеклой пирог...</i></p>	<p>«ОГОРОД» <i>Есть у нас огород,</i> <i>Там своя морковь растёт</i> (идут по кругу и поют) <i>Вот такой вышины</i> <i>Вот такой вышины!</i> (дети поднимают руки вверх) <i>Вот такой ширины,</i> <i>Вот такой ширины!</i> (постепенно разводят руки в стороны, отходя назад) <i>Есть у нас огород,</i> <i>Там капуста растёт.</i> (не спеша двигаются вперед, сужая круг) <i>Вот такой вышины,</i> <i>Вот такой вышины!</i> (поднимают руки вверх) <i>Вот такой ширины,</i> <i>Вот такой ширины!</i> (разводят руки в стороны, отходя назад)</p>
--	--	--

«ОСЕННЯЯ КОРЗИНКА»

Стояла корзинка на полке без дела
(присесть, округлить руки – изобразить корзину)
Скучала, наверно, все лето она
(наклоны головы, вправо-влево)
Вот осень пришла и листва пожелтела,
(встать, изобразить ветви деревьев)
Настала пора собирать урожай
(потянуться, изобразить срывание фруктов с деревьев)
Корзинка довольна
(руки округлить перед собой, кивать головой)
Она удивилась
(развести руки)
Что так много фруктов в саду уродилось!
(подняться на носочки, показать руками)
Братишке сейчас мы ее отнесем!
(шагать на месте большой круг)

«ТЫ ЛЕТИ, ЛЕТИ ЛИСТОК»

Дети свободно располагаются по залу и выполняют движения под пение
Ты лети, лети листок,
Прямо на дорожку.
Полежи один чуток,
Отдохни немножко.
Хороводик заведем,
Заведем на славу
И листочку своему
Подберем мы пару
Ручками мы хлопнем,
Ножками мы топнем.
Листочками помашем.
Ножками попляшем!

«МЫ НА ЛЫЖАХ В ЛЕС ИДЕМ»

Мы на лыжах в лес идем,
(дети машут руками, словно работают лыжными палками)
Мы взбираемся на холм.
Палки нам идти помогут,
Будет легкой нам дорога.
Вдруг поднялся сильный ветер
(вращение туловищем вправо и влево)
Он деревья крутит, вертит
И среди ветвей шумит.
Снег летит, летит, летит.
По дорожке, по дорожке
(подскоки на правой ноге)
Скачем мы на правой ножке,
И по этой же дорожке
(подскоки на левой ноге)

«СНЕЖИНКА»

Кружатся, кружатся снежинки,
Как белые перья ложатся в перинки,
Перинки, подушки лежат на опушке.
И зайца следы — как петельки,
Украсили эти постельки.
Руки совершают плавные встречные движения, имитируя движения рук дирижера в оркестре

«ПРИШЛА ЗИМА»

Пришла зима (трем ладошки друг о друга)
Принесла мороз (пальцами массируем плечи, предплечья)
Пришла зима (трем ладошки друг о друга)
Замерзает нос (ладошкой массируем кончик носа)
Снег (плавные движения ладонями)
Сугробы (кулаки стучат по коленям попеременно)
Гололед (ладони скользят по коленям разнонаправлено)
Все на улицу — вперед! (одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте, кулак (меняем)
Теплые штаны наедине (ладонями проводим по ногам)
Шапку, шубу, валенки (ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами)

«НОВОГОДНИЕ ХЛОПОТЫ»

Наступает Новый год! (стоя в кругу хлопаем в ладоши)
Дети водят хоровод (кисти сцеплены пальцами, руки вытянуты, кисти внутрь-наружу)
Висят на елке шарики,
(поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар)
Светятся фонарики.
(Фонарики)
Вот сверкают льдинки,
(сжимать и резко разжимать кулаки по очереди)
Кружатся снежинки.
(легко и плавно двигать кистями)
В гости дед Мороз идет,
(пальцы шагают по коленям или по полу)
Всем подарки он несет.
(трем друг об друга ладони)
Чтоб подарки посчитать,

	<p><i>Руки в варежках согреет</i> (круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони) <i>И завяжем шарфики</i> (ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи) <i>Зимний месяц называй!</i> (ладони стучат по коленям) <i>Декабрь, Январь, Февраль</i> (кулак, ребро, ладонь)</p>	<p><i>Будем пальцы загибать:</i> (хлопаем по коленям ладонями) 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10</p>
<p>«ЗИМНЯЯ ПЛЯСКА» <i>Мы погреемся немножко,</i> (дети, взявшись за руки, идут по кругу) <i>Мы похлопаем в ладошки:</i> (останавливаются и хлопают в ладоши) <i>Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп.</i> <i>Ножки тоже мы погреем,</i> (двигаются по кругу) <i>Мы потопаем скорее</i> (останавливаются и притопывают) <i>Топ, топ, топ, топ.</i> <i>Рукавицы мы надели,</i> (вытягивают вперед руки и поворачивая ладони вверх-вниз, будто показывая рукавицы) <i>Не боимся мы метели</i> <i>Прыг, прыг, прыг, прыг.</i> (исполняют прыжки на месте) <i>Мы с Морозом подружались,</i> (изображают снежинки, кружатся) <i>Как снежинки закружились</i> («разлетаются» в разные стороны) <i>Да-да-да!</i></p>	<p>«СНЕГОВИКИ И СОСУЛЬКИ» Воспитатель: <i>Встретились однажды во дворе Толстячки-Снеговички и Сосульки-Худышки.</i> <i>Удивились Сосульки:</i> (дети смотрят, подняв брови и широко открыв глаза) <i>«Ах, какие вы толстые!»</i> <i>Рассердились Снеговички:</i> (хмурят брови, морщат губы, смотрят сердито) <i>«Не такие уж мы и толстые!»</i> Воспитатель: <i>Еще больше удивились Сосульки:</i> (округляют губы (как буква «о»), поднимая брови) <i>«О, да вы еще и сердитые!»</i> Воспитатель: <i>Еще больше рассердились Снеговички:</i> (вытягивают губы трубочкой, сводят брови) <i>«У-у-у! Мы действительно сердитые!»</i> (сморщили нос Сосульки: Морщат нос, проносятся слова с недовольством в голосе) <i>«Фу! Не хотим с вами разговаривать!»</i> (скривили губы Снеговички, изображая на лице возмущение, кривят уголки рта) <i>«Ну и не надо»</i></p>	<p>«СНЕГ- СНЕЖОК» <i>Снег-снежок, снег-снежок</i> <i>Мягкий и пушистый.</i> <i>Он на солнышке сверкает,</i> <i>Очень-очень чистый</i> <i>Снегопад, снегопад,</i> <i>С ветерком играет,</i> <i>Все тропинки и дорожки</i> <i>Кружит, замедляет.</i> <i>Зимушка, зимушка</i> <i>Весело хохочет</i> <i>И на лыжах, и на санках</i> <i>Прокатиться хочет.</i> (руки вытянуты вперед и взмахи вниз-вверх, ходьба по кругу, руки «фонарики» кружатся)</p>

<p>«МЕТЕЛЬ» <i>Свистели метели</i> (дети дуют у-у-у) <i>Летели снега</i> (делают руками взмахи перед собой) <i>Стелила постели большая пурга</i> (наклоняются и показывают как падает снег) <i>Стелила постели морозом она</i> (прыгают на месте) <i>И было метелям всю ночь не до сна</i> (дыхательное упражнение губы трубочкой, разводя руки в стороны, то затихают, приближая ладони друг к другу)</p>	<p>«ПОТАНЦУЙ СО МНОЙ, ДРУЖОК» <i>Становись скорей в кружок,</i> <i>потанцуй со мной, дружок!</i> <i>Шаг назад,</i> <i>Шаг вперед,</i> <i>И на месте поворот.</i> <i>Мы летим с тобой вдвоем,</i> <i>Мы ничуть не устаём.</i> <i>Шаг назад, шаг вперёд,</i> <i>И на месте поворот.</i></p>	<p>«ВЕСЕЛЫЕ СЛОГИ» <i>Ла-ла-ла...</i> (три раза хлопают в ладоши) <i>Мила пол мела</i> (имитируют) <i>Лу-лу-лу...</i> (хлопают три раза в ладоши) <i>Слава взял пилу</i> (имитируют) <i>Ул-ул-ул...</i> (хлопают три раза в ладоши) <i>Михаил уснул</i> (кладут руки под щеку) <i>Ща-ща-ща...</i> (хлопают три раза в ладоши) <i>Наварили мы борща.</i> (имитируют) <i>Щи-щи-щи...</i> (хлопают три раза в ладоши) <i>Щиплем щавель мы на щи</i> (имитируют)</p>
<p>«ДОБРОЕ УТРО!» <i>Доброе утро!</i> (поворачиваются друг к другу) <i>Улыбнись скорее!</i> (разводят руки в стороны) <i>И сегодня весь день</i> (хлопают в ладоши) <i>Будет веселее.</i> <i>Мы погладим лобик</i> (выполняют движения по тексту) <i>Носик и щечки</i> <i>Будем мы красивыми</i> (постепенно поднимают руки, выполняя «фонарики») <i>Как в саду цветочки!</i> <i>Разотрем ладошки</i> (движения по тексту) <i>Сильнее, сильнее!</i> <i>А теперь похлопаем</i> <i>Смелее, смелее!</i> <i>Уши мы теперь потрем</i> (разводят руки в стороны) <i>И здоровье сэкономим.</i> <i>Улыбнемся снова,</i> <i>Будьте все здоровы!</i></p>	<p>«ЯБЛОНЯ» <i>Яблоня! Яблоня!</i> (дети идут по кругу, взявшись за руки; в центре) <i>Где же твои яблоки?</i> (подняв руки вверх, стоит один ребенок – «яблоня») <i>Заморозил их мороз?</i> (дети останавливаются, на каждую строчку) <i>Или ветер их унес?</i> (загибают по одному пальцу на левой руке) <i>Или молния спалила?</i> (ребенок «Яблонька» отрицательно качает головой) <i>Или градом их побило?</i> <i>Или птицы поклевали?</i> <i>Куда они пропали?</i> (разводят руками,жимают плечами) <i>Не морозил их мороз</i> (дети загибают по одному пальцу на правой руке) <i>И не ветер их унес,</i> <i>Не спалило их огнем,</i> <i>Града не было с дождем,</i> <i>Птицы их не поклевали...</i> <i>Дети оборвали!</i> (дети разбегаются, яблонька бежит за ними, «пятнает»)</p>	<p>«ВЕСНА КРАСАВИЦА» <i>Наконец сегодня солнце</i> <i>Заглянуло к нам в оконце,</i> <i>Вместо злых метелей, стуж</i> <i>На дороге много луж.</i> <i>Очень нежно греет солнышко,</i> <i>Зачирикали воробушки,</i> <i>И ворона им в ответ</i> <i>Громко каркнула: «Привет!»</i> <i>Ходят люди, улыбаются,</i> <i>Ты пришла, весна-красавица!</i> (руки совершают плавные встречные движения, имитируя движения рук дирижера в оркестре)</p> <p>«ДОЖДИК» <i>Капля раз</i> (прыжок на носочках, руки на поясе) <i>Капля два</i> (еще один прыжок) <i>Очень медленно сперва</i> (четыре прыжка) <i>А потом, потом, потом,</i> <i>Все бегом, бегом, бегом.</i> <i>Мы зонты свои раскрыли</i> (развести руки в стороны) <i>От дождя себя укрыли</i> (Сомкнуть руки над головой полукругом)</p>

