

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №7» муниципальное образование
«Лениногорского муниципального района» Республики Татарстан

Принято
педагогическим советом
протокол №1 от «31» августа 2023г.



Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №7»
Л.Р.Билалова
Введено в действие приказом
от «31» августа 2023г. №75/ПД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по ОО «Физическое развитие»
для детей дошкольного возраста 3-7 лет
на 2023 – 2024 учебный год

Инструктор по физической культуре:
Голунова Наталья Валерьевна,
первая квалификационная категория

г. Лениногорск, 2023г.

Содержание

1. Целевой раздел

1.1.	Аннотация к программе.....	3
1.2.	Пояснительная записка.....	4
1.3.	Цели и задачи реализации программы.....	5
1.4.	Принципы и подходы к формированию программы.....	6
1.5.	Возрастные особенности детей дошкольного возраста.....	8
1.6.	Планируемые результаты освоения программы.....	13

2 Содержательный раздел

2.1.	Содержание образовательной области «Физическое развитие» раздел «Физическая культура».....	17
2.2.	Особенности физического воспитания детей.....	18
2.3.	Психолого-педагогическое сопровождение освоения детьми содержания образовательной области «Физическое развитие» раздела «Физическая культура».....	23
2.4.	Методическое обеспечение.....	24
2.5.	Образовательная область «Физическое развитие», часть формируемая участниками образовательных отношений.....	24
2.6.	Режим двигательной активности в ДОУ.....	25
2.7.	Проектирование воспитательно-образовательного процесса через образовательную деятельность, осуществляемую в ходе совместной деятельности педагога с детьми....	33

3. Организационный раздел.

3.1.	Режим дня.....	34
3.2.	Комплексно - тематический план	37

Список литературы.....	40
------------------------	----

1.1. Аннотация к программе

Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности».

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуется физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО.

Данная Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273 – ФЗ (последняя редакция).
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013г № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано Минюстом Российской Федерации 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
- СанПиН 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями на 24 марта 2021 года).
- СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Уставом МБДОУ «Детский сад №7».

В данной рабочей программе представлена занятия, разработанные на основе значений о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

Цель образовательной области «Физическая культура»: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие детей дошкольного возраста.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач**:

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

1. Целевой раздел

1.2. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое развитие детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности. Задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преобладание в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

Современный педагог, работая с дошкольниками, призванный заботиться о здоровье ребенка, не вправе относиться к нему как к уменьшительной копии взрослого человека, так

как каждому возрастному периоду свойственны свои особенности строения и функционирования.

1.3.Цели и задачи реализации программы.

Цели:

- Сохранение единства образовательного пространства относительно уровня дошкольного образования.
- Формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
- Обеспечение развития личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей.
- Создание условий для развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности

Оздоровительные задачи:

- охрана жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:
- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно – суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно – двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;
- способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

Образовательные задачи:

- формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

Воспитательные задачи:

- формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:
- воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);
- формирование положительных черт характера (организованность, скромность и др.);
- формирование нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

1.4. Принципы и подходы к формированию Программы.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора **принципов, подходов, методов** в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе **качественного подхода** к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов XX столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

Возрастной подход

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

- *Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- *Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.
- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха*, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- *Принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи

родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также **форм организации** физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

разные виды занятий по физической культуре;

- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный

двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

- Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.
- Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
- Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.
- Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.
- С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.
- Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (организованная образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни и недели здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

1.5.Возрастные особенности детей дошкольного возраста.

Возрастные особенности детей во второй младшей группы (от 3 -4 лет)

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга, Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться. Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет. Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы. Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте

детям доступны простейшие виды аппликации. Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу. В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования пред эталонов - индивидуальных единиц восприятия - переходят к сенсорным эталонам - культурно - выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса - и в помещении всего дошкольного учреждения. Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений. Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами. В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других. Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей. Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя. В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Возрастные особенности детей средней группы (от 4 до 5 лет)

В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5-7 см, массы тела - 1,5-2 кг. Рост (средний) четырехлетних мальчиков-100,3 см, а пятилетних-107,5 см. Рост (средний) девочек четырехлет-99,7 см, пяти лет- 106,1 см. Масса тела (средняя) мальчиков и девочек равна в четыре года 15,9 кг и 15,4 кг, а в пять -17,8 кг и 17,5 кг соответственно.

При оценке физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес рост, объем головы - объем грудной клетки и др. С возрастом, естественно, эти показатели изменяются. Так, объем грудной клетки увеличивается интенсивнее, чем объем головы.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Материалы для игр с предметами желательно размещать так, чтобы дети не только занимали удобные позы, но и почаще их меняли.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Сила кисти правой руки за период от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков - от 5,9 до 10 кг, у девочек - от 4,8 до 8,3 кг.

Организуя двигательную деятельность детей, воспитатель должен предоставлять каждому ребенку возможность активно участвовать в играх любого вида. Сюжеты игр для прогулок подбирает такие, чтобы ребята использовали всю площадь зала или участка.

Необходимо дозировать двигательную нагрузку детей при выполнении разных видов упражнений. Например, ходьба на лыжах не должна превышать 15-20 мин., с перерывом на отдых. Отдыхая (2-3 минуты), дети могут постоять на лыжах, посмотреть на заснеженные деревья. В хороший летний день можно совершить с детьми прогулку на расстояние не более 2 км при условии обеспечения короткого отдыха через каждые 20 мин. пути и в середине экскурсии - привал в сухом тенистом месте длительностью до получаса.

Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног - не более 5-6 повторений.

Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп. Вместе с тем следует по возможности развивать у детей мускулатуру предплечья и кисти: на физкультурных занятиях использовать упражнения с мячами, кубиками, флажками; в быту учить ребят пользоваться вилкой, застегивать мелкие пуговицы (но их не должно быть много); в играх предлагать мелкие кубики, кегли, простейший конструктор.

Органы дыхания. Если у детей 2-3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900-1000 см³), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4-5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. Поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия проводились в теплое время года на воздухе.

Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.

Сердечнососудистая система. Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4-5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29.

Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или побледнении лица, учащенном дыхании, одышке, нарушении координации движений и могут наблюдаться у детей на физкультурных занятиях. Важно не допускать утомления ребят, вовремя снижать нагрузку и менять характер деятельности. При переходе на более спокойную деятельность ритм сердечной мышцы восстанавливается.

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов.

К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимо-

действия сигнальных систем. Малышам трудно сопровождать словами игровые действия или воспринимать указания, объяснения воспитателя в процессе выполнения гимнастических упражнений.

На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Так, при нарушении привычных условий жизни, утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

Возрастные особенности развития детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет)

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7-10 см. Средний рост Дошкольника 5 лет составляет около 106,0-107,0 см, а масса тела 17-18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста - 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Эти размеры необходимо учитывать при изготовлении атрибутов для праздничных утренников и подвижных игр.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3-4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности воспитатель должен учитывать при проведении подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных занятий, так как даже самые легкие ушибы в области носа и уха могут привести к травмам.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

При проведении общеразвивающих упражнений воспитатель учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево и т. д. Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как вы-

работка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Развитие сердечно - сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к шести-семи годам составляет 92-95 ударов в минуту. К семи-восемью годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается и работа сердца становится более ритмичной.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20%.

Жизненная емкость легких у пяти - шестилетних детей в среднем равна 1100-1200 см³, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем - 25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дм³ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2-7 раз, а при беге - еще больше.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечнососудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Например, если физкультурные занятия проводятся на воздухе, то общий объем беговых упражнений для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6-0,8 км до 1,2-1,6 км.

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников с учетом проявляемой ими индивидуальности, предупреждении случаев гипердинамики и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

1.6. Планируемые результаты освоения программы (Целевые ориентиры)

Четвертый год жизни

О чем узнают дети: Постепенно дети узнают и называют разные способы ходьбы, построений, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли; исходные положения выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа); новые физкультурные пособия (мячи, ленты, погремушки, кубики и другие), их свойства и возможные варианты их использования.

Дети осваивают простейшие общие для всех правила в подвижных играх, узнают о возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц, насекомых.

Дети знакомятся со спортивными упражнениями: ходьбой на лыжах, ездой на велосипеде, учатся ориентироваться в пространстве, узнают разные способы перестроений.

Что осваивают дети: Построения и перестроения. Порядковые упражнения. Повороты на месте. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег со сменой темпа и направления; прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание). Катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, вдаль. Лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними. Ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на

трехколесном велосипеде; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила игр.

По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются следующие новые двигательные умения:

- строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- начинать и заканчивать упражнения по сигналу;
- сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление;
- ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног;
- бегать, не опуская головы;
- одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях;
- ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели;
- подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола;
- уверенно лазать и перелезать по лесенке-стремянке (высота 1,5 м);
- лазать по гимнастической стенке приставным шагом.

Планируемые результаты освоения программы: **Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками.** У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

Пятый год жизни

О чем узнают дети: Дети узнают о том, что можно выполнять общеразвивающие упражнения в разном темпе (умеренном, быстром, медленном), с разными предметами; в этих упражнениях разнообразные движения рук (одновременные и поочередные, махи, вращения), требования к правильной осанке во время ходьбы и в положениях стоя и сидя, разные виды бега. Результат в упражнении зависит от правильного выполнения главных элементов техники: в беге - от активного толчка и выноса маховой ноги, в прыжке в длину с места - от энергичного отталкивания и маха руками вперед-вверх. Дети узнают основные требования к технике ловли и отбивания мячей от пола, ползанию разными способами, лазанию по лестнице чередующимся шагом одноименным способом, исходному положению и замаху при метании вдаль. Знакомятся с некоторыми подводящими упражнениями. Узнают новое о спортивных упражнениях: зимой можно скользить по ледяным дорожкам с разбега. Дети узнают новые подвижные игры, игры с элементами соревнования, новые правила в играх, действия водящих в разных играх. Узнают, что в ритмических движениях существуют разные танцевальные позиции, движения можно выполнять в разном ритме и темпе, что по музыкальному сигналу можно перестраиваться знакомым способом. Дети узнают новые физкультурные пособия (разные виды мячей, лент, флажков, обручей, гимнастических палок и другие), знакомятся с их свойствами и возможными вариантами их использования в соответствии с этими свойствами. Дети узнают специальные упражнения на развитие физических качеств.

Что осваивают дети: Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении); общеразвивающие упражнения; исходные положения; одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук; темп (медленный, средний, быстрый). Основные движения: в беге - активный толчок и вынос маховой ноги; в прыжках - энергичный толчок и мах руками вперед-вверх; в метании - исходное положение, замах; в лазании - чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подвижные игры: правила; функции водящего. Спортивные упражнения: в ходьбе на лыжах - скользящий шаг. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
- сохранять исходное положение;

- четко выполнять повороты в стороны;
- выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
- сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
- сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
- энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
- ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
- принимать исходное положение при метании; ползать разными способами;
- подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2 м;

Планируемые результаты освоения программы: - Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.
- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Шестой год жизни

О чем узнают дети: Дети узнают новые порядковые упражнения: перестроения в 2 и 3 звена, способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, возможные направления и разную последовательность действий отдельных частей тела. Узнают, что хороший результат в основных движениях зависит от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - от выноса голени маховой ноги вперед. Узнают особенности правильного выполнения равномерного бега в среднем и медленном темпах, прыжков в длину и высоту с разбега «согнув ноги», прыжков со скакалкой, разных способов метания в цель и вдаль, лазания по лестнице разноименным способом, скользящего лыжного хода. Знакомятся со специальными подводящими упражнениями. Узнают разнообразные упражнения, входящие в «школу мяча». Знакомятся с новыми спортивными играми. В подвижных играх осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих. *Что осваивают дети:* Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена. Общеразвивающие упражнения: способы выполнения упражнений с различными предметами, направления и последовательность действий отдельных частей тела. Основные движения: вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге; равномерный бег в среднем и медленном темпах; способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега; прыжки со скакалкой; «школа мяча»; способы метания в цель и вдаль; лазание по лестнице одноименным и разноименным способами. Подвижные и спортивные игры: правила игр, способы выбора ведущего. По мере накопления двигательного опыта у детей форми-

руются следующие новые двигательные умения:

- сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;
- выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки;
- ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры;
- энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге;
- точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- выполнять разнообразные движения с мячами («школа мяча»);
- свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
- самостоятельно проводить подвижные игры; выбивать городки с кона и с полукона;
- вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры;
- передвигаться на лыжах переменным шагом;
- кататься на двухколесном велосипеде и самокате.

Планируемые результаты освоения программы: - Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.
- В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Седьмой год жизни

О чем узнают дети: Дети узнают новые способы построений и перестроений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения. Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры, правила спортивных игр.

Что осваивают дети: Порядковые упражнения: способы перестроения; общеразвивающие упражнения: разноименные и одноименные упражнения; темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением; упражнения в парах и подгруппах; основные движения: в беге - работу рук; в прыжках - плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании - ритмичность при подъеме и спуске. Подвижные и спортивные игры: правила игр; способы контроля за своими действиями; способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Спортивные упражнения: скользящий переменный шаг по лыжне.

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения;
- выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;
- выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;
- сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;

- сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления;
- отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцекрос и другие);
- энергично подтягиваться на скамейке различными способами.

Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»;

-организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола;

-выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах, подъемы и спуски с горы. Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.

Планируемые результаты освоения программы: - Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.

- Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» раздел «Физическая культура»

I. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).

Общеразвивающие упражнения. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Упражнения в равновесии. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Броски, ловля, метание. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

II. Накопление и обогащение двигательного опыта детей

Овладение основными видами движений: ходьба, бег, ползание и лазание, прыжки. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Совершенствование и автоматизация основных видов движений. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Выполнение имитационных движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Выполнение упражнений на образное перевоплощение. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Выполнение статических поз. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Имитация движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

III. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развивающие подвижные игры. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Подвижные игры с правилами и сигналами. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Ориентировка в пространстве. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Движение под музыку. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Танцевальные упражнения. (Направления образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки», «Приобщение к физической культуре».)

2.2. Особенности физического воспитания детей

Особенности физического воспитания детей I младшей группы

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

Основные движения:

1. Ходьба. В первой младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.

2. Бег. На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы.

3. Прыжки. В первой младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а так же в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

4. Катание, бросание, ловля. Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.

5. Ползание и лазание. Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.

6. Упражнения в равновесии. Умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а так же специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.

7. Подвижные игры. Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

С первой младшей группы в режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с учётом их индивидуальных особенностей.

Особенности физического воспитания детей II младшей группы

На четвертом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног). Во второй младшей группе важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Их учат слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движения согласованно с другими детьми после соответствующего указания воспитателя, находить своё место в групповых построениях. Так же детей начинают приобщать к подготовке занятий. Оценка деятельности преимущественно должна быть направлена на анализ их активности, умения действовать сообща, а также на правильность выполнения упражнений.

Во второй младшей группе детей учат строиться – подгруппами и всей группой – в колонну по одному, в одну шеренгу, круг, находить своё место в строю. В первой половине года воспитатель оказывает детям помощь, используя зрительные ориентиры, а в дальнейшем малыши учатся находить своё место самостоятельно.

К общеразвивающим упражнениям детей четвертого года жизни предъявляются более высокие требования с точки зрения качества выполнения (не сгибать колени при наклонах, подниматься на носки и др.).

Основные движения:

1. Ходьба. Вводится ходьба на носках, с высоким подниманием коленей, с изменением направления, с выполнением различных заданий (остановиться, присесть, повернуться лицом к окну, стене, воспитателю). Ходьбу на носках с высоким подниманием коленей необходимо чередовать с обычной ходьбой.

2. Бег. Основное внимание следует уделять формированию у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга и придерживаясь заданного темпа.

3. Прыжки. Детей учат энергично отталкиваться и правильно приземляться во всех видах прыжков. Во второй младшей группе вводится обучение прыжкам с высоты (15-20 см.).

4. Катание, бросание, метание. Во второй младшей группе детей продолжают обучать действиям с мячом. Формируется умение бросать мяч воспитателю, вверх, об пол и ловить его.

5. Ползание, лазание. Вводится лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке. Нужно показать детям правильный хват за перекладину и научить их правильно ставить ноги на неё. Обучая детей ползанию между предметами, подползанию, воспитатель сам показывает способ выполнения.

6. Упражнения в равновесии. Обучение ходьбе и бегу на ограниченной площади (между двух линий, по дорожке, бревну, скамейке), в прямом направлении и змейкой. Упражнения в равновесии следует разнообразить используя игровую форму.

7. Подвижная игра. Проводится в основной части занятия, содержит движения, уже освоенные детьми. Одна и та же игра может повторяться на разных занятиях. Воспитатель может вносить в неё некоторые изменения, дополнения. Следует приучать детей действовать совместно, в соответствии с сигналом, исполнять роль ведущего, соблюдать правила.

В процессе выполнения спортивных упражнений воспитатель приучает детей соблюдать правила безопасности, проявлять взаимопомощь.

Продолжительность утренней гимнастики во второй младшей группе составляет 5-6 минут. В комплекс должны входить пять-шесть общеразвивающих упражнений (как с предметами, так и без них), строевые упражнения, ходьба, бег, прыжки. Педагог выполняет упражнения вместе с детьми по два-три раза, после чего только напоминает последовательность движений, осуществляет общий контроль.

Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений. Педагог должен стимулировать детей к использованию имеющегося физкультурного инвентаря, оборудования личным примером, поощрением.

Особенности физического воспитания детей средней группы

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества.

В средней группе проводятся три физкультурных занятия в неделю, одно из них – на прогулке. Продолжительность каждой части увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счёт усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Детей следует привлекать к подготовке и раздаче инвентаря и его уборке после занятия.

Поговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, воспитатель тем самым помогает детям лучше осознать задание. Поощрение, поддержка помогают детям преодолевать трудности, развивают уверенность в своих силах. При обучении основным видам движений применяются игровые приёмы.

В средней группе дошкольников учат строиться по росту, перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо. Приёмы обучения различны. При перестроении в колонну по двое можно использовать ориентиры, а при перестроении в три колонны воспитатель может назвать детей – новых направляющих, которые пойдут к ориентирам.

В занятие следует включать шесть – семь общеразвивающих упражнений, которые выполняются из разных исходных положений и повторяются четыре – шесть раз.

Основные виды движения:

1. Ходьба. В средней группе ставится задача закрепить у ребёнка умение ходить, координировать движения рук и ног. Для этого в вводной части занятия следует использовать ходьбу с ускорением и замедлением, а так же чередовать ходьбу с бегом.

2. Бег. Упражняя детей в беге, основное внимание воспитатель уделяет развитию ритмичности, обучению активному выносу и подниманию бедра, энергичному отталкиванию носком.

3. Прыжки. Наряду с закреплением умения занимать исходное положение, энергично отталкиваться двумя ногами, правильно приземляться нужно учить детей сочетать отталкивание со взмахом рук. На пятом году жизни дети начинают осваивать прыжки на одной ноге, при этом руки они держат произвольно. Постепенно детей переводят к прыжкам через скакалку, когда она коснётся пола.

4. Бросание, ловля, метание. При выполнении упражнений в катании и прокатывании мяча и обруча детей следует учить мягко касаться этих предметов пальцами, точно направлять их движение. Обучая детей приёмам ловли мяча кистями рук, способам бросания его и отбивания о землю (пол), педагог должен показать и объяснить, как это делается.

5. Ползание, лазанье. В средней группе детей необходимо обучать подлезать под предметы по гимнастической скамейке на животе, с подтягиванием с помощью рук, с опорой на стопы и ладони, перелезать с одного пролёта гимнастической стенке на другой (вправо, влево). К показу этих движений педагог привлекает кого-нибудь из детей, заранее подготовленных, а сам даёт пояснения.

6. Упражнения в равновесии. В средней группе дети продолжают развивать навыки сохранения равновесия в ходьбе и беге. Упражнения усложняются за счёт дополнительных заданий, нового способа выполнения. Упражнения проводятся в медленном с среднем темпе.

7. Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии организуются одна – две подвижные игры. Проводя их повторно, педагог может менять правила и условия, усложнять движения. В течение года следует всех детей научить исполнять роль ведущего другие ответственные роли и выбирать ведущих, используя считалки, короткие и понятные ребёнку.

Обучение спортивным упражнениям проводится на каждом третьем физкультурном занятии по подгруппам.

Утренняя гимнастика проводится в среднем и быстром темпе, без длительных пояснений и пауз. В комплекс необходимо включать шесть – семь общеразвивающих упражнений, которые выполняются по четыре – шесть раз из разных исходных положений. Следует предусматривать упражнения, способствующие формированию правильной осанки, укреплению мышц стопы. Дозировка и темп устанавливаются с учётом сложности упражнений, а также физической подготовленности детей.

Для ребёнка пятого года жизни характерен сравнительно устойчивый интерес к движениям, поэтому необходимо всячески поощрять игры с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к самостоятельному использованию физкультурного оборудования, инвентаря, атрибутов для подвижных игр. Выполнение педагогом упражнений вместе с детьми, участие в играх повышают интерес к двигательной деятельности.

Особенности физического воспитания детей старшей группы

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).

В старшей группе проводятся три физкультурных занятия в неделю продолжительностью минут. Одно из них организуется на прогулке. На занятиях дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения: ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и в высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, через длинную скакалку, бросание и ловлю мяча одной рукой из разных исходных положений и построений, ведение мяча, бег с преодолением препятствий, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям. Приёмами обучения служат показ и объяснение.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командой: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг и несколько кругов; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться и размыкаться. Воспитатель уделяет внимание качеству выполнения строевых упражнений, используя словесные приёмы обучения.

В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть – восемь общеразвивающих упражнений из разных положений. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий.

С детьми шестого года жизни чаще проводятся упражнения с палками, обручами, мячами, шнуром. На занятии педагог, давая чёткие объяснения, должен пользоваться интонацией, подчёркивающей темп выполнения упражнения.

Основные движения:

1. Ходьба. Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией.

2. Бег. В программе предусматриваются разные виды бега, отличающиеся техникой выполнения. Интерес к бегу поддерживают с помощью игровых приёмов, дополнительных заданий. Важно обеспечить постепенное увеличение нагрузки на организм в процессе бега, правильную его дозировку.

3. Прыжки. В старшей группе более разнообразными становятся упражнения в прыжках. Ребёнок шестого года жизни должен выполнять прыжки на двух ногах ритмично, с разнообразными движениями рук. Дозировку прыжков следует постепенно увеличивать. Вводится обучение прыжкам в длину с разбега.

4. Бросание, ловля мяча, метание. В старшей группе эти движения усложняются. Обучая детей приёмам катания мяча, воспитатель формирует умение дифференцировать свои усилия в зависимости от заданного расстояния; при этом он использует ориентиры. На занятиях у детей закрепляют умение ловить мяч. Усложняются и упражнения на отбивание мяча об пол. Детей упражняют так же в метании на дальность.

5. Ползание, лазанье. В старшей группе ползание и лазанье усложняются. Вводятся ползание на четвереньках с толканием мяча головой, под дугами, змейкой, с преодолением препятствий, в сочетании с другими видами движений. Детей необходимо учить пролезанию в обруч разными способами, лазанью по гимнастической стенке, разными способами.

6. Упражнения в равновесии. В старшей группе возрастает роль статических упражнений (сохранение равновесия в положении стоя на гимнастической скамейке на носках, на одной

ноге, в заданной позе). При выполнении упражнений в статическом равновесии ребёнок учит фиксировать упражнения тела.

7. Подвижная игра. На физкультурных занятиях проводятся подвижные игры, ответственные роли в которых исполняют сами дети. Задача педагога – следить за качеством выполнения движений, за тем, чтобы все дети соблюдали правила игры. В ходе игр необходимо формировать физические и нравственно-волевые качества.

В комплекс утренней гимнастики входят шесть-восемь общеразвивающих упражнений, которые выполняются из разных исходных положений и повторяются пять – восемь раз в зависимости от степени сложности. В утреннюю гимнастику обязательно следует включать упражнения на формирование осанки, укрепление стопы, танцевальные движения.

Необходимо побуждать детей в самостоятельной деятельности использовать физкультурный инвентарь и другое оборудование, организовывать подвижные игры с элементами соревнований, спортивные игры и спортивные упражнения. Воспитатель должен регулировать чередование различных видов деятельности, направлять интересы детей.

Особенности физического воспитания детей подготовительной к школе группы

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. В вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения.

На седьмом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

Воспитатель должен использовать приёмы, развивающие осмысленное выполнение упражнений.

На одном занятии дети выполняют восемь – десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть – восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности.

В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнениям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

Основные виды движения:

1. Ходьба. Дети совершенствуют технику ходьбы с разным положением рук.
2. Бег. Происходит отработка легкости, ритмичности, закрепление умения непринужденно держать руки, голову, туловище. Со второй половины года вводится бег с сильным сгибанием ног в коленях и выбрасыванием прямых ног вперёд.
3. Прыжки. В этой группе дети должны прыгать на двух ногах вверх легко, мягко приземляясь, выполняя дополнительные задания, с зажатым между ног набивным мячом, вверх из глубокого приседа. При обучении прыжкам в длину отрабатываются разбег с ускорением, энергичное отталкивание маховой ногой с резким взмахом рук, правильное приземление с сохранением равновесия. Следует также отрабатывать технику разбега с ускорением на последних шагах перед отталкиванием в прыжках с разбега в высоту.

4. Бросание, метание, ловля. В подготовительной к школе группе необходимо использовать резиновые, теннисные, волейбольные, набивные мячи разных размеров. На седьмом году жизни у ребёнка продолжают формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами.

5. Ползание, лазанье. Эти упражнения целесообразно проводить в сочетании с другими видами движений. В течении года следует варьировать условия, менять высоту пособий и способы выполнения упражнений. Воспитатель должен обеспечить умеренную страховку.

6. Упражнения в равновесии. Формированию чувства равновесия способствуют приседания, прыжки на одной ноге, резкое изменение направления бега. В процессе упражнений на равновесие детей учат сохранять правильное положение туловища, головы, действовать уверенно; при этом воспитатель использует показ, практическую помощь детям, зрительные ориентиры, упражнения с переносом предметов.

7. Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии проводится игра, при этом особое внимание уделяется воспитанию выдержки, настойчивости, формированию умения проявлять волевые и физические усилия. Следует организовывать подвижные игры в которых от результата каждого зависит общий результат команды. Одну и ту же игру целесообразно проводить не менее чем на двух занятиях.

В подготовительной к школе группе значительное место на физкультурных занятиях отводится спортивным упражнениям. Воспитатель должен хорошо знать методику обучения этим упражнениям и своевременно регулировать нагрузку.

Упражнения для утренней гимнастики в данной группе наиболее интенсивны. Дозировка и темп задаются воспитателем с учётом сложности упражнения. У детей важно выработать положительное отношение к утренней гимнастике и потребность в ежедневном её выполнении.

Воспитателю следует чередовать разные виды деятельности в течении дня, предоставляя детям возможность выбирать занятия по душе.

На прогулке поощряются спортивные, народные игры (лапта, салочки, классы). Особое внимание надо обращать на физкультурный инвентарь, атрибуты для игр, содержания занятий, физической подготовленности и индивидуальных особенностей детей.

2.3. Психолого-педагогическое сопровождение освоения детьми содержания образовательной области «Физическая культура»

Безусловно, физическое совершенствование ребенка является основной заботой инструктора по физической культуре, который работает в ДОУ. Однако руководитель физического воспитания должен заниматься физическим совершенствованием ребенка вместе с психологом, воспитателями и родителями. Важность роли детского психолога в сфере физкультурной деятельности дошкольников подтверждает совместное развитие (зависимость) психики ребенка и его физических, физиологических показателей.

Работа психолога направлена на активизацию и обеспечение физкультурной деятельности дошкольника психологическими методами и средствами.

В ходе своей работы психолог должен учитывать множественные факторы воздействия на физкультурную деятельность дошкольника, среди которых можно выделить: особенности развития психики ребенка дошкольного возраста; личностные особенности дошкольника, тип его темперамента; особенности взаимоотношений в семье ребенка; особенности отношения родителей к занятию ребенка физической культурой; особенности атмосферы в детской группе, наличие или отсутствие в ней лидеров, конфликтов, активизирующих и сдерживающих факторов; возможность активизации физкультурной деятельности дошкольников через использование различных психологических приемов.

2.4. Методическое обеспечение

№ п/п	Перечень используемой литературы (автор, название, место издания, год)
1.	Физическая культура в детском саду (система работы во второй младшей группе). Л.И. Пензулаева. «Мозаика-синтез» 2014 г.
2.	Физическая культура в детском саду (система работы в средней группе). Л.И. Пензулаева. «Мозаика-синтез» 2014 г.
3.	Физическая культура в детском саду (система работы в старшей группе). Л.И. Пензулаева. «Мозаика-синтез» 2014 г.
4.	Физическая культура в детском саду (система работы в подготовительной группе). Л.И. Пензулаева. «Мозаика-синтез» 2014 г.

2.5. Образовательная область «Физическое развитие» раздел «Физическая культура». (часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Формирование личности, поддержание на необходимом уровне физического и психического здоровья ребенка начинается с его рождения и продолжается в дошкольном возрасте. Особую актуальность приобретает поиск средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для гармоничного развития каждого ребенка.

Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении.

Методическое пособие содержит рекомендации и практический материал для планирования и организации физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Особое внимание уделено индивидуальным занятиям с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии.

Формы организации образовательного процесса по физическому развитию

ООД	ООД в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями воспитанников
-образовательная деятельность (физическая культура) -спортивные игры -подвижные игры -«Неделя здоровья»	-утренняя гимнастика -День здоровья -«Неделя здоровья» -игровые упражнения	-спортивные игры -подвижные игры -игровые упражнения	-физкультурные досуги -спортивные праздники -«Неделя здоровья»

Мероприятия групповые, межгрупповые

- Прогулки, экскурсии.
- Физкультурные досуги (проводятся 1 раз в месяц).
- Спортивные праздники (проводятся 3 раза в год).
- Недели здоровья.
- Дни здоровья.

Особенности организации образовательной деятельности:

- организация образовательной деятельности без принуждения; ненасильственные формы организации;
- присутствие субъектных отношений педагога и детей (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая интересная детям;

- преобладание диалога воспитателя с детьми;
- предоставление детям возможности выбора материалов, оборудования, деятельности;
- более свободная структура ООД;
- приемы развивающего обучения.

МОДЕЛЬ ПРОЕКТИРОВАНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Образовательная область	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
Физическое развитие	двигательная	Подвижные игры, спортивные игры и упражнения, эстафеты, физкультурные занятия, гимнастика, физкультминутки, игры-имитации, физкультурные досуги и праздники, дни здоровья, прогулки, реализация проектов

2.6. Режим двигательной активности в ДОУ

При составлении режима двигательной активности учитывается соотношение времени на проведение режимных моментов, организованную и самостоятельную деятельность детей. Деятельность строго регламентирована. Режим составляется с учетом обеспечения благоприятных условий для здоровья детей и предусматривает четкую ориентацию на возрастные физические и психологические особенности детей, специфику группы.

Важное требование при составлении режима - соблюдение объема учебной нагрузки в соответствии с СанПин 1.2.3685-21

Режим двигательной активности детей младшего дошкольного возраста (2 - 4 года)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия под руководством взрослого							
1. Утренняя гимнастика:							
- Группа детей 2 – 3 лет	7.50 - 8.00 (физ.зал, муз.зал)	10 мин.	10	10	10	10	10
- Группа детей 3 – 4 лет		10 мин.	10	10	10	10	10
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	10 мин.	15	15	15	15	15
4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально ор-							

ганизованное за- каливание:							
- летний период;	С 9.40.-11.00 на прогулке	15 мин.	15	15	15	15	15
-осенне-зимний пе- риод	В течение дня в зависимо- сти от спе- цифики груп- пы	15 мин.	15	15	15	15	15
7. Упражнения по- сле сна с элемен- тами дыхательной гимнастики:							
- группа детей 2 – 3 лет	15.20	15 мин.	15	15	15	15	15
- группы детей 3 – 4 лет	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая дея- тельность (самооб- служивание)	В течение дня	20 мин.	20	20	20	20	20
9. Упражнения на концентрацию внимания	Перед заня- тием	2 мин.	2	2	2	2	2
10.Физкультминутк	Во время за- нятий	1,5 мин.	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
11. Выразительные движения	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч. 15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч. 15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.
3. Сон:							
- Группа детей 2 – 3 лет	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа	3 часа
- группа детей 3 – 4 лет	2ч. 30мин.	2ч. 30мин.	2ч. 30мин.	2ч. 30мин.	2ч. 30мин.	2ч. 30мин.	2ч. 30мин.
Организованная образовательная деятельность (ООД)							
1. Образователь- ная область «Фи- зическая культу- ра»							
- Группа детей 2 – 3 лет	Первая поло- вина дня	10 мин.	10	-	10	10	-
- Группа детей 3 - 4 лет	Первая поло- вина дня	15 мин.	-	15	15	-	15
2. Образователь-							

ная область «Музыка»							
- Группа детей 2 - 3 лет	Первая половина дня	10 мин.	-	10	-	-	10
- Группа детей 3 – 4 лет	Первая половина дня	15 мин.	15	-	-	15	-
Массовые мероприятия							
Музыкально-спортивные праздники, развлечения		.					
- Группа детей 2 – 3 лет	1 раз в месяц	15 мин.	-	-	-	15	-
- Группа детей 3 -4 лет	1 раз в месяц	20 мин	-	-	-	20	-
Самостоятельная деятельность детей (3 часа 55 мин.)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	20 мин.	20	20	20	20	20
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке, в течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

Режим двигательной активности детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия под руководством взрослого							
1. Утренняя гимнастика	8.00 – 8.10 (физ.зал, муз.зал)	10 мин.	10	10	10	10	10
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15

4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально организованное закаливание:							
- летний период	С 10.00 на прогулке	15 мин.	15	15	15	15	15
-осенне-зимний период	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики:	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая деятельность	В течение дня	20 мин.	20	20	20	20	20
9.Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
10. Физкультминутки	Во время занятий	5 мин.	5	5	5	5	5
11. Выразительные движения	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч. 15 мин.	1 ч. 15 мин.	1 ч. 15 мин.	1 ч. 15 мин.	1 ч. 15 мин.	1 ч. 15 мин.
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч. 25 мин.	1 ч. 25 мин.	1 ч. 25 мин.	1 ч. 25 мин.
3. Сон	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.
Организованная образовательная деятельность (ООД)							
1.Образовательная область «Физическая культура»	Первая половина дня	20 мин.	20	20 (гр.№1)	20 (гр.№2)	20	
2. Образовательная область «Музыка»	Первая половина дня	20 мин.	20	-	20	-	-
Массовые мероприятия							
Музыкально-спортивные праздники, развлечения	1 раз в месяц	30 мин.					30

Самостоятельная деятельность детей (3 часа 55 мин.)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1ч.20 мин
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Игры с водой и песком	На прогулках в течение дня	50 мин.	50	50	50	50	50
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке в течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

Режим двигательной активности детей старшего дошкольного возраста (5 - 6 лет)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия под руководством взрослого							
1. Утренняя гимнастика	8.10-8.20 (физ.зал, муз.зал, улица)	10 мин.	10	10	10	10	10
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	30 мин.	30	30	30	30	30
4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	25 мин.	25	25	25	25	25
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.10 на прогулке	25 мин.	25	25	25	25	25

-осенне-зимний период.	В течение дня	25 мин.	25	25	25	25	25
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая деятельность	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
9. Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
10. Физкультминутки	Во время занятий	5 мин.	5	5	5	5	5
11. Выразительные движения	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1ч.40 мин
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1ч. 25 мин.
3. Сон	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.
Организованная образовательная деятельность (ООД)							
1.Образовательная область «Физическая культура»	Первая половина дня, вторая половина дня	25 мин.	-	25	25	-	25
2. Образовательная область «Музыка»	Первая половина дня, вторая половина дня	25 мин.	25	-	-	25	-
Массовые мероприятия							
1. Музыкально-спортивные праздники, развлечения	1 раз в месяц	35 мин.				35	
2. Экскурсии, пешие походы	1 раз в два месяца	50 мин.	-	-	-	50	

Самостоятельная деятельность детей (4ч. 15 мин.)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 час15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке в течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

Режим двигательной активности детей старшего дошкольного возраста (6 - 7 лет)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия под руководством взрослого							
1. Утренняя гимнастика	8.10-8.20 (физ.зал, муз.зал, улица)	10 мин.	10	10	10	10	10
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	30 мин.	30	30	30	30	30
4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	25 мин.	25	25	25	25	25
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.00 на про-	25 мин.	25	25	25	25	25

	гулке						
-осенне-зимний период.	В течение дня	25 мин.	25	25	25	25	25
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая деятельность	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
9. Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В теч. дня	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.
3. Сон	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.	2 часа 30 мин.
Организованная образовательная деятельность (ООД)							
1.Образовательная область «Физическая культура»	Первая половина дня	30 мин.	30	30	-	30	
2. Образовательная область «Музыка»	Первая половина дня	30 мин.	-	30	-	30	-
Массовые мероприятия							
1. Музыкально-спортивные праздники, развлечения	1 раз в месяц	40 мин.				40	
2. Экскурсии, пешие походы	1 раз в два месяца	50 мин.	-	-	-	50 мин.	-
Самостоятельная деятельность детей (4 часа 15 минут)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 час 15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение	50 мин.	50	50	50	50	50

	дня						
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке в течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

2.7. Проектирование воспитательно-образовательного процесса через образовательную деятельность, осуществляемую в ходе совместной деятельности педагога с детьми

Направления и формы работы с детьми		Регламент работы	
Образование		Для детей от 3 до 4 лет	Для детей от 3 до 7 лет
Содержание образования по образовательным областям:	Деятельность по реализации образовательных областей в совместной деятельности педагога с детьми и самостоятельной деятельности детей:		
«Физическое развитие»	формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой		
	утренняя гимнастика	Еедневно	Еедневно
	Организованная образовательная деятельность (физическая культура)	3 раза в неделю	3 раза в неделю
	спортивные игры	-	Еедневно
	подвижные игры	Еедневно	Еедневно
	физкультурные досуги	-	1 раз в месяц
	спортивные праздники	-	1 раз в квартал
	«Неделя здоровья»	-	3 раза в год
	День здоровья	-	В период каникул
	охрана здоровья детей, формирование основ культуры здоровья		
	закаливание	Еедневно	Еедневно
	бодрящая гимнастика	Еедневно	Еедневно
	прогулка	Еедневно	Еедневно

3. Организационный раздел

3.1.Режим дня холодный период года

Режимные моменты		I младшая группа	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием, осмотр, измерение температуры, игровая деятельность. Самостоятельная деятельность. Утренняя прогулка		6.00 – 7.50	6.00 – 7.50	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.10
Утренняя гимнастика (на свежем воздухе старшая, подготовительная группы)		7.50 – 8.00	7.50 – 8.00	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10	8.10 – 8.20
Гигиенические процедуры, дежурство (средняя, старшая, подготовительная группы). Подготовка к завтраку, завтрак		8.00 – 8.20	8.00 – 8.25	8.10 – 8.30	8.10 – 8.35	8.20 – 8.40
Самостоятельная игровая деятельность. Подготовка к ООД		8.20 – 9.00	8.25 – 9.00	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.40 – 9.00
Организованная образовательная деятельность	Понедельник	9.00 – 9.10 9.20 – 9.30	9.00 – 9.15 9.25 – 9.40	9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
	Вторник			9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.25 10.40 – 11.05 (на воздухе)	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
	Среда			9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.25 9.40 – 10.05	9.00 – 9.30 9.30 – 10.00 (по подгруппам) 10.10 – 10.40 10.50 – 11.20 (на воздухе)
	Четверг			9.00 – 9.20 10.10 – 10.30 (на воздухе)	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
	Пятница			9.00 – 9.20 9.30 – 9.50	9.00 – 9.25 9.35 – 10.00	9.00 – 9.30 9.40 – 10.10 10.20 – 10.50
Второй завтрак		9.30 – 9.40	9.40 – 9.50	9.50 – 10.00	10.00 – 10.10	10.10 – 10.20

Подготовка и выход на прогулку, прогулка. ООД на прогулке	9.40 – 11.00	9.50 – 11.20	10.00 – 11.30	10.10 – 11.40	10.50 – 11.50
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность	11.00 – 11.25	11.20 – 11.40	11.30 – 11.50	11.40 – 11.55	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	11.25 – 12.00	11.40 – 12.10	11.50 – 12.20	11.55 – 12.25	12.00 – 12.30
Подготовка к дневному сну, дневной сон	12.00 – 15.00	12.10 – 15.00	12.20 – 15.00	12.25 – 15.00	12.30 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
Подготовка к полднику, полдник	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30	15.15 – 15.30
Организованная образовательная деятельность	–	–	–	15.30 – 15.55 (пн, вт, ср, пт)	–
Игры, самостоятельная деятельность. Дополнительные формы образования	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 16.00	15.30 – 15.55 (четверг)	15.30 – 16.00
Подготовка к ужину, ужин	16.00 – 16.30	16.00 – 16.30	16.00 – 16.35	15.55 – 16.30	16.00 – 16.30
Чтение художественной литературы. Дополнительные формы образования	16.30 – 16.40	16.30 – 16.45	16.35 – 16.55	16.30 – 16.55	16.30 – 17.00
Прогулка. Игры, уход детей домой	16.40 – 18.00	16.45 – 18.00	16.55 – 18.00	16.55 – 18.00	17.00 – 18.00

Режим дня тёплый период года

Режимные моменты	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа №1	Подг. к школе группа
Прием, осмотр, измерение температуры, игры.	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00	6.00 – 8.00
Утренняя гимнастика.		8.00 – 8.05	8.00 – 8.07	8.00 – 8.10	8.00 – 8.10
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры, дежурство (средняя, старшая, подготовительная группы).		8.05 – 8.15	8.07 – 8.20	8.10 – 8.25	8.10 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак.	8.00 – 8.20	8.15 – 8.30	8.20 – 8.50	8.25 – 8.35	8.30 – 8.50
Самостоятельная деятельность.	8.20 – 9.00	8.30 – 9.00	8.50 – 9.00	8.35 – 9.00	8.50 – 9.00
Подготовка и выход на прогулку, прогулка.	9.00 – 11.20	9.00 – 12.00	9.00 – 12.10	9.00 – 12.25	9.00 – 12.35
Организованная образовательная деятельность (на прогулке)	—	—	—	—	—
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, самостоятельная деятельность.	11.20 – 11.45	12.00 – 12.20	12.10-12.30	12.25-12.40	12.35 – 12.45
Подготовка к обеду, обед.	11.45 – 12.20	12.20-12.50	12.30- 13.00	12.40- 13.10	12.45 – 13.15
Подготовка к дневному сну, дневной сон.	12.20 – 15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15 – 15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры.	15.00 – 15.15	15.00-15.15	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00 – 15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.15 – 15.25	15.15-15.30	15.25-15.50	15.25-15.40	15.25 – 15.40
Самостоятельная игровая деятельность.	15.25 – 16.15	15.30-16.00	15.50-16.10	15.40-16.05	15.40 – 16.10
Подготовка к ужину, ужин.	16.15 – 16.30	16.00-16.30	16.10-16.40	16.10-16.40	16.10 – 16.40
Чтение художественной литературы.	16.30 – 16.40	16.30 – 16.45	16.40 – 16.55	16.40 – 16.55	16.40 – 17.00
Прогулка. Игры, уход детей домой.	16.40 – 18.00	16.45-18.00	16.55-18.00	16.55-18.00	17.00 – 18.00
Дома.					
Прогулка.	18.00 – 19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.30	18.00 – 20.00
Возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	19.00 – 20.30	19.00-20.30	19.00-20.30	19.30-20.30	20.00 – 20.45
Ночной сон.	20.30 – 5.30	20.30-5.30	20.30-5.30	20.30-5.30	20.30 – 5.30

3.2. Комплексно - тематический план

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №7»
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

Принято
педагогическим советом
протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №7»
_____ Л.Р.Билалова
Введено в действие приказом от «31» августа 2023 г. № 75/ПД

Комплексно – тематическое планирование «Физическая культура» с детьми второй младшей группы 3-4 лет на 2023 -2024 учебный год

Инструктор по физической культуре:
Голунова Наталья Валерьевна

г.Лениногорск 2023г.

Месяц	Задачи
Сентябрь	<i>Учить:</i> ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; энергично отталкивать мяч при прокатывании; группироваться при лазании под шнур. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. <i>Развивать:</i> ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; умение действовать по сигналу воспитателя; ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: Учатся ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; энергично отталкивать мяч при прокатывании; группироваться при лазании под шнур. Упражняются в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. Развивают ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; умение действовать по сигналу воспитателя; ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу. Социально – коммуникативное развитие: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитаны уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (курэш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
	Вводная часть	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. игра "Пойдем в гости".	Ходьба и бег всей группой "стайкой" за воспитателем.	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий по сигналу	Ходьба и бег по кругу.
	ОРУ	Ходьба между двумя линиями "Пройдем по дорожке".	Без предметов	С мячом	С кубиками
	ОВД		Прыжки на двух ногах на месте	Прокатывание мячей. "Прокати и догони".	Ползание с опорой на ладони и колени.
	Подвижная игра	"Бегите ко мне".	Игровое задание "Птички".	Тат. игра «Песи һәм чыпчыклар»	"Быстро в домик".
	Заключительная часть	Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала, в руках у педагога игрушка	Игровое задание "Найдем птичку".	Ходьба в колонне по одному.	Игра "Найдем жучка".
	Игровые упражнения	«Прокати мяч», «Брось мяч», «Догоните меня», «Бегите ко мне»	«Пойдем по мостику». «Мой веселый звонкий мяч»	«Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч»	«Догоните меня», «Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч»

Месяц	Задачи
Октябрь	Упражнять: в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании; в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; Развивать: умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; ловкость в игровом задании с мячом; координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров
	Физическое развитие: Упражняются в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании; в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Развивают умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; ловкость в игровом задании с мячом; координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. Социально – коммуникативное развитие: Выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участву-

ют в играх с элементами спорта.

Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к русским народным играм. Поощрять самостоятельную организацию знакомых игр, участие в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям.

Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (кураш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт)

Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку.

При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013.

2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
	Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания «Лягушки», бег в колонне по одному и в рассыпную	Ходьба и бег по кругу.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, в рассыпную, по всему залу.	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	На стульчиках (Гимнастических скамейках)
ОВД	1. Равновесие «Пойдем по мостику». 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. «Прокати мяч».	1. Игровое упражнение «Быстрый мяч». 2. Игровое упражнение «Проползи – не задень».	1. Ползание «Крокодильчики». 2. Равновесие «Пробеги – не задень».
Подвижная игра	«Догони мяч».	Игра «Ловкий шофер».	«Зайка серый умывается».	Тат. игра «Песи һәм чыпчыклар»
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	Игровое задание «Машины поехали в гараж».	Игра «Найдем зайку».	Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом».
	Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
Игровые упражнения	«Мышки», «Цыплята», «Поймай комара», «Бегите ко мне»	«Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке», «Поезд», «Кот и воробушки».	«Перепрыгнем канавку», «Докати до кегли», «Чей мяч дальше», «Поезд»	«Прокати мяч по дорожке», «Поймай комара», «По мостику», «Наседка и цыплята»

Месяц	Задачи
Ноябрь	<i>Учить:</i> приземляться на полусогнутые ноги. <i>Упражнять:</i> в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу; в ползании; в ходьбе с выполнением заданий; в ползании; в равновесии. <i>Развивать:</i> координацию движений и глазомер; умение действовать по сигналу воспитателя; координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; внимание, реакцию на сигнал воспитателя.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: Учатся приземляться на полусогнутые ноги. Упражняются в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу; в ползании; в ходьбе с выполнением заданий; в ползании; в равновесии. Развивают координацию движений и глазомер; умение действовать по сигналу воспитателя; координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; внимание, реакцию на сигнал воспитателя. Социально – коммуникативное развитие: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их. Познавательное развитие:(ЭРС) проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитаны уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (кураш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
		Игровое здание «Веселые мышки».	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, задания «Лошадки», «Стрекозы», широким свободным шагом;	Игровое упражнение «Твой кубик».	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному
	<i>ОРУ</i>	С ленточками	С обручем	Без предметов	С флажками
	<i>ОВД</i>	1. Равновесие «В лес по тропинке». 2. Прыжки «Зайки – мягкие лапочки».	1. Прыжки «Через болото». 2. Прокатывание мячей «Точный пас».	1. Игровое задание с мячом «Прокати – не задень». 2. «Проползи – не задень».	1. Ползание. Игровое задание – «Паучки». 2. Равновесие. Ходьба по доске лежащей на полу.
	<i>Подвижная игра</i>	«Ловкий шофер».	«Мыши в кладовой».	Тат. игра «Тигез юл буйлап»	«Поймай комара».
	<i>Заключительная часть</i>	Игра «Найдем зайчонка».	Игра «Где спрятался мышонок?».	Ходьба в колонне по одному или игра малой подвижности по выбору детей.	Ходьба в колонне по одному за «комаром»
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	<i>Игровые упражнения</i>	«Прокати мяч и доползи», «Пробеги по мостику», «Мыши в кладовой», «По ровненькой дорожке»	«Перепрыгни из ямки в ямку», «Наседка и цыплята», «Догони мяч»	«Перепрыгни ручеек», «Прокати мяч до кегли и сбей ее», «Кот и мыши», «Найди свой домик»	«Прокати в ворота», «Доползи до зайки», «Пузырь», «Поймай комара», «Зайка серый умывается»

Месяц	Задачи
Декабрь	<i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках; в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу; в ходьбе и беге враспынную; в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. <i>Развивать:</i> ориентировку в пространстве.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: Упражняются в ходьбе и беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках; в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу; в ходьбе и беге враспынную; в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. Развивают ориентировку в пространстве. Социально – коммуникативное развитие: Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
		Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Самолеты»	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Воробышки» бег в колонне по одному;	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную.
	<i>ОРУ</i>	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках (гим. скамейках)
	<i>ОВД</i>	1.Равновесие. «Пройди – не задень». 2.Прыжки. «Лягушки-попрыгушки».	1.Прыжки со скамейки 2.Прокатывание мячей друг другу.	1.Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». 2.Ползание под дугу «Проползи – не задень»	1.Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». 2.Равновесие. «Пройдем по мостику».
	<i>Подвижная игра</i>	Тат. игра «Тилгэн һәм че-билэр» стр. 147	«Найди свой домик».	Тат. игра «Бакалар» стр. 74	«Птица и птенчики».
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному. Игра «Найдем птенчика».	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Найдем лягушонка»	И.м.п. «Найдем птенчика».
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	<i>Игровые упражнения</i>	«Пролезь в норку», «Пройди по дорожке», «Перешагни через кубик», «Поймай мяч», «Найди свой домик»	«Пройди по мостику», «С кочки на кочку», «Попади снежком в корзину», «Наседка и цыплята», «Пузырь», «Воробушки и кот»	«Спрыгни со скамейки», «Прокати между предметами», «Воробушки и кот»	«По ровненькой дорожке», «Лягушки», «Птица и птенчики»

Месяц	Задачи
Январь	<i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча; в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер; ловкость при катании мяча друг другу; координацию движений. <i>Закреплять (повторить):</i> ходьбу с выполнением задания; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; упражнение в ползании; ходьбу с выполнением заданий.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: Упражняются в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча; в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивают ловкость и глазомер; ловкость при катании мяча друг другу; координацию движений. Закрепляют (повторяют): ходьбу с выполнением задания; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; упражнение в ползании; ходьбу с выполнением заданий. Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
		Ходьба в колонне по одному. ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу. Ходьба и бег в чередовании.	Игровое упражнение «На полянке».	Ходьба и бег вокруг кубиков	«Лягушки и бабочки».
	<i>ОРУ</i>	С платочками	С обручем	С кубиками	Без предметов
	<i>ОВД</i>	1. Равновесие «Пройди – не упади». 2. Прыжки «Из ямки в ямку».	1.Прыжки «Зайки – прыгуны». 2.прокатывание мяча между предметами.	1.«Прокати – поймай». 2.«Медвежата».	1.Ползание под дугой, не касаясь руками пола 2.Равновесие «По тропинке».
	<i>Подвижная игра</i>	Тат. игра «Тилгэн һәм чебилэр» стр. 147	«Птица и птенчики»	Тат.игра «үз төсөңне тап»	Тат. игра «Йонлач көчек»
	<i>Заключительная часть</i>	И.м.п. «Найдем цыпленка?»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	<i>Игровые упражнения</i>	«Мышки вылезли из норки», «Щенята полезли через забор», «Перепрыгни через шнур», «С кочки на кочку», «Пройди по снежному валу»	Ходьба по доске, прыжки со скамейки, катания мяча в ворота, «Наседка и цыпленок», «Лохматый пес», «Найди свой домик»	Прыжки, с продвижением вперед, прыжки вокруг предметов, катание мяча вокруг предметов, «Найди свой цвет», «Воробушки и кот», «Пузырь».	Катание мяча между линиями, в ворота друг другу, лазание под шнур, «Лягушки», «Поймай снежинку», «Догони мяч», «Добеги до кубика».

Месяц	Задачи
Февраль	<i>Разучить:</i> бросание мяча через шнур. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге вокруг предметов; в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; в ходьбе переменным шагом; в ходьбе и беге врассыпную; в умении группироваться в лазании под дугу; <i>Закреплять (повторять):</i> прыжки с продвижением вперед; ползание под шнур, не касаясь руками пола; упражнение в равновесии. <i>Развивать:</i> координацию движений при ходьбе переменным шагом; ловкость и глазомер в заданиях с мячом; координацию движений; ловкость и глазомер.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: Разучивают бросание мяча через шнур. Упражняются в ходьбе и беге вокруг предметов; в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; в ходьбе переменным шагом; в ходьбе и беге врассыпную; в умении группироваться в лазании под дугу. Закрепляют (повторяют): прыжки с продвижением вперед; ползание под шнур, не касаясь руками пола; упражнение в равновесии. Развивают координацию движений при ходьбе переменным шагом; ловкость и глазомер в заданиях с мячом; координацию движений; ловкость и глазомер. Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
	Вводная часть	Ходьба и бег по кругу	Ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой.	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную.
	ОРУ	С кольцом	С малым обручем	С мячом	Без предметов
	ОВД	1.Равновесие. «Перешагни – не наступи». 2.Прыжки. «С пенька на пень».	1.Прыжки «Веселые воробышки». 2.Прокатывание мяча «Ловко и быстро!».	1.Бросание мяча через шнур двумя руками, 2.подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	1.Лазание под дугу в группировке «Под дугу». 2.Равновесие. Ходьба по доске лежащей на полу
	Подвижная игра	Тат.игра «үз төсеңне тап»	«Воробышки в гнездышках».	Тат.игра «Песи һәм чыпчыклар»	Тат. игра «Бакалар»
	Заключительная часть	И.м.п. по выбору детей	Игра «Найдем воробышка».	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	Игра «Найдем лягушонка».
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	Игровые упражнения	Подлезание, не касаясь пола руками, ходьба по снежному валу, катание мяча в прямом направлении, «Поезд», «Найди свой цвет».	ходьба по скамейке, по снежному валу, перешагивание через кубики, «Наседка и цыплята», «Лохматый пес», «Найди свой цвет»	«Из ямки в ямку», катание мяча друг другу, бросание снежков в даль, «По ровненькой дорожке», «Лягушки», «Поймай снежинку»	Бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками, бросание снежков правой и левой рукой, катание мяча по дорожке, подлезание под дугу, «Воробышки и кот», «Поезд», «Лягушки»

Месяц	Задачи
Март	<i>Разучить:</i> прыжки в длину с места. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; в ходьбе и беге враспынную; в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. <i>Развивать:</i> развивать ловкость при прокатывании мяча; умение действовать по сигналу воспитателя; координацию движений в ходьбе и беге между предметами. <i>Повторить:</i> прыжки между предметами; упражнения в ползании.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: Разучивают прыжки в длину с места. Упражняются в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; в ходьбе и беге враспынную; в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Развивают развивать ловкость при прокатывании мяча; умение действовать по сигналу воспитателя; координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторяют прыжки между предметами; упражнения в ползании. Социально – коммуникативное развитие: выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
	<i>Вводная часть</i>	ходьба по кругу, затем бег по кругу в умеренном темпе, переход на ходьбу и остановка.	Ходьба и бег в колонне по одному; врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, игровые упражнения «Лошадки», «Бабочки»	Ходьба и бег между предметами
	<i>ОРУ</i>	С кубиком	Без предметов	С мячом	Без предметов
	<i>ОВД</i>	1.«Ровным шажком». 2.Прыжки «Змейкой».	1.Прыжки «Через канавку». 2.Катание мячей друг другу «Точно в руки».	1.«Брось – поймай». 2.Ползание на повышенной опоре (скамейке). Игровое упражнение «Муравьишки».	1.Ползание «Медвежата». 2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке
	<i>Подвижная игра</i>	Тат. игра «Куяннар»	Тат.игра «үз төсөнне тап»	Тат.игра «Ап-ак куян...»	«Автомобили»
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Найдем зайку?».	Ходьба в колонне по одному – «автомобили поехали в гараж».
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	<i>Игровые упражнения</i>	Подлезание под шнур, «Перепрыгни через ручеек», «Допрыгни до предмета», «Поймай комара», «Кролики», «Найди свой цвет».	ходьба по шнуру, перебрасывание мяча друг другу, «Сбей кеглю», «Проползи по мостику», «Зайка серенький умывается», «Лягушки»	Прыжки с высоты, бросание мяча вверх и ловля двумя руками, ползание по скамейке, «Кролики», «Лохматый пес»	бросание мяча вверх и о землю и ловля его двумя руками, ходьба и бег по дорожке, «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Птица и птенчики»

Месяц	Задачи
Апрель	<i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в ползании на ладонях и ступнях; ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. <i>Развивать:</i> ловкость в упражнениях с мячом; ловкость и глазомер в упражнении с мячом; <i>Закреплять (повторить):</i> ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры; ходьбу и бег с выполнением заданий; ползание между предметами.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: Упражняются в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в ползании на ладонях и ступнях; ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Развивают ловкость в упражнениях с мячом; ловкость и глазомер в упражнении с мячом. Закрепляют (повторить): ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры; ходьбу и бег с выполнением заданий; ползание между предметами. Социально – коммуникативное развитие: интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их результаты, демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках Познавательное развитие: (ЭРС). Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитывают уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
		Ходьба и бег вокруг кубиков	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Жуки»	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Великаны и гномы»	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Воробышки», «Лягушки»
	<i>ОРУ</i>	На скамейке с кубиком	С косичкой	Без предметов	С обручем
	<i>ОВД</i>	Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке 2.Прыжки «Через канавку».	1.Прыжки из кружка в кружок. 2.Упражнения с мячом. «Точный пас».	1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1.Ползание «Проползи – не задень». 2.Равновесие «По мостику».
	<i>Подвижная игра</i>	«Тишина»	Тат. игра «Тигез юл буйлап»	«Мы топаем ногами».	«Огуречик, огуречик...»
	<i>Заключительная часть</i>	Игра «Найдем лягушонка».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	<i>Игровые упражнения</i>	Подлезание под шнур, перепрыгивание через шнур, бросание мяча вдаль, «Поймай комара», «Найди свой цвет»	ходьба по скамейки через кубики, прокатывание мяча между предметами, ползание под дугу, «Поезд», «Воробышки и кот», «Лягушки»	Прыжки с заборчика, проползание между кеглями, ходьба по гимнастической скамейке, «Мы топаем ногами», «Кролики и сторож», «Найди свой цвет»	Лазание под дугу, ползание на четвереньках, ходьба и бег по дорожке, «Сбей кеглю», «Наседка и цыплята», «Воробышки и кот»

Месяц	Задачи
Май	<i>Упражнять:</i> и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу; в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке; в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; <i>Развивать:</i> ориентировку в пространстве. <i>Закреплять (повторить):</i> ходьбу и бег врассыпную; задание в равновесии и прыжках.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: Упражняются и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу; в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке; в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке. Развивают ориентировку в пространстве. Закрепляют (повторяют): ходьбу и бег врассыпную; задание в равновесии и прыжках. Социально – коммуникативное развитие: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитаны уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (куряш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, зур, кечкенэ, куян, аю, бер, ике, оч, дурт) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
		Занятие 1-2	Занятие 4-5	Занятие 7-8	Занятие 10-11
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Пчелка»	Ходьба в колонне по одному; ходьба мелким, семенящим шагом; бег врассыпную
	<i>ОРУ</i>	С кольцом	С мячом	С флажками	Без предметов
	<i>ОВД</i>	1.Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке 2.Прыжки через шнуры	1.Прыжки «Парашютисты». 2. Прокатывании мяча друг другу	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке.	1.Лазание на наклонную лесенку 2. ходьба по доске лежащей на полу
	<i>Подвижная игра</i>	«Мыши в кладовой».	Тат.игра «Песи һәм чыпчыклар»	«Огуречик, огуречик...»	Тат. игра «Тилгән һәм тавык» стр. 147
	<i>Заключительная часть</i>	«Где спрятался мышонок».	Ходьба в колонне по одному. И.м.п. по выбору детей.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
		Занятие 3	Занятие 6	Занятие 9	Занятие 12
	<i>Игровые упражнения</i>	«Воробышки и кот» «Лохматый пёс» М/п.и. «Тишина»	«Найди свой цвет» «Мы топаем ногами» «Наседка и цыплята»	«Птица птенчики» «Кролики» «Лови, бросай, мяч не теряй»	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча в воротики. «Сбей кеглю»

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №7»
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

Принято
педагогическим советом
протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №7»

Л.Р.Билалова
Введено в действие приказом от «31» августа 2023 г. №75 /ПД

**Комплексно – тематическое планирование
«Физическая культура»
с детьми средней группы 4-5 лет
на 2023 -2024 учебный год**

Инструктор по физической культуре:
Голунова Наталья Валерьевна

г. Лениногорск, 2023 г.

Месяц	<i>Задачи</i>
Сентябрь	<i>Учить:</i> сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; катать обруч друг другу; останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; перебрасывать мяч друг другу. <i>Закреплять:</i> подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; умение группироваться при лазанье под шнур; <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге колонной по одному; в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании; в ходьбе и беге колонной по одному и враспынную; в умении действовать по сигналу; в прокатывании мяча; в ходьбе и беге по одному, на носках; в прыжках; в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прокатывании мяча, лазанье под шнур; в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками; точность приземления.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: научились сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; катать обруч друг другу; останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; перебрасывать мяч друг другу. Закрепили подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; умение группироваться при лазанье под шнур; Упражняются в ходьбе и беге колонной по одному; в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании; в ходьбе и беге колонной по одному и враспынную; в умении действовать по сигналу; в прокатывании мяча; в ходьбе и беге по одному, на носках; в прыжках; в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прокатывании мяча, лазанье под шнур; в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивают ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками; точность приземления. Социально – коммуникативное развитие: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитаны уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (куряш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
	Построение в шеренгу, проверка равнения. Ходьба и бег в чередовании	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; ходьба и бег врассыпную. Построение в 3-4 круга.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя.	Ходьба в колонне по одному, на носках по сигналу воспитателя; бег между кеглями, бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному в обход предметов, бег врассыпную; по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу	Ходьба в колонне по одному, с заданиями по сигналу; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, огибая предметы по углам площадки; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег врассыпную.
ОРУ	Без предметов		С флажками		С мячом		С малыми обручами	
ОВД	1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя линиями 2. подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой 3. Ходьба между двумя линиями 4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика	Игровые упражнения. Тат. игра «Тупны үткәрмә» - «Не пропусти мяч» «Не задень».	1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Прыжки на двух ногах вверх - 4. Ползание на четвереньках по прямой	Игровые упражнения. «Прокати обруч». «Вдоль дорожки».	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками 4. Лазанье под дугу 5. Прыжки на двух ногах между кубиками	Игровые упражнения. «Мяч через сетку». «Кто быстрее добежит до кубика», «Подбрось - поймай».	1. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу 1. Равновесие: ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени. 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед	Игровые упражнения. «Перебрось - поймай». «Успей поймать». «Вдоль дорожки».
Подвижная игра	Тат. игра «Үз парынны тап»	Тат. игра «Машина килә»	«Самолеты»	Тат. игра «Үз парынны тап»	«Огуречик, огуречик...»	Тат. игра «Песи һәм чыпчыклар»	Тат. игра «Аю белән балалар»	«Огуречик, огуречик...»
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному, помахиная платочком над головой.	И.м.п. «Найдем воробышка».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой.	Ходьба в колонне по одному	И.м.п. Тат. игра «Кайда шалтыраттылар»	Ходьба в колонне по одному

Месяц	Задачи
Октябрь	<i>Учить:</i> сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; <i>Закреплять:</i> умение прокатывать мяч друг другу; умение действовать по сигналу; ходьбу в колонне по одному; лазанье под дугу, не касаясь руками пола; ходьбу и бег колонной по одному; <i>Упражнять:</i> в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; в перебрасывании мяча через сетку; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках; в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу; в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед; в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры; в бросании мяча в корзину. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер; глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; точность направления движения.
	Физическое развитие: учатся сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; Закрепляют умение прокатывать мяч друг другу; умение действовать по сигналу; ходьбу в колонне по одному; лазанье под дугу, не касаясь руками пола; ходьбу и бег колонной по одному. Упражняются в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; в перебрасывании мяча через сетку; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках; в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу; в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед; в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры; в бросании мяча в корзину. Развивают ловкость и глазомер; глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; точность направления движения. Социально – коммуникативное развитие: Выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта. Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к русским народным играм. Поощряют самостоятельную организацию знакомых игр, участие в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (курэш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		13-14 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
		Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу и бег с перешагиванием через шнуры	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке	Ходьба враспынную и бег враспынную. Построение в шеренгу по сигналу. Построение в три колонны.	Ходьба и бег в колонне по одному, с заданием. Бег на носках в чередовании с обычным бегом.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски, бег враспынную по всему залу.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя переход на ходьбу и бег между кубиками	ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег враспынную.	Ходьба в колонне по одному с заданиями; бег враспынную;
	ОРУ	С косичкой		Без предметов		С мячом		С кеглей	
	ОВД	1. ходьба по гим. скамейке. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 3. ходьба по гим. скамейке с мешочком на голове, 4. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее, а затем пройти в конец своей колонны.		1. Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами		1. Прокатывание мяча в прямом направлении 2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола 3. Лазанье под дугу 4. Прыжки на двух ногах через 4-5 линий 5. Подбрасывание мяча двумя руками		1. Подлезания под дугу 2.ходьба по доске положенной на пол, перешагивая через кубики 3. Прыжки на двух ногах между набивными мячами 4. Лазанье под шнур, с мячом в руках, 5. Прокатить мяч по дорожке	
	Подвижная игра	Тат. игра «Песи һәм тычканнар»	Тат. игра «Үз төсенне тап»	Тат. игра «Машина килә»	«Әбәкче» стр. 50	Тат. игра «Аю белән балалар»	Тат. игра «Төсле машиналар»	Тат. игра «Песи һәм тычканнар»	Тат. игра «Атлар»
	Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом».	Ходьба в колонне по одному	«Автомобили поехали в гараж» (в колонне по одному.)	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Угадай, где спрятано».	Ходьба в колонне по одному - «автомобили поехали в гараж».	И.м.п. Тат. игра «Кем тавышы, бел»	Ходьба в колонне по одному

Месяц	Задачи
Ноябрь	<i>Закреплять:</i> умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнение в прыжках; ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении; ползание на четвереньках; задание на сохранение устойчивого равновесия. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах; в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры; в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча; в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; в ходьбе между предметами, не задевая их; в прыжках и беге с ускорением; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; в прыжках. <i>Развивать:</i> силу и ловкость; глазомер и силу броска при метании на дальность.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров
	Физическое развитие: Закрепляют умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнение в прыжках; ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении; ползание на четвереньках; задание на сохранение устойчивого равновесия. Упражняются в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах; в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры; в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча; в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; в ходьбе между предметами, не задевая их; в прыжках и беге с ускорением; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; в прыжках. Развивают силу и ловкость; глазомер и силу броска при метании на дальность. Социально – коммуникативное развитие: Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных контактов со взрослыми и ровесниками в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта. Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к чувашским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
		Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления по сигналу, ходьба между предметами	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук: на пояс, в стороны, за голову; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, с изменением направления; высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.	. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, поставленными в одну линию, ходьба и бег врассыпную	. Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу изменить направление движения; ходьба и бег врассыпную.
	<i>Вводная часть</i>								
	<i>ОРУ</i>	С кубиком		Без предметов		Без предметов		С флажками	
	<i>ОВД</i>	1. ходьба по гим. скамейке, перешагивая через кубики, 2. Прыжки на двух ногах, 3.ходьба по гим. скамейке с мешочком на голове, 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 5. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками		1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу		1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 4. Прыжки на двух ногах между предметами		1. Ползание по гим. скамейке на животе подтягиваясь двумя руками, 2. ходьба по гим. скамейке боком приставным шагом 2. Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и колени 3. Прыжки на двух ногах до кубика	
	<i>Подвижная игра</i>	Тат. игра «Әбәкче» стр. 50	Тат. игра «Куяннар»	«Самолеты»	Тат. игра «Үз парынны тап»	Тат. игра «Төлке һәм тавыклар»	«Әбәкне кайтар» стр.70	Тат. игра «Төсле машиналар»	«Самолеты»
	<i>Заключительная часть</i>	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	Ходьба в колонне до одному	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне до одному	Ходьба в колонне до одному	Ходьба в колонне до одному	И.м.п. по выбору детей

Месяц	Задачи
Декабрь	<i>Учить:</i> брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; <i>Закреплять:</i> ползание на четвереньках; навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнение в равновесии; навык передвижения на лыжах скользящим шагом. <i>Упражнять:</i> в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя; в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в ходьбе ступающим шагом; в ходьбе колонной по одному; в метании на дальность снежков; в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; <i>Развивать:</i> внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие; ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; силу броска; глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Научились брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; Закрепляют ползание на четвереньках; навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнение в равновесии; навык передвижения на лыжах скользящим шагом. Упражняются в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя; в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в ходьбе ступающим шагом; в ходьбе колонной по одному; в метании на дальность снежков; в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; Развивают внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие; ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; силу броска; глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Социально – коммуникативное развитие: Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
	Ходьба и бег в колонне по одному и врассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне.	Ходьба в колонне по одному между сооружениями из снега за воспитателем	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу. Ходьба парами.	разложить лыжи на снегу - справа одну, слева другую; закрепить ноги в лыжные крепления	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу.	Ходьба на лыжах скользящим и ступающим шагом, катание на санках	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу.	Ходьба и легкий бег между снежными постройками
ОРУ	С платочком	Игровые упражнения. «Веселые снежинки». «Кто быстрее до снеговика». «Кто дальше бросит».	С мячом	Игровые упражнения «Пружинка» «лепка снежков» «катание друг друга на санках»	Без предметов	Игровые упражнения. «Кто дальше?».	С кубиками	Игровые упражнения. «Петушки ходят». «По снежному валу». «Снайперы».
ОВД	1. ходьба по шнуру 2. Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук. 3. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров 4. Прокатывание мяча между 4-5 предметами		1. Прыжки со скамейки на резиновую дорожку 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Бег по дорожке		1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание на четвереньках по гим. скамейке с опорой на ладони и колени 3. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы 4.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи		1. Ползание по гим.скамейке на животе 2. ходьба по гим. скамейке боком приставным шагом 3. Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и колени. 4. Прыжки на двух ногах до лежащего на полу обруча, прыжок в обруч и из обруча.	
Подвижная игра	Тат. игра «Төлке һәм тавыклар		Тат. игра «Аю белән балалар»		Тат. игра «Аучы һәм куяннар» стр. 62		Тат. игра «Карусель»	
Заключительная часть	И.м.п «Найдем цыпленка».	Ходьба «змейкой» между снежками	И.м.п. «Туп кемдә?» - стр.128	«Веселые снежинки»	«Где спрятался зайка?».	Ходьба в колонне по одному между зимними постройками.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба между санками, поставленными в одну линию.

Месяц	Задачи
Январь	<i>Учить:</i> детей передвигаться на лыжах скользящим шагом. <i>Закреплять:</i> упражнения в прыжках; игровые упражнения; ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; умение правильно подлезать под шнур; навык скользящего шага. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу; в беге и прыжках вокруг снежной бабы; в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность; с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. <i>Развивать:</i> ловкость в упражнениях с мячом. <i>Формировать:</i> устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Учатся передвигаться на лыжах скользящим шагом. Закрепляют упражнения в прыжках; игровые упражнения; ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; умение правильно подлезать под шнур; навык скользящего шага. Упражняют: в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу; в беге и прыжках вокруг снежной бабы; в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность; с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивают ловкость в упражнениях с мячом. Формируют устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	13-14 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами	Показать правильную позу лыжника; обратить внимание на перекрестную работу рук и ног при ходьбе на лыжах.	Ходьба в колонне по одному со сменной ведущего, бег врассыпную	пробежка без лыж. Упражнение «пружинка» Ходьба скользящим шагом	Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег врассыпную.	Дети встают вокруг снежной бабы и по сигналу прыжками на двух ногах приближаются к ней.	Ходьба в колонне по одному со сменной ведущего.	Дети встают вокруг снежной бабы и по сигналу прыжками на двух ногах приближаются к ней.
ОРУ	С обручем	Игровые упражнения. «Снежинки-пушинки». «Кто дальше».	С мячом	Игровые упражнения. Тат. игра «Карусель» - «Снежная карусель» «Прыжки к елке».	С косичкой	Игровые упражнения. «Кто дальше бросит?» «Перепрыгни - не задень».	С обручем	Игровые упражнения. «Кто дальше бросит?» «Перепрыгни - не задень».
ОВД	1. ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно каждый в своем темпе.		1. Прыжки с гим. скамейки 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Отбивание малого мяча одной рукой о пол. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед		1. Отбивание мяча о пол 2. Ползание по гимн. скамейке с опорой на ладони и ступни 3. Прокатывание мячей друг другу в парах 4. Ползание в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 5. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура		1. Лазанье под шнур боком, 2. ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове 3. ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. 4. Прыжки на двух ногах между предметами	
Подвижная игра	Тат. игра «Аю һәм бал кортлары» стр.59		Тат. игра «Үз парынны тап»		Тат. игра «Атлар»		Тат. игра «Төсле машиналар»	
Заключительная часть	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	Ходьба «змейкой» между предметами за воспитателем.	Ходьба в колонне по одному	Катание друга на санках	Ходьба в колонне по одному в обход зала.	Катание друга на санках.	Ходьба в колонне по одному.	Катание друга на санках.

Месяц	Задачи
Февраль	<i>Закреплять:</i> задание в прыжках; метание снежков в цель, игровые задания на санках; игровые упражнения с бегом; прыжками; навык ползания на четвереньках; ползание в прямом направлении, прыжки между предметами; игровые упражнения. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; в метании снежков на дальность, катании на санках с горки; в ходьбе с изменением направления движения. <i>Развивать:</i> ловкость при прокатывании мяча между предметами; ловкость и глазомер при метании снежков.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров
	Физическое развитие: Закрепляют задания в прыжках; метание снежков в цель, игровые задания на санках; игровые упражнения с бегом; прыжками; навык ползания на четвереньках; ползание в прямом направлении, прыжки между предметами; игровые упражнения. Упражняются в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; в метании снежков на дальность, катании на санках с горки; в ходьбе с изменением направления движения. Развивают ловкость при прокатывании мяча между предметами; ловкость и глазомер при метании снежков. Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
	Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами	ходьба вокруг санок в обе стороны, прыжки на двух ногах	Ходьба в колонне по одному выполняющая задания по сигналу, бег враспынную	Игровое упражнение «Метелица».	Ходьба в колонне по одному; обычная ходьба, руки в стороны; бег враспынную.	Дети расходятся по площадке и лепят по 3-4 снежка.	Ходьба в колонне по одному в разных направлениях. Ходьба и бег враспынную	Ходьба по снежному валу
	ОРУ	Без предметов	Игровые упражнения. «Змейкой» между санками». «Добрось до кегли».	На стульях	Игровые упражнения. «Покружись». «Кто дальше бросит».	С мячом	Игровые упражнения. «Кто дальше бросит снежок». «Найдем снегурочку!»	С гим. Палкой	Игровые упражнения. «Точно В цель». «Туннель». Катание на санках друг друга.
	ОВД	1. ходьба по гим. скамейке 2. Прыжки через бруски 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, положенный вдоль зала 5. Перебрасывание мячей друг другу		1. Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами 1. Прыжки на двух ногах через шнуры 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой.		1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гим. скамейке на четвереньках. 3. Метание мешочков в вертикальную цель 4. Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и колени 5. Прыжки на двух ногах между предметами		1. Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и колени 2. ходьба, перешагивая через набивные мячи 3. Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и ступни 4. ходьба по гим.скамейке боком приставным шагом 5. Прыжки на правой и левой ноге	
	Подвижная игра	Тат. игра «Көчөкләр һәм песи балалары» стр. 41		Тат. игра «Аю һәм балалар»		Тат. игра «Машина килә»	Катание на санках с горки. Ходьба в колонне по одному между постройками на участке.	Тат. игра «Кошлар кайту»	И.м.п. «Найдем зайку».
	Заключительная часть	И.м.п. Тат. игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157	Поочередное катание друг друга на санках.	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет.	катание друг друга на санках.	Ходьба в колонне по одному.		Ходьба в колонне по одному.	

Месяц	Задачи
Март	<i>Закреплять:</i> упражнения в равновесии и прыжках; умение действовать по сигналу воспитателя; ходьбу и бег врассыпную; прокатывание мяча между предметами; ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; в беге; в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой; в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; в ползании на животе по скамейке; в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге; в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; в равновесии и прыжках; в ходьбе попеременно широким и коротким шагом. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер при метании в цель.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров
	Физическое развитие: Закрепляют упражнения в равновесии и прыжках; умение действовать по сигналу воспитателя; ходьбу и бег врассыпную; прокатывание мяча между предметами; ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. Упражняются в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; в беге; в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой; в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; в ползании на животе по скамейке; в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге; в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; в равновесии и прыжках; в ходьбе попеременно широким и коротким шагом. Развивают ловкость и глазомер при метании в цель. Социально – коммуникативное развитие: выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба в колонне по одному, по кругу. Ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу	Игровое упражнение «Ловишки» - Тат. игра «Әбәкче» стр. 50	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу. Ходьба и бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному, Перепрыгивание через шнуры. Бег в умеренном темпе до 1 минуты	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий	Ходьба в колонне по одному и бег в умеренном темпе Ходьба между предметами	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановиться.	Ходьба в колонне по одному, (широким шагом, в медленном темпе, ходьба мелким, семенящим шагом)
	<i>ОРУ</i>	Без предметов		С обручем		С мячом		С флажками	
	<i>ОВД</i>	1. Ходьба на носках между предметами 2. Прыжки через шнур 3. ходьба и бег по наклонной доске 4. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.		1. Прыжки в длину с места 2. Перебрасывание мячей через шнур 3. Прокатывание мяча друг другу		1. Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3. Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине 4. ходьба по скамейке с мешочком на голове.		1. Ползание по скамейке с опорой на ладони и ступни 2. ходьба по доске, положенной на пол. 3. Прыжки через шнуры 4. Лазанье по гим. стенке и передвижение по третьей рейке	
	<i>Подвижная игра</i>	Тат. игра «Кошлар кайгу»	Тат. игра «Апак куян утыра	Тат. игра «Йортсыз куян» стр. 70	Тат. игра «Атлар»	Тат. игра «Самолетлар»	Тат. игра «Самолетлар»	Татарская игра «Аучы һәм куяннар»	Тат. игра «Кошлар кайгу»
	<i>Заключительная часть</i>	И.м.п Тат. игра «Тап һәм дәшми кал»	Ходьба в колонне по одному. И.м.п. «Найдем зайку».	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. Тат. игра «Кем тавышы, бел»	И.м.п Тат. игра «Тап һәм дәшми кал»	И.м.п Тат. игра «Тап һәм дәшми кал»	И.м.п. «Найдем зайку».	И.м.п Тат. игра «Тап һәм дәшми кал»

Месяц	<i>Задачи</i>
Апрель	<i>Закреплять:</i> задания в равновесии и прыжках; упражнения с мячами; умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; ползание на четвереньках; упражнения в равновесии и прыжках. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры; в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу; в ходьбе и беге врассыпную; в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер при метании на дальность; ловкость и глазомер.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Закрепляют задания в равновесии и прыжках; упражнения с мячами; умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; ползание на четвереньках; упражнения в равновесии и прыжках. Упражняются в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры; в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу; в ходьбе и беге врассыпную; в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча. Развивают ловкость и глазомер при метании на дальность; ловкость и глазомер. Социально – коммуникативное развитие: интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их результаты, демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках Познавательное развитие: (ЭРС). Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитывают уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	13-13 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
	Ходьба в колонне по одному, с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой, бег врассыпную	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне	Ходьба в колонне по одному в обход зала. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, по кругу, с поворотом в обратную сторону; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий, ходьба и бег врассыпную;	Ходьба в колонне по одному: ходьба между предметами высоко поднимая колени; бег врассыпную.
ОРУ	Без предметов	Игровые упражнения. «Прокати и поймай». «Сбей булаву (кеглю) »	С кеглей	Игровые упражнения. «По дорожке» «Перепрыгни - не задень»	С мячом	Игровые упражнения. «Успей поймай». «Подбрось - поймай».	С косичкой	Игровые упражнения «Пробеги - задень». «Накинь кольцо». «Мяч через сетку».
ОВД	1.ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через препятствия 3. ходьба по гскамейке боком приставным шагом с мешочком на голове Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой		1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками		1. Метание мешочков на дальность 2. Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени 2. Ползание по скамейке с опорой на ладони и ступни 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м.		1. ходьба по доске, лежащей на полу 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. ходьба по скамейке приставным шагом, руки на пояс 4. Прыжки на двух ногах между предметами	
Подвижная игра	«Пробеги тихо».	Тат. игра «Аю һәм балалар» стр. 102	Тат. игра «Ябалак» стр. 34	«Машина килә» стр. 32	Тат. игра «Ябалак» стр. 34	Тат. игра «Әбәкне кайтар» стр. 70	Тат. игра «Песи һәм кошлар»	Тат. игра «Әбәкне кайтар». Стр. 70
Заключительная часть	И.м.п. «Кем тавышы?» - стр. 46	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр. 165	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.	И.м.п. «Тап һәм дәшми кал» стр. 165	Ходьба в колонне по одному .	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному. И.м.п. по выбору детей

Месяц	Задачи
Май	<i>Закреплять:</i> прыжки в длину с места; игровые упражнения с мячом; ходьбу со сменой ведущего; метание в вертикальную цель; прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения; ходьбу и бег с выполнением заданий; игры с мячом, прыжками и бегом. <i>Упражнять:</i> в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; в прыжках в длину с места; в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; в ходьбе и беге парами; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках; в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча. <i>Развивать:</i> ловкость в упражнениях с мячом.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Закрепляют прыжки в длину с места; игровые упражнения с мячом; ходьбу со сменой ведущего; метание в вертикальную цель; прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения; ходьбу и бег с выполнением заданий; игры с мячом, прыжками и бегом. Упражняются в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; в прыжках в длину с места; в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; в ходьбе и беге парами; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках; в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча. Развивают ловкость в упражнениях с мячом. Социально – коммуникативное развитие: Сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; имеют представление о правилах и видах закалывания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают психофизические качества. Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закалывания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова (малай, кыз, туп, исэнмесез, сау булыгыз, кил монда, утыр, бир, зур, кечкенэ, матур, курчак, куян, аю, уйна, бер, ике, оч, дурт, биш) Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көпәп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие
		Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному; прыжки через бруски; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий; Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Лошадки»; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, ходьба парами, бег врассыпную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами.	Ходьба в колонне по одному; в полуприседе, высоко поднимая колени, мелким, сменяющим шагом в чередовании с обычной ходьбой; бег в колонне по одному.
	Вводная часть							Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения
	ОРУ	Без предметов		С кубиком		С гим. палкой		
	ОВД	1. Ходьба по доске лежащей на полу 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров 3. ходьба по скамейке боком приставным шагом 4. Прыжки в длину с места через шнуры 5. Прокатывание мяча между кубиками	Игровые упражнения. «Достань до мяча». «Перепрыгни ручеек». «Пробеги - не задень».	1. Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. 4. Метание мешочков на дальность	Игровые упражнения. «Попади в корзину». «Подбрось - поймай».	1. Метание в вертикальную цель 2. Ползание по скамейке на животе 3. Ползание по скамейке с опорой на ладони и ступни 4. Прыжки через короткую скакалку.	Игровые упражнения. «Не урони». «Не задень».	1. ходьба по скамейке с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед 3. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее 2. ходьба по доске, лежащей на полу, на носках.
	Подвижная игра	Тат. игра «Көчөклэр һәм песи балалары» стр. 41	Тат. игра «Ябалак» стр. 34	Тат. игра «Көчөклэр һәм песи балалары» стр. 41	Тат. игра «Кармак» - стр.	Тат. игра «Бүре һәм куйнар»	«Пробеги тихо».	Тат. игра «Аю һәм балалар» стр. 102
	Заключительная часть	И.м.п. «Кем тавышы?» - стр. 46	И.м.п. «Кем тавышы?» - стр. 46	Ходьба в колонне по одному. И.м.п. по выбору детей.	И.м.п. Тат. игра «Кайда шалтыраттылар»	И.м.п. «Найдем зайца».	И.м.п. «Кто ушел?».	И.м.п. «Кем тавышы, бел?» - стр. 46

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №7»
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

Принято
педагогическим советом
протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №7»

Л.Р.Билалова
Введено в действие приказом от «31» августа 2023 г. №75 /ПД

**Комплексно – тематическое планирование
«Физическая культура»
с детьми старшей группы 5-6 лет
на 2023 -2024 учебный год**

Инструктор по физической культуре:
Голунова Наталья Валерьевна

г. Лениногорск, 2023г.

Месяц	<i>Задачи</i>
Сентябрь	<i>Разучить:</i> учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); разучить игровые упражнения с мячом, подбрасывание мяча вверх; игровые упражнения с прыжками; ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; <i>Закреплять:</i> ходьбу и бег между предметами; упражнения в прыжках; <i>Упражнять:</i> ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; в перебрасывании мяча; в построении в колонну по одному; в равновесии и прыжках; в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин. в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед; в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, в прыжках. <i>Развивать:</i> ловкость в беге, ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру; ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми»; ловкость и глазомер.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: сохраняют устойчивое равновесие, формируют правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; ходят на носках; энергично отталкиваются двумя ногами от пола (земли) и взмахивают руками в прыжках с доставанием до предмета; знают игровые упражнения с мячом, подбрасывают мяча вверх; знают игровые упражнения с прыжками; ходят и бегают с изменением темпа движения по сигналу; пролезают в обруч боком, не задевая за край обруча; ходят и бегают между предметами; упражняются в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; в перебрасывании мяча; в построении в колонну по одному; в равновесии и прыжках; в подбрасывании мяча вверх двумя руками; беге до 1,5 мин., в ходьбе и беге между предметами, беге врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед; в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча. Развивают ловкость в беге, ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру; ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми»; глазомер. Социально – коммуникативное: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитаны уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (кураш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татанских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көпчәк чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
	<i>Вводная часть</i>	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения: перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; бег в колонне по одному; по сигналу ходьба врассыпную, бег врассыпную;	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег в колонне по одному (в чередовании).	Построение в шеренгу, объяснение задания. По сигналу воспитателя дети перестраиваются в колонну по одному и идут по залу за ведущим. Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег между предметами.	Ходьба в колонне по одному, переход на ходьбу между предметами, затем бег. Ходьба и бег врассыпную.	Переход на обычную ходьбу. Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному за воспитателем	Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе, затем на пятках, руки за голову; бег в среднем темпе за воспитателем; ходьба.	Ходьба в колонне по одному. Переход на ходьбу в медленном темпе, переход на мелкий, семенящий шаг.	Ходьба в колонне по одному и врассыпную, бег в умеренном темпе до 1 мин
	<i>ОРУ</i>	Без предметов		С мячом		Без предметов		С гимн. палкой	
	<i>ОВД</i>	1.ходьба по гимн. скамейке с перешагиванием через кубики 2.подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед, 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах 4.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи 5.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами 6.Перебрасывание мячей в шеренгах	игровые упражнения. «Пингвины». «Не промахнись». «По мостику».	1.подпрыгивание на двух ногах 2. Подбрасывание малого мяча вверх двумя руками. 3. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин). 4.Прыжки в высоту с места 5. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши 6. Ползание на четвереньках между предметами		1.Ползание по гимн. скамейке на ладонях и коленях 2. Ходьба по канату боком приставным шагом 3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его 4.Перебрасывание мячей друг другу 5. Ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени. 6.ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.	Игровые упражнения. «Не попадись». «Мяч о стенку».	1.Пролезание в обруч боком 2.Перешагивание через бруски с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен 4.Пролезание в обруч прямо и боком 5. Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки на поясе 6. Прыжки на двух ногах между предметами	Игровые упражнения. «Поймай мяч». «Будь ловким».
	<i>Подвижная игра</i>	«Мышеловка»	«Әбәкче» стр. 50 (с ленточками)	«сделай фигуру»	«Әйдә куып кара» стр. 88	«Кармак» стр. 57	«Быстро возьми»	«Әйдә куып кара» стр. 88	«үз төсенне тап» стр. 43
	<i>Заключительная часть</i>	И.м.п. «Туп кемдә» - стр. 128	И.м.п. «Туп кемдә» - стр. 128	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному между предметами	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений	Ходьба в колонне по одному между предметами

Месяц	<i>Задачи</i>
Октябрь	<i>Разучить:</i> перестроению в колонну по два; ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; игровые упражнения с мячом; игре в бадминтон; делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); игру «Посадка картофеля»; <i>Закреплять:</i> ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия; игровые упражнения с бегом и прыжками; навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое упражнение с прыжками; пролезание в обруч боком; <i>Упражнять:</i> в непрерывном беге до 1 мин; в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча; в прыжках; в беге с перешагиванием через бруски; в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия; в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; в равновесии и прыжках; в медленном беге до 1,5 мин; <i>Развивать:</i> координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; внимание в игре «Затейники».
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: знают перестроение в колонну по два; ходьбу приставным шагом по гимнастической скамейке; прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении, ведение мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола); повороты по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; игровые упражнения с мячом; игру в бадминтон; делают повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); игру «Посадка картофеля». Закрепляют ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия; игровые упражнения с бегом и прыжками; навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое упражнение с прыжками; пролезание в обруч боком. Упражняются в непрерывном беге до 1 мин; в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча; в прыжках; в беге с перешагиванием через бруски; в ходьбе на носках, пятках, в беге до 1,5 мин; в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия; в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывном беге до 2 мин; в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; в равновесии и прыжках; в медленном беге до 1,5 мин. Развивают координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; внимание в игре «Затейники». Социально – коммуникативное: Выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта. Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к русским народным играм. Поощрять самостоятельную организацию знакомых игр, участие в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (курэш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		13-14 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
		Ходьба в колонне по два, бег врассыпную, ходьба врассыпную, ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе до 1 мин.	ходьба с высоким подниманием колен; бег врассыпную; ходьба между кеглями, поставленными в один ряд; бег до 1,5 мин в умеренном темпе, переход на ходьбу.	в колонне по одному; на сигнал: «Поворот!» — дети поворачиваются в другую сторону и продолжают ходьбу; бег с перешагиванием через бруски	Ходьба в колонне по одному; на сигнал воспитателя ходьба на носках, руки на поясе, на другой сигнал бег до 1,5 мин, затем ходьба обычная, на пятках и снова бег до 30 с.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба в медленном темпе и в быстром в чередовании. Бег врассыпную с остановками и выполнением заданий	Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры, перешагиванием через предметы ходьба обычная, переход на непрерывный бег до 2 мин в медленном темпе.	Ходьба в колонне по два, на сигнал: «Поворот!» — дети поворачиваются через левое плечо и продолжают ходьбу. Бег в колонне по два, на сигнал воспитателя также выполнить поворот, не изменяя темпа бега. Бег и ходьба проводятся в чередовании.	Ходьба «змейкой» в колонне по одному между предметами, бег в медленном темпе до 1,5 мин, ходьба врассыпную, бег «змейкой» между предметами (в чередовании).
	ОРУ	Без предметов	Игровые упражнения. 1. Введение мяча на месте попеременно правой и левой рукой; 2. отбивание мяча друг другу правой и левой ногой.	С большим мячом	Игровые упражнения. «Проведи мяч» (баскетбольный вариант). «Мяч водящему».	С малым мячом	Игровые упражнения. «Пас друг другу». «Отбей волан»	С обручем	Игровые упражнения. «Посадка картофеля». «Попади в корзину»
	ОВД	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки на двух ногах через шнуры 3. Бросание мяча двумя руками от груди 4. Передача мяча двумя руками от груди		1. спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы 3. Переползание через препятствия 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди 5. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствия		1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой 2. подлезание под дугу прямо и боком 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи). 4. Ползание на четвереньках между предметами 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.		1. Пролезание под ряд через три обруча 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 3. Прыжки на двух ногах на мягкое препятствие 4. Переползание на четвереньках с преодолением препятствий 5. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше 6. Прыжки на препятствие	
	Подвижная игра	«Кошлар кайту» стр. 41	«Әбәкләтмә» стр. 114	«Идәндә калма» - стр. 59	«Әбәкче» стр. 50	«Кармак» стр. 57	«Житез бул» стр. 152	«Казлар-аккошлар» стр. 48	«Ловишки-перебежки».
	Заключительная часть	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	Ходьба в колонне по одному	И.м.п. «Туп кемдә?» - стр.128	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Очты, очты» - стр.69	И.м.п. «Затейники».

Месяц	<i>Задачи</i>
Ноябрь	<i>Разучить:</i> перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; прыжки на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; <i>Закреплять:</i> навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; упражнения в равновесии; ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; бег с перешагиванием через предметы; ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; игровые упражнения с прыжками и бегом; ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; бег с преодолением препятствий; игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом. <i>Упражнять:</i> в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах; медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу; в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами; в беге; с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии; в перебрасывании мяча в шеренгах; в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках; <i>Развивать:</i> ловкость и координацию движений; точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом;
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: разучили перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; прыжки на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Закрепили навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; упражнения в равновесии; ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; бег с перешагиванием через предметы; ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; игровые упражнения с прыжками и бегом; ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; бег с преодолением препятствий; игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом. Упражняются в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах; медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу; в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами; в беге; с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии; в перебрасывании мяча в шеренгах; в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Развивают ловкость и координацию движений; точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; Социально – коммуникативное развитие: Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных контактов со взрослыми и ровесниками в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта. Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к чувашским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көпәп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
	<i>Вводная часть</i>	Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между кеглями; обычная ходьба.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться; бег в медленном темпе до 1,5 мин; ходьба с перешагиванием через бруски; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения. Бег между кеглями.	Ходьба в колонне по одному, бег с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой, без паузы; ходьба врассыпную с остановкой по сигналу	Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения; бег между предметами; ходьба врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, медленный непрерывный бег до 2 мин; ходьба врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, врассыпную (по сигналу воспитателя) с выполнением «фигуры»; бег врассыпную. Ходьба и бег повторяются в чередовании.	Ходьба в колонне по одному; ходьба между предметами, бег с преодолением препятствий, ходьба и бег в чередовании.
	<i>ОРУ</i>	С малым мячом	Игровые упражнения. «Мяч о стенку». «Поймай мяч». «Не задень».	С обручем	Игровые упражнения. «Мяч водящему». «По мостику».		Игровые упражнения. «Перебрось и поймай». «Перепрыгни - не задень».	На гимн. скамейках	Игровые упражнения. «Кто быстрее». «Мяч о стенку».
	<i>ОВД</i>	1.ходьба по гимн. скамейке, переключая малый мяч 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, 3.Перебрасывание мяча двумя руками снизу, 4. Прыжки — два прыжка на правой ноге, затем два на левой 5. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы		1. Прыжки с продвижением вперед 2. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3. Отбивание мяча о землю, продвигаясь вперед шагом 4. Прыжки на правой и левой ноге 5. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной		1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед 2. Пролезание в обруч с мячом в руках 3. ходьба по гимн. скамейке на носках 4. Ведение мяча в ходьбе 5. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках 6. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами		1.подлезание под шнур боком 2. ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове 3. Подлезание под шнур прямо и боком 4. Прыжки на правой и левой ноге 5. Ходьба между предметами на носках	
	<i>Подвижная игра</i>	«Янгын сүндеручелэр» стр. 60	«Мышеловка»	«Идэндэ калма» - стр. 59	«Эбэкче» стр. 50	«Кармак» стр. 57	«Эбэкне кайтар» стр.70	«Янгын сүндеручелэр» стр. 60	«Ловишки – перебежки»
	<i>Заключительная часть</i>	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	И.м.п. «Кем тавышы, бел» стр. 157	И.м.п. «Тап һәм дәшми тор» - стр.165	И.м.п «Затейники»	Ходьба в колонне до одному с заданием для рук	И.м.п. «Очты, очты» - стр.69	И.м.п. «Туп кемдә?» - стр.128	И.м.п. по выбору детей

Месяц	Задачи
Декабрь	<i>Разучить:</i> ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; игровые упражнения с бегом и прыжками; влезание на гимнастическую стенку; игровые упражнения с шайбой и клюшкой; <i>Закреплять:</i> навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; ходьбу и бег между снежными постройками; игру «Мороз-Красный нос»; умение ловить мяч; игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели; передвижения на лыжах скользящим шагом; <i>Упражнять:</i> в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; в перебрасывании мяча друг другу; в метании снежков на дальность; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча; в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; в ходьбе и беге врассыпную; в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия; в прыжках на двух ногах; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в равновесии и прыжках; <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер, ритмичность ходьбы на лыжах; координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: разучили ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; игровые упражнения с бегом и прыжками; влезание на гимнастическую стенку; игровые упражнения с шайбой и клюшкой. Закрепили навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; ходьбу и бег между снежными постройками; игру «Мороз-Красный нос»; умение ловить мяч; игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели; передвижения на лыжах скользящим шагом. Упражняются в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; в перебрасывании мяча друг другу; в метании снежков на дальность; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча; в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; в ходьбе и беге врассыпную; в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия; в прыжках на двух ногах; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в равновесии и прыжках. Развивают ловкость и глазомер, ритмичность ходьбы на лыжах; координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке. Социально – коммуникативное развитие: Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, игра «Командир», син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
	ходьба в колонне по одному, бег между предметами	Ходьба и бег между снежными постройками за воспитателем в умеренном темпе; ходьба и бег врассыпную.	ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону;	Построение в колонну, ходьба и бег за воспитателем между снежными постройками;	ходьба в колонне по одному, на сигнал остановиться и «сделать фигуру», затем снова ходьба; бег врассыпную.	скользящий шаг в сочетании с энергичной работой рук	ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону;	Ходьба в быстром темпе между ледяными постройками за воспитателем, не разрывая цепочку.
ОРУ	С гимн.палкой	Игровые упражнения. «Кто дальше бросит». «Не задень».	С флажками	Игровые упражнения. «Метко в цель». «Кто быстрее до снеговика». «Пройдем по мосточку».	Без предметов	Игровые упражнения. «Метко в цель».	С обручем	Игровые упражнения. «Забей шайбу». «По дорожке».
ОВД	1. ходьба по наклонной доске прямо, руки в стороны 2. перепрыгивание на двух ногах через бруски 3. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах 4. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом 5. перепрыгивание через шнур, положенный вдоль зала, справа и слева от него 6. Перебрасывание мяча		1. подпрыгивание с ноги на ногу 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши 3. Ползание на четвереньках между кеглями 4. Прыжки попеременно на правой и левой ноге 5. Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч 6. Прокатывание набивного мяча		1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах 2. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3. ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове 1. Перебрасывание мяча друг другу 2. Ползание с мешочком на спине на четвереньках 3. ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове		1. влезание по гимн. стенке до верха 2. ходьба по гимн. скамейке с перешагиванием через кубики 3. Прыжки на Правой и левой ноге между кеглями 4. Бросание мяча о стену. 1. Лазанье до верха гимн. стенки разнообразным способом по гимн. скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове	
Подвижная игра	«Кто скорее до флажка»		«Ике суык» стр.70		«Идэндэ калма» - стр. 59		«Ике суык» стр.70	
Заключительная часть	И.м.п. «Сделай фигуру»	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Туп кемдэ?» - стр.128	Ходьба в колонне по одному. И.м.п. «Найди предмет».	И.м.п. «Очты, очты» - стр.69	Ходьба между кеглями	Ходьба в колонне по одному. И.м.п.	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе

Месяц	Задачи
Январь	<i>Разучить:</i> передвижение на лыжах скользящим шагом; прыжок в длину с места; спуску с пологого склона и подъему лесенкой; спуск с небольшого склона; влезание на гимнастическую стенку, не пропуская реек (продолжить); <i>Закреплять:</i> навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; игровые упражнения с бегом, с прыжками и метанием; ходьбу и бег между предметами; умение перебрасывать мяч друг другу; навык скользящего шага; ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; навык ходьбы на лыжах, спуска и подъема, поворотов; игровые упражнения на санках, с бегом и прыжками. <i>Упражнять:</i> ходить и бегать между предметами, не задевая их; в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо; в ходьбе и беге по кругу; в пролезании в обруч и равновесии; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении; в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой; <i>Развивать:</i> устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; ловкость и глазомер;
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: умеют передвигаться на лыжах скользящим шагом; прыгать в длину с места; спускаться с пологого склона и подниматься лесенкой; спускаться с небольшого склона; влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Закрепляют навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; игровые упражнения с бегом, с прыжками и метанием; ходьбу и бег между предметами; умение перебрасывать мяч друг другу; навык скользящего шага; ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; навык ходьбы на лыжах, спуска и подъема, поворотов; игровые упражнения на санках, с бегом и прыжками. Упражняются в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо; в ходьбе и беге по кругу; в пролезании в обруч и равновесии; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении; в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой. Развивают устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; ловкость и глазомер; Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерә, йөгерә, син кем? бу кем? нишли? Урдек,тавык,тычкан, чана. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	13-14 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
Вводная часть	Ходьба и бег между кубиками, расположены в шахматном порядке.	ходьба и бег в среднем темпе за воспитателем между ледяными постройками.	ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону;	Катание со склона на санках. Подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в основной стойке.	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами; ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу; бег враспынную.	катание с горки на санках парами. Обучение подъему на склон «лесенкой».	Ходьба и бег по кругу вправо и влево, держась за шнур, меняя направление движения, не останавливаясь.	ходьба по лыжне «змейкой»,
ОРУ	С кубиком	Игровые упражнения. «Сбей кеглю». «Катание друга на санках»	С веревкой	Игровые упражнения. «Кто быстрее». «Пробеги — не задень».	С мячом	«Кто дальше бросит».	С веревкой, стоя в кругу	
ОВД	1. ходьба и бег по наклонной доске 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 3. забрасывание мяча в корзину двумя руками 5. Прыжки на двух ногах через набивные мячи 6. Перебрасывание мяча		1. Прыжки в длину с места 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой. 3. Бросание мяча вверх. 4. Переползание через препятствие и подлезание под дугу 5. Перебрасывание мячей двумя руками снизу		1. Перебрасывание мяча друг другу 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны		1. Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой 3. Прыжки через шнуры на двух ногах без паузы; расстояние между ними 50 см 4. Ведение мяча до обозначенного места.	
Подвижная игра	«Аю һәм бал кортлары» стр.59	«Әбәкне кайтар» стр.70	«Ябалак» стр. 34		«Идэндэ калма» - стр. 59		«Ике суык» стр. 70	«Хэйләкәр төлке» стр. 39
Заключительная часть	И.м.п. «Тап һәм дэши тор» - стр.165	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Очты, очты» - стр.69	И.м.п.	Игра малой подвижности.	Ходьба «змейкой» между постройками за воспитателем.	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему»	Ходьба в колонне по одному «змейкой» между кеглями

Месяц	<i>Задачи</i>
Февраль	<i>Разучить:</i> спуск с горы и подъем; метание мешочков в вертикальную цель; влезание на гимнастическую стенку, не пропуская реек; <i>Закреплять:</i> сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по наклонной доске; боковые шаги; игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке; навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; игровые упражнения с бегом и прыжками; игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель; игровые упражнения на санках. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину; в ходьбе по лыжне скользящим шагом; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю; в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; ходьбе и беге между предметами; в подлезании под палку и перешагивании через нее; детей в медленном непрерывном беге; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; в ведении мяча; в прыжках и беге.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Разучили спуск с горы и подъем; метание мешочков в вертикальную цель; влезание на гимнастическую стенку, не пропуская реек; Закрепили сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по наклонной доске; боковые шаги; игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке; навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; игровые упражнения с бегом и прыжками; игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель; игровые упражнения на санках. Упражняются в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину; в ходьбе по лыжне скользящим шагом; в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю; в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; ходьбе и беге между предметами; в подлезании под палку и перешагивании через нее; детей в медленном непрерывном беге; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; в ведении мяча; в прыжках и беге. Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познание развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Үрдек,тавык,тычкан, чана. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
	<i>Вводная часть</i>	На сигнал ходьба враспынную, бег до 1,5 мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному.	Выполнение шагов на лыжах вправо и влево — упражнение «пружинка»; подъем на пологий склон «лесенкой» и спуск в основной стойке. Ходьба по лыжне до 100 м.	ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег враспынную с остановкой на Сигнал Воспитателя. «Сделай фигуру!»	выполнение приставных шагов на лыжах вправо и влево; повороты вправо и влево; ходьба по лыжне скользящим шагом за воспитателем	Ходьба и бег между предметами, скамейками.	Построение в колонну по одному, перестроение в круг, вокруг снеговика, взявшись за руки.	ходьба в колонне по одному; переход на бег за воспитателем между предметами и с изменением направления движения до 2 мин; ходьба враспынную;	ходьба с выполнением различных заданий по сигналу воспитателя
	<i>ОРУ</i>	С обручем	Игровые упражнения. «Точный пас». «По дорожке».	С гимн. палкой	Игровые упражнения. «Кто дальше». Татарская игра «Кто быстрее» - «Кем ин тиз йогерэ?», стр. 189	На гимн. скамейках	Игровые упражнения. «Точно в круг». «Кто дальше».	Без предметов	Игровые упражнения. «Гонки санок». «Не попадись». «По мостику».
	<i>ОВД</i>	1. Ходьба по наклонной доске 2. перепрыгивание через бруски без паузы 3. Забрасывание мячей в корзину двумя руками из-за головы 4. бег по наклонной доске 5. Прыжки через бруски правым и левым боком 6. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди		1. Прыжки в длину с места 2. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом 3. подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке 4. Прыжки в длину с места 5. Ползание на четвереньках между кеглями 6. Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками		1. Подлезание под палку (шнур) 2. Перешагивание через шнур 3. Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине 4. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой 5. Ходьба на носках между кеглями		1. Ходьба по гимн. скамейке 2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места 3. Ходьба по гимн. скамейке, руки за головой 4. влезание на гимн. стенку одноименным 5. Прыжки с ноги на ногу между предметами. 6. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская игра «Аучы һәм куянар» стр.62		Татарская игра «Идэндэ калма» - стр. 59		«Мышеловка»	«Ловишки-перебежки»	Тат. игра «Казлар - аккошлар» стр. 48	Тат. игра «эбәкне кайтар» стр.70
	<i>Заключительная часть</i>	И.м.п. Тат. игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157	Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками..	Ходьба в колонне по одному с заданиями для рук.	И.м.п. «Найдем следы зайца».	Ходьба в колонне по одному. Эстафета с передачей мяча в колонне.	Ходьба за самым ловким и быстрым ловишкой.	Ходьба в колонне по одному с поворотами по сигналу воспитателя.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи
Март	<i>Разучить:</i> ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; <i>Закреплять:</i> игровые упражнения с бегом, с прыжками, с мячом, в равновесии; прыжок в высоту с разбега; умение в метании в горизонтальную цель; <i>Упражнять:</i> в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, в перебрасывании шайбы друг другу; в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и враспынную; в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями; в непрерывном беге в среднем темпе; в ходьбе со сменой темпа движения и в беге враспынную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках; в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; в ходьбе с перестроением в пары и обратно; в подлезании под рейку в группировке и равновесии; в беге на скорость; <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Разучили ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку. Закрепили игровые упражнения с бегом, с прыжками, с мячом, в равновесии; прыжок в высоту с разбега; умение в метании в горизонтальную цель; Упражняются в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, в перебрасывании шайбы друг другу; в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и враспынную; в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями; в непрерывном беге в среднем темпе; в ходьбе со сменой темпа движения и в беге враспынную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках; в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; в ходьбе с перестроением в пары и обратно; в подлезании под рейку в группировке и равновесии; в беге на скорость. Развивают ловкость и глазомер. Социально – коммуникативное развитие: выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, кепе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Үрдек,тавык,тычкан, чана. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көпәк үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
	Ходьба и бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег врассыпную.	непрерывный бег за воспитателем (до 2 мин) между ледяными постройками; переход на ходьбу.	Ходьба и бег во кругу с изменением направления движения по сигналу воспитателя; ходьба и бег врассыпную между кубиками	Ходьба и бег (до 2 мин.) врассыпную Игровые упражнения. «Поймай мяч». «Кто быстрее».	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; на сигнал воспитателя ходьба со сменой темпа движения	Ходьба в колонне по одному — 10 м, переход на бег — 20 м	Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя.	Построение в шеренгу, перестроение в две шеренги Упражнение в беге на скорость
ОРУ	С малым мячом	Игровые упражнения. «Пас точно на клюшку». «Проведи — не задень».	Без предметов	Тат. игра «Карусель» стр. 50	С обручем	Игровые упражнения. «Канатоходец». Тат игра «Удочка» - «Кармак», стр. 57	Без предметов	Игровые упражнения «Прокати и сбей». «Пробеги - не задень».
ОВД	1. ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Перебрасывание мяча друг другу 4. Прыжки на двух ногах через набивные мячи 5. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши		1. Прыжок в высоту с разбега 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой 3. Ползание на четвереньках между кеглями 4. Прыжки на двух ногах между кеглями		1. Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и ступни 2. Ходьба по гим. скамейке боком приставным шагом 3. Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры. 4. Ходьба по гим.скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше 3. Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах			
Подвижная игра	Тат. игра «Янгын сундерүчеләр» стр.60		«Горелки»		Тат. игра «Бал кортлары» стр.105		Тат. игра «Әбәкче» стр. 50	
Заключительная часть	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему».	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	Эстафета с мячом (большого диаметра)	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Эстафета с большим мячом — «Передача мяча в шеренге».	И.м.п. Тат. игра «Кем тавышы, бел» - стр.157	Эстафета с мячом.

Месяц	Задачи
Апрель	<i>Разучить:</i> сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; прыжки с короткой скакалкой; бег на скорость; <i>Закреплять:</i> игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом; игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии; исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; бег на скорость; игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом; навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге по кругу; в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель; в ходьбе и беге в чередовании; в прокатывании обручей и пролезании в них; в ходьбе и беге между предметами; в непрерывном беге, прокатывании обруча; в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; в ползании и равновесии; в ходьбе и беге колонной между предметами; в равновесии и прыжках.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Разучили сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; прыжки с короткой скакалкой; бег на скорость; Закрепляют игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом; игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии; исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; бег на скорость; игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом; навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; Упражняются в ходьбе и беге по кругу; в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель; в ходьбе и беге в чередовании; в прокатывании обручей и пролезании в них; в ходьбе и беге между предметами; в непрерывном беге, прокатывании обруча; в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; в ползании и равновесии; в ходьбе и беге колонной между предметами; в равновесии и прыжках. Социально – коммуникативное развитие: интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их результаты, демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках Познавательное развитие: (ЭРС). Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитывают уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до10, китап, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем?бу кем?нишли? Үрдек,тавык,тычкан. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		13-13 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
		Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой	Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании: 10 м—ходьба и 20 м—бег	ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами	бег в среднем темпе за воспитателем до 2 мин между предметами.	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя;	Перебежки до ориентира, ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами	ходьба и бег между предметами; перестроение в две-три шеренги; пробегание отрезков на скорость до обозначенного места
	<i>ОРУ</i>	Без предметов	Игровые упражнения. «Стой». «Тукта!» стр. 130 «Передача мяча в колонне».	С короткой скакалкой	Игровые упражнения. «Пройди — не задень» «Догони обруч». «Перебрось и поймай».	С мячом	Игровые упражнения. «Кто быстрее». «Мяч в кругу».	Без предметов	Игровые упражнения. «Сбей кеглю». «Пробеги — не задень».
	<i>ОВД</i>	1.ходьба по гим. скамейке с поворотом на 360° на середине 2. Прыжки из обруча в обруч на правой и левой ноге 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4.Ходьба по гим. скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной 5.Прыжки на двух ногах правым и левым боком. 6.Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками		1. Прыжки через короткую скакалку 2. Прокатывание обруча друг другу, 3. Пролезание в обруч		1. Метание мешочков в вертикальную цель 2. Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку 3. Ходьба по гим. скамейке на носках 4. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой 5. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой		1. Лазанье по гим. стенке одним способом 2. Прыжки через короткую. 3. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	
	<i>Подвижная игра</i>	Тат. игра «Аю һәм бал кортларь» стр.59	«Ловишки-перебежки»	«Ловишки-перебежки»	Тат. игра «Флаг янына» стр. 65	Тат. игра «Кармак» стр.57	«Горелки»	Тат. игра «Карусель» стр.39	«С кочки на кочку»
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу	Ходьба в колонне по одному за командой победителей	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Кто ушел?».	Ходьба в колонне по одному между предметами, не задевая их.	Ходьба в колонне по одному. И.м.п. «Тихо - громко»	И.м.п «Кем тавышы, бел» стр. 157	Ходьба в колонне по одному

Месяц	Задачи
Май	<i>Разучить:</i> прыжок в длину с разбега; <i>Закреплять:</i> навыки бросания мяча о стену; игровые упражнения с мячом, бегом и прыжками; навык ползания по гимнастической скамейке на животе; ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями; подвижную игру «Не оставайся на земле» <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; в перебрасывании мяча друг другу и лазанье; в непрерывном беге между предметами до 2 мин; в прокатывании плоских обручей; в ходьбе и беге враспынную между предметами, не задевая их; в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; в пролезании в обруч и равновесии; в беге на скорость; в бросании мяча в ходьбе и ловле его одной рукой; в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; в ходьбе и беге с изменением темпа движения
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Разучили прыжок в длину с разбега; Закрепили навыки бросания мяча о стену; игровые упражнения с мячом, бегом и прыжками; навык ползания по гимнастической скамейке на животе; ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями; подвижную игру «Не оставайся на земле» Упражняются в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; в перебрасывании мяча друг другу и лазанье; в непрерывном беге между предметами до 2 мин; в прокатывании плоских обручей; в ходьбе и беге враспынную между предметами, не задевая их; в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; в пролезании в обруч и равновесии; в беге на скорость; в бросании мяча в ходьбе и ловле его одной рукой; в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; в ходьбе и беге с изменением темпа движения Социально – коммуникативное развитие: Сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают психофизические качества. Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, игра «Командир», син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
		Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону.	ходьба, высоко поднимая колени, бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами	ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба и бег с перешагиванием через шнуры	бег в умеренном темпе за воспитателем между предметами до 2 мин	ходьба и бег в колонне по одному между предметами; ходьба и бег враспынную	ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через бруски ходьба и бег на скорость	ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; игровое упражнение «Быстро в колонны».	Ходьба в колонне по одному, с замедлением и ускорением темпа движения; ходьба с остановкой по сигналу
	ОРУ	Без предметов	Игровые упражнения. «Проведи мяч». «Пас друг другу». «Отбей во-лан».	С флажками	Игровые упражнения. «Прокати — не урони». Татарская игра «Кто быстрее» - «Кем ин тиз йогерэ?», стр. 189 «Забрось в кольцо».	С мячом	1.бросание мяча о землю в ходьбе ловлю его одной рукой 2.прыжки из обруча в обруч	С кольцом	Игровые упражнения. «Мяч водящему». Татарская игра «Кто быстрее» - «Кем ин тиз йогерэ?», стр. 189
	ОВД	1. ходьба по гим. скамейке с перешагиванием через набивные мячи 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3. Бросание мяча о стену 4. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед 5. перебрасывание мяча друг другу		1. Прыжки в длину с разбега 2. Перебрасывание мяча друг другу 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях 4. Забрасывание мяча в корзину 5. Подлезание под дугу		1. Бросание мяча о пол 2. пролезание в обруч правым (левым) боком 3. Ходьба по гим. скамейке боком приставным шагом 4. Ходьба по скамейке, ударя мячом о пол и ловя его двумя руками.		1. Ползание по гим. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи 3. Ходьба с перешагиванием через мячи боком, поднимая высоко колени 3. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями	
	Подвижная игра	«Мышеловка»	Тат. игра «Казлар - Аккошлар» стр. 48	Тат. игра «Идэндэ калма» - стр. 59	Тат. игра «Ябаллак» - стр.	Тат. игра «Янгын сундеручелэр» стр.60	«Мышеловка»	«Караси и щука»	Татарская народная игра «Идэндэ калма» - стр. 59
	Заключительная часть	И.м.п «Что изменилось?».	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. Тат. игра «Тап һәм дәмши кал» - стр.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. или эстафета с мячом.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида №7»
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

Принято
педагогическим советом
протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №7»
_____ Л.Р.Билалова
Введено в действие приказом от «31» августа 2023 г. №75/ПД

**Комплексно – тематическое планирование
«Физическая культура»
с детьми подготовительной к школе группы 6-7 лет
на 20213 -2024 учебный год**

Инструктор по физической культуре:
Голунова Наталья Валерьевна

г. Лениногорск, 2023 г.

Месяц	Задачи
Сентябрь	<i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, в умении переходить с бега на ходьбу, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой на сигнал; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре; в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг-другу; в чередовании ходьбы и бега по сигналу. <i>Развивать:</i> точность движений при перебрасывании мяча; координацию движений в прыжке с доставанием до предмета; внимание и быстроту движений; ловкость в упражнениях с мячом; <i>Закреплять:</i> перебрасывание мяча в парах, прыжки через шнуры; упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его; переползание через гимнастическую скамейку;
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: ходят и бегают колонной по одному с соблюдением дистанции, умеют переходить с бега на ходьбу, с четким фиксированием поворотов; ходят и бегают по кругу с остановкой на сигнал; сохраняют равновесия и правильную осанку при ходьбе по повышенной опоре; ходят и бегают между предметами, прокатывании обручей друг-другу; в чередовании ходьбы и бега по сигналу, соблюдают точность движений при перебрасывании мяча; координацию движений в прыгают доставая предмет; внимательны и быстры движениях; ловки в упражнениях с мячом; перебрасывают мяч в парах, прыгают через шнуры; подлезает под шнур, не задевая его; переползают через гимнастическую скамейку; Социально – коммуникативное развитие: Переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствия спортивным поражениям и радости победам, самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитаны уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (кураш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
		Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом, бег врассыпную, бег с нахождением своего места в колонне по сигналу, перестроение в колонну по три.	Построение в две шеренги. Равномерный бег шеренгами с одной стороны площадки на другую. Ходьба врассыпную. Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу воспитателя (за голову, в стороны, на пояс) и сохранением дистанции между детьми. Бег в колонне по одному в умеренном темпе, переход на ходьбу	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, змейкой; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному; Ходьба и бег между предметами	Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу.	Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, переход на бег со сигналом воспитателя и продолжительный бег (до одной минуты), переход на ходьбу. Построение в круг.
	<i>ОРУ</i>	Без предметов		С флажками	<i>Игровые упражнения</i> «Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч».	С малым мячом	<i>Игровые упражнения</i> «Быстро передай». «Пройди — не задень».	С гимнастическими палками	<i>Игровые упражнения</i> «Прыжки по кругу», «Провели мяч».
	<i>ОВД</i>	1.Прыжки на двух ногах между предметами, положенными в одну линию 2.Упражнение в переброске мяча стоя в шеренгах 3.Упражнение в ползании — «крокодил». 4. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове;	<i>Игровые упражнения.</i> «Ловкие ребята». «Догони свою пару»	1.Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. 2.Перебрасывание мяча через шнур друг другу (двумя руками из-за головы). 3.Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его 4.Прыжки на двух ногах между предметами, положенными в одну линию 5.Упражнение в переброске мяча стоя в шеренгах 6.Упражнение в ползании — «крокодил		1.Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3.ходьба по гимнастической скамейке. 4.Бросание и ловля мяча 5.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях 6.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот в среднем темпе, затем пройти дальше		1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами. 2.Ходьба по гимнастической скамейке; 3.Прыжки из обруча в обруч 4.Лазанье в обруч, правым и левым боком. 5.Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи; 6.Прыжки на правой и левой ноге через шнуры	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская народная игра «Продаем горшки»	Татарская народная игра «Көн һәм төн» - стр. 99	Татарская народная игра «Идэндэ калма» - стр. 59	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	Татарская народная игра «Кармак» стр. 57	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	«Не попадись»	«Круговая лапта».
	<i>Заключительная часть</i>	«Какой зверь живет в норке»	И.м.п. «Вершки и корешки»	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	И.м.п. «Великаны и гномы»	Ходьба в колонне по одному	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	Ходьба в колонне по одному	Игра «Фигуры».

Месяц	Задачи
Октябрь	<i>Закреплять:</i>навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу и со сменой темпа движения; навык ходьбы с остановкой по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями, бег в среднем темпе, упражнения в прыжках, упражнения ведения мяча, <i>Упражнять:</i>в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; переползании на четвереньках с дополнительным заданием, в прыжках, в бге с преодолением препятствий, в ходьбе с изменением направления движения по сигналу, беге в среднем темпе <i>Развивать :</i>ловкость в упражнения с мячом, координацию движений, точность броска.
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров
	Физическое развитие: ходят и бегают между предметами, с изменением направления по сигналу и со сменой темпа движения; ходят с остановкой по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бегут между линиями, бегают в среднем темпе, ведут мяч, сохраняют равновесие бросают мяч; приземляются на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; переползают на четвереньках, бегают с преодолением препятствий, ходят с изменением направления движения по сигналу, бегут в среднем темпе, ловки в упражнениях с мячом, скоординированы движения и точность броска. Социально – коммуникативное развитие: Выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта. Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к русским народным играм. Поощрять самостоятельную организацию знакомых игр, участие в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, формируют представление о значении спорта в жизни человека, знакомятся с национальным видом спорта «борьба на поясах» (кураш), поддерживают определенные достижения в области спорта (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		13-14 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
		Ходьба и бег в колонне по одному между предметами, поставленными по двум сторонам зала	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий	Ходьба с изменением направления движения по сигналу воспитателя; бег с перешагиванием через предметы.	Ходьба в колонне по одному; построение в колонну по два в движении; бег в среднем темпе	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя переход на ходьбу с высоким подниманием; бег в среднем темпе, переход на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения; бег, перепрыгивая через предметы; переход на ходьбу.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя смена темпа движения. Бег врассыпную, используя все пространство зала	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу; бег в умеренном темпе переход на ходьбу.
	<i>ОРУ</i>	Без предметов	<i>Игровые упражнения</i> «Перебрось — поймай». «Не попадись»	С обручем	<i>Игровые упражнения</i> «Кто самый меткий?» «Перепрыгни — не задень».	на гимнаст. скамейках	<i>Игровые упражнения</i> «Успей выбежать». «Мяч водящему».	С мячом	<i>Игровые упражнения</i> «Лягушки». «Не попадись».
	<i>ОВД</i>	1.Равновесие — ходьба по гимн. скамейке, руки за голову; 2.Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по двум сторонам зала 3.Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками 4. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове 5. Прыжки на двух ногах вдоль шнура. 6. Переброска мячей друг другу парами, стоя в шеренгах.		1.Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик. 2.Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед(баскетбольный вариант). 3.Ползание на ладонях и ступнях («по-медвежьи») в прямом направлении. 4. Прыжки с высоты 40 см с приземлением на полусогнутые ноги. 5.Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед, и забрасывание мяча в корзину двумя руками. 6.Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке.		1.Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). 2.Ползание по гимнастической скамейке 3.Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками. 4.Ведение мяча между предметами 5.Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч 6.Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову		1.Ползание на четвереньках в прямом направлении 2.Прыжки на правой и левой ноге между предметами 3.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг 4.«Проползи — не урони». 5.Прыжки на двух ногах между предметами, в конце прыгнуть в обруч. 6.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская народная игра «Кошлар кайту» стр. 41	«Фигуры»	Татарская народная игра «Идэндэ калма» - стр. 59	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	Татарская народная игра «Кармак» стр. 57	Татарская народная игра «Житез бул» стр. 152	Татарская народная игра «Кармак» стр. 57	«Ловишки с ленточками».
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	И.м.п. «Эхо»	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Эхо».

Месяц	Задачи
Ноябрь	<i>Разучить:</i> лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой. <i>Закреплять:</i> навык ходьбы и бега по кругу; навык ходьбы, перешагивая через предметы; навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; навык ходьбы и бега между предметами, координацию движений и ловкость; <i>Упражнять:</i> в ходьбе по канату (или толстому шнуру); в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; в ходьбе с изменением направления и темпа движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине, в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии, детей в ходьбе с высоким подниманием колен; в ходьбе и беге с изменением направления движения; в поворотах прыжком на месте; в прыжках на правой и левой ноге, огибая предметы; выполнении заданий с мячом. <i>Развивать:</i> эстафету с мячом, игровые упражнения с мячом и прыжками, координацию движений и ловкость; упражнения в прыжках и на равновесие, лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо, боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазание и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 4-5 метра. Социально – коммуникативное развитие: Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных контактов со взрослыми и ровесниками в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта. Познавательное развитие: (ЭРС) Проявляют интерес к чувашским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлөп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	25-26 занятия	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения.	Ходьба в колонне по одному между кеглями, с перешагиванием попеременно правой и левой ногой через шнуры; бег с перепрыгиванием через бруски	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу воспитателя; с упражнениями для рук	Ходьба в колонне по одному; по сигналу остановиться и принять какую-либо позу; бег с перепрыгиванием через предметы	Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками, бег враспынную. Ходьбу и бег повторить в чередовании.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу переход к ходьбе с высоким подниманием колен, затем к ходьбе широкими шагами со свободной координацией рук, далее ходьба мелким, семенящим шагом на носочках, и так в чередовании; бег враспынную; переход на обычную ходьбу.	Ходьба и бег между предметами Ходьба и бег враспынную;	Ходьба с изменением направления движения; в колонне по одному; по сигналу выполнение поворотов прыжков направо (налево); ходьба и бег враспынную
ОРУ	Без предметов	Игровые упражнения «Мяч о стенку». «Будь ловким».	С короткой скакалкой	Игровые упражнения 1. Передача мяча по кругу в одну и другую сторону. 2. «Не задень»	С кубиком	Игровые упражнения «Мяч водящему» «Будь ловким».	Без предметов	Игровые упражнения «Передай мяч». «С кочки на кочку»
ОВД	1.Равновесие — ходьба по канату. 2.Прыжки на двух ногах через шнуры 3.Эстафета с мячом «Мяч водящему». 4.Ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову. 5.Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната 6. Броски мяча в корзину двумя руками — баскетбольный вариант.		1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3.Броски мяча друг другу стоя в шеренгах 4.Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой 5. Передача мяча в шеренгах		1. Ведение мяча в прямом направлении и между предметами 2. Лазанье под дугу 3.Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами 4.Метание мешочков в горизонтальную цель 5.Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении. 6. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.		1.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет 2.Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно, 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом 4.Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками. 5.Ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на пояс или за голову. 6.Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди	
Подвижная игра	Татарская народная игра «Үз парыны тап» стр. 106	«Мышеловка»	«Фигуры»	Татарская народная игра «Идэндэ калма» - стр. 59	Татарская народная игра «Кошлар кайту» стр. 41	Татарская народная игра «Урыныны тап» стр.51	«Фигуры»	Татарская народная игра «Хэйләкәр төлке» стр.39
Заключительная часть	Татарская народная игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157	И.м.п «Затейники»	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	И.м.п «Затейники»	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Эхо».

Месяц	Задачи
Декабрь	<i>Разучить:</i> игровое задание «Точный пас»; <i>Закреплять:</i> ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом, в ползании; игровые упражнения на равновесие, на внимание, ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; <i>Упражнять:</i> в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, в продолжительном беге, в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий, в подбрасывании малого мяча, в ползании на животе, в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в прыжках, в ползании по скамейке «по-медвежьи»; в ходьбе между постройками из снега; <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, в метании на дальность снежков.
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: ходят в колонне по одному с остановкой по сигналу; сохраняют равновесие, внимательны, ходят с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; ходят и бегают по кругу с поворотом в другую сторону; с различными положениями рук, бегают врассыпную; сохраняют равновесие при ходьбе в усложненной ситуации, выполняют продолжительный бег, прыгают на правой и левой ноге попеременно; подбрасывают малый мяч, ползают на животе, ходят и бегают с остановкой по сигналу, в колонне по одному, ползают по скамейке «по-медвежьи»; ходят и бегают между постройками из снега; развиты ловкость и глазомер. Социально – коммуникативное развитие: Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, буре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, игра « Командир», син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
		ходьба с различными положениями рук (в стороны, на пояс, свободно), бег врассыпную;	Ходьба в колонне по одному с заданиями, бег в умеренном темпе с переходом на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на сигнал ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную; Ходьба в колонне по одному с заданиями.	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу ;бег врассыпную;	Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения.	Ходьба и бег по кругу; на сигнал «Поворот!» все поворачиваются кругом и продолжают ходьбу. Затем при беге снова подается команда и дети выполняют поворот без остановки движения.	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе.
	<i>ОРУ</i>	В парах	<i>Игровые упражнения</i> «Пройди — не задень». «Пас на ходу» Прыжки на двух ногах через короткую скакалку	С гимнаст. палкой	<i>Игровые упражнения</i> «Пройди — не урони». «Из кружка в кружок».	С малым мячом	<i>Игровые упражнения</i> «Пас на ходу». «Кто быстрее». «Пройди — не урони».	Без предметов	<i>Игровые упражнения</i> «Точный пас». «Кто дальше бросит?» «По дорожке проскользи».
	<i>ОВД</i>	1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи 2.Прыжки на двух ногах между предметами 3.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 4.ходьба по гимнастической скамейке 5.Переброска мячей друг другу 6.Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура.		1.Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед 2.Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне» 3.Ползание по скамейке на ладонях и коленях 4.Прыжки ногами между предметами 5.Прокатывание мяча между предметами 6.Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком.		1.Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе 3.ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой 4.Перебрасывание мячей в парах 5.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами 6.Прыжки со скамейки на мат		1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях 5.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет,спуск вниз, не пропуская реек. 6.ходьба с перешагиванием через набивные мячи 7.Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская народная игра «Хэйлэкэр толке» стр.39	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	«Салки с ленточкой»	«Стой!»	Татарская народная игра «Чыпчыклар» стр.75	Татарская народная игра «Челэн һәм бакалар» стр.51	Татарская народная игра «Хэйлэкэр толке» стр.39	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34
	<i>Заключительная часть</i>	Татарская народная игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Эхо»	Ходьба за водящим.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. по выбору детей.	И.м.п. «Эхо»	Татарская народная игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157

Месяц	Задачи
Январь	<i>Учить:</i> ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; игровое упражнение «Снежная королева»; игру «По местам!». <i>Закреплять:</i> ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие, игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; ходьбу с выполнением заданий для рук; лазанье под шнур, катание друг друга на санках, ходьбу и бег с изменением направления движения, упражнения на сохранение равновесия и в прыжках, ходьбу между постройками из снега; <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, ловкость при ползании по скамейке. <i>Упражнять:</i> в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную, упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед, в прыжках в длину с места; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность, в ходьбе и беге с дополнительным заданием, в ходьбе между снежками; в ползании на четвереньках; в скольжении по ледяной дорожке;
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: ведут шайбу клюшкой с одной стороны площадки на другую; знают игровое упражнение «Снежная королева»; игру «По местам!», ходят и бегают по кругу, враспынную с остановкой по сигналу; упражняются на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыгают на двух ногах через препятствие; скользят по ледяной дорожке; ходят с выполнением заданий для рук; лазают под шнур, катают друг друга на санках, ходят и бегают с изменением направления движения, упражняются на сохранение равновесия и в прыжках, ходят между постройками из снега; развиты ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, ловкость при ползании по скамейке. Упражняются в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную, на равновесие на гимнастической стенке, в прыжках через короткую скакалку с продвижением вперед, в прыжках в длину с места; в упражнениях с элементами хоккея; в игровых заданиях в метании снежков на дальность, в ходьбе и беге с дополнительным заданием, в ходьбе между снежками; в ползании на четвереньках; Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Үрдек,тавык,тычкан, чана. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		13-14 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
		Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу воспитателя в другую сторону; бег врассыпную с остановкой по сигналу	Игровое упражнение «Между санками». Ходьба, затем бег в умеренном темпе между санками сначала вправо по кругу, затем влево	Ходьба в колонне по одному, по команде выполняя задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег врассыпную	Игровое упражнение «Снежная королева».	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой без паузы	Ходьба и бег между снежками	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения: ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному между постройками из снега; ходьба и бег врассыпную.
ОРУ		С гимнаст. палкой	Игровые упражнения «Кто быстрее». «Проскользи — не упали».	С кубиком	Игровые упражнения «Кто дальше бросит?» «Веселые воробышки».	С гимнаст. палкой	Игровые упражнения «Хоккеисты». Катание друг друга на санках	Со скакалкой	Игровые упражнения «По ледяной дорожке». «По местам». «Поезд».
ОВД		1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове. 2. Прыжки через препятствия 3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую до обозначенной линии 4. ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 6. Прокатывание мяча между предметами, стараясь не задевать их.		1. Прыжки в длину с места 2. «Поймай мяч». 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой 4. Прыжки в длину с места 5. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши 6. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.		1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове. 2. Прыжки через препятствия 3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую до обозначенной линии 4. Переброска мячей друг другу. 5. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазанье под шнур 6. ходьба на носках, между предметами		1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине 2. ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку различными способами. 4. Ползание на четвереньках между предметами, 5. ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. 6. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	
Подвижная игра		Татарская народная игра «Көн һәм төн» стр.99	Татарская народная игра «Ике суык» стр. 70	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	Татарская народная игра «Ике суык» стр. 70	Татарская народная игра «Кармак» стр. 57	Татарская народная игра «Ике суык» стр. 70	«Паук и мухи»	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34
Заключительная часть		Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Татарская народная игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157	Ходьба в умеренном темпе между постройками.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному между снежкам	И.м.п. по выбору детей	Тат. нар. игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157

Месяц	Задачи
Февраль	<i>Учить:</i> прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); <i>Закреплять:</i> навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; упражнения в бросании мяча, игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками, лазанье в обруч, игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой, ходьбу со сменой темпа движения; упражнения на равновесие и прыжки, игровое задание с метанием снежков. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер. <i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; в переброске мяча; в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; в ползании на четвереньках между предметами; в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»;
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i> Физическое развитие: выполняют прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу), энергично отталкиваются от пола в прыжках; упражняются в бросании мяча, лазают в обруч, выполняют игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой, с прыжками, с метанием снежков; ходят со сменой темпа движения; упражняются на равновесие и прыжки, развивают ловкость и глазомер. Перебрасывают мяч; попеременно подпрыгивают на правой и левой ноге, метают мешочков, лазают на гимнастическую стенку; ползают на четвереньках между предметами; ходят и бегают с выполнением задания «Найди свой цвет»; Социально – коммуникативное развитие: Проявляют элементы творчества при выполнении физических игр и упражнений, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают психофизические качества; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Үрдек,тавык,тычкан, чана. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		25-26 занятие	27 занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
		Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров».	Игровое задание «Быстро по местам».	Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки на пояс; переход на обычную ходьбу, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба и бег врассыпную.	Игра «Фигуры».	Ходьба в колонне по одному; широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу. ходьба короткими, семенящими шагами. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении по кругу	Игровое задание «Снежинки»	Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Стоп!» остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу. Ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне	Ходьба и бег с выполнением задания «Найди свой цвет».
	<i>ОРУ</i>	С обручем	<i>Игровые упражнения</i> «Точная подача». «Попрыгунчики».	С гимнаст. палкой	<i>Игровые упражнения</i> «Гонки санок». «Пас на клюшку».	Без предметов	<i>Игровые упражнения</i> «Гонка санок». «Загони шайбу».	С мячом (большой дианстр)	<i>Игровые упражнения</i> «Не попадись».
	<i>ОВД</i>	1.ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи 2.Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. 3.Прыжки на двух ногах через короткие шнуры 4.ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой 6.Прыжки между предметами на правой, затем левой ноге 7.Передача мяча по кругу		1.Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед 2.Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди 3.Лазанье пол дугу прямо и боком. 4.Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге, 5.Ползание на ладонях и коленях между предметами 6.Переброска мяча друг другу в парах		1.Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет 2.ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки, 3.«Попади в круг». 4.ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, 5.Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.		1.Ползание на четвереньках между предметами 2.Ходьба по гимнастической скамейке перед собой и за спиной на каждый шаг. 3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук. 4.Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет 5.ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 6.Эстафета с мячом «Передал — садись».	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская народная игра «Ачкычлар» стр.73	Татарская народная игра «Ике суык» стр. 70	Татарская народная игра «Идэндэ калма» - стр. 59	«Затейники»	«Не попадись»	Татарская народная игра «Карусель» - стр. 50	«Жмурки»	Татарская народная игра «Карусель» - стр. 50
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в умеренном темпе между построениями.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному между снежкам	Тат. нар. игра «Кем тавышы, бел» - стр. 157	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи
Март	<i>Закреплять:</i> задание в прыжках, эстафету с мячом, упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом, в ползании; упражнения в беге на скорость, ходьбу с выполнением заданий; упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнения на равновесие и прыжки. <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер. <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в беге, в прыжках; в метании мешочков в горизонтальную цель; в лазаньи на гимнастическую стенку;
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: выполняют задания в прыжках, эстафету с мячом, игровые задания с прыжками и мячом, ходьбу с выполнением заданий; упражняются в беге на скорость, в ползании; в беге на скорость, в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре; на равновесие и прыжках. Развивают ловкость и глазомер. упражняются в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в беге, в прыжках; в метании мешочков в горизонтальную цель; в лазаньи на гимнастическую стенку; Социально – коммуникативное: выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека. Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельны организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Имеют уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем? бу кем? нишли? Ёрдек,тавык,тычкан, чана. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		1-2 занятие	3 занятие	4-5 занятие	6 занятие	7-8 занятие	9 занятие	10-11 занятие	12 занятие
		Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками ходьба и бег врассыпную.	«Бегуны».	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» ходьба и бег врассыпную.	Татарская народная игра «Эйдэ куьп кара» - стр. 88 Игра «Охотники и утки».	Ходьба в колонне по одному; на носках, руки за голову; обычная ходьба; ходьба в полу приседе, руки на коленях; ходьба и бег врассыпную.	«Кто скорее до мяча».	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную с остановкой	Игровое упражнение «Салки — перебежки»
	<i>ОРУ</i>	С малым мячом	<i>Игровые упражнения</i> Игра «Лягушки в болоте». «Мяч о стенку».	С флажками		С гимн. палкой	<i>Игровые упражнения</i> «Пас ногой». «Ловкие зайчата».	Без предметов	<i>Игровые упражнения</i> «Передача мяча в колонне».
	<i>ОВД</i>	1.ходьба по гимн. скамейке навстречу друг другу 2.Прыжки на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе 3. «Передача мяча в шеренге». 4.ходьба в колонне по одному по гимн. скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной. 5.Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед 6.Эстафета с мячом.		1.Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. 2.Перебрасывание мяча через сетку двумя руками и ловля его после отскока от пола. 3.Ползание под шнур, не касаясь руками пола 4.Прыжки через шнуры 5.Переброска мячей (большой диаметр) в парах; 6.Ползание на четвереньках по гимн. скамейке		1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках 3.ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове 4.Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 5.ходьба между предметами «змейкой» с мешочком на голове.		1.Лазанье на гимн. стенку 2.ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи, 3.Прыжки на правой и левой ноге между предметами 4.Лазанье под шнур прямо и боком 5.Передача мяча — эстафета «Передача мяча в шеренге». 6.Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская народная игра «Ачкычлар» стр.73		«Затейники»		«Волк во рву»	«Горелки»	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	Татарская народная игра «Кармак» стр. 57
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. Татарская народная игра «Очты...» - стр.69	Ходьба в колонне по одному.	Игра «Ти-хо — громко».	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Эхо»	И.м.п. по выбору детей	«Горелки»

Месяц	Задачи
Апрель	<i>Закреплять:</i> игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом; бег на скорость; ходьбу и бег с выполнением заданий; <i>Развивать:</i> ловкость и глазомер. <i>Упражнять:</i> в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг-другу; ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии; в заданиях с прыжками;
	Планируемые результаты развития целевых ориентиров Физическое развитие: выполняют игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, выполняют прыжки, упражнения с мячом; бегают на скорость; ходят и бегают с выполнением заданий; упражняются в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг-другу; ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии; в заданиях с прыжками; Социально – коммуникативное развитие: интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности, в том числе в подвижных играх, уверенно анализируют их результаты, демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках Познавательное развитие: (ЭРС). Самостоятельны в организации знакомых игр, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. Воспитывают уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до10, китап, буре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, син кем?бу кем?нишли? Үрдек,тавык,тычкан. Художественно – эстетическое развитие: развивают творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

	<i>Вводная часть</i>	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		13-13 занятие	15 занятие	16-17 занятие	18 занятие	19-20 занятие	21 занятие	22-23 занятие	24 занятие
		Игра «Быстро возьми». бег; переход на ходьбу.	Игровое задание «Быстро в шеренгу».	Ходьба и бег в колонне по одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону; ходьба и бег врассыпную.	Игровое упражнение «Слушай сигнал».	ходьба в колонне по одному. перестроение в пары ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; бег в колонне по одному. «Перебежки».	Игровое задание «По местам».	Игровое задание «Ров»
	<i>ОРУ</i>	С малым мячом	<i>Игровые упражнения</i> «Перешагни — не задень». «С кочки на кочку».	С обручем	<i>Игровые упражнения</i> «Пас ногой» «Пингвины».		<i>Игровые упражнения</i> «Пройди — не задень». «Кто дальше прыгнет». «Пас ногой». «Поймай мяч».	На гимн. скамейках	<i>Игровые упражнения</i> «Передача мяча в колонне»
	<i>ОВД</i>	1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. 3.Переброска мячей в шеренгах. 4.Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; 5.Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 6.Переброска мячей друг другу в парах		1.Прыжки в длину с разбега. 2.Броски мяча друг другу в парах. 3.Ползание на четвереньках 4.Эстафета с мячом «Передал — садись». 5.Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур.		1.Метание мешочков на дальность 2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 3.Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. 4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед 5.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами 6.Прыжки через короткую скакалку на месте		1.Бросание мяча в шеренгах. 2.Прыжки в длину с разбега. 3.ходьба на носках между предметами с мешочком на голове 4.Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно 5.Переброска мячей друг другу в парах 6.Игровое упражнение с бегом «Догони пару».	
	<i>Подвижная игра</i>	Татарская народная игра «Хэйлэкэр төлке» стр.39	«Охотники и утки»	«Мышеловка»	«Горелки»	«Затейники»		Татарская народная игра «Хэйлэкэр төлке» стр.39	Татарская народная игра «Бакалар» стр.74 «Горелки».
	<i>Заключительная часть</i>	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Великаны и гномы»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Тихо - громко»	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. «Великаны и гномы»

Месяц	Задачи
Май	<i>Закреплять:</i> упражнения в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку; упражнение в равновесии с дополнительным заданием; задания с мячом и прыжками; упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; <i>Упражнять:</i> в продолжительном беге, в прыжках через короткую скакалку; в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; ходьбе и беге с выполнением заданий; в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии; в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в заданиях с мячом. <i>Развивать:</i> выносливость; точность движений при переброске мяча друг другу в движении;
	<i>Планируемые результаты развития целевых ориентиров</i>
	Физическое развитие: умеют ходить по повышенной опоре; прыгают с продвижением вперед на одной ноге; бросают малый мяч о стенку; упражняются в равновесии с дополнительным заданием; выполняют задания с мячом и прыжками; упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражняются в продолжительном беге, в прыжках через короткую скакалку; в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; ходьбе и беге с выполнением заданий; в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии; в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в заданиях с мячом. развивают выносливость; точность движений при переброске мяча друг другу в движении; Социально – коммуникативное развитие: Сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают психофизические качества. Имеют представление о необходимости движений и регулярных занятия физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представление о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни; поддерживают порядок в зале и хранении и использование спортивного инвентаря Познавательное развитие:(ЭРС) Проявляют интерес к татарским народным играм. Самостоятельно организуют знакомые игры, участвуют в играх с элементами соревнования. Проявляют интерес к традициям, обычаям, обрядам народов, живущих в Республике Татарстан. У детей сформировано уважительное и доброжелательное отношение к другим национальностям. Речевое развитие: проявляют речевую активность в процессе двигательной деятельности, обсуждают пользу закаливания и занятий физической культурой. (УМК) закрепляют слова туп, сау бул, куян, песи, малай, кыз, счет до 10, бүре, керпе, тычкан, сикерэ, йөгерэ, игра « Командир», син кем? бу кем? нишли? Художественно – эстетическое развитие: развиты творческие способности, выражают положительные эмоции при выполнении упражнений под музыку. При проведении игр народов Поволжья использовать диски «Шома бас», «Танцы народов Поволжья» и др. При проведении татарских народных игр используются книги: 1. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Әй уйныйбыз, уйныйбыз...», Казань, 2013. 2. К.В.Закирова, Л.Р.Мортазина «Балачак – уйнап-көлеп үсәр чак», Казань, 2012.

Вводная часть	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	25-26 занятие	27занятие	28-29 занятие	30 занятие	31-32 занятие	33 занятие	34-35 занятие	36 занятие
	Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в пары по ходу движения; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе; переход на ходьбу; повторить бег	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег врассыпную	ходьба с высоким подниманием колен в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на поясе в чередовании; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении. ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, между кеглями, между кубиками— в чередовании. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному с заданиями, Ходьба и бег врассыпную.	Игровое упражнение «По местам».
ОРУ	С обручем	Игровые упражнения	С мячом (большой диаметр)	Игровые упражнения	Без предметов	Игровые упражнения	С гимн. палками	Игровые упражнения
ОВД	1.ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. 2.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед 3.Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока 4. Ходьба по гимн. скамейке навстречу друг другу 5. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками 6. Прыжки на двух ногах между предметами;		1.Прыжки в длину с места. 2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом 3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруч 4.Прыжки в длину с разбега. 5.Метание мешочков в вертикальную цель 6.Ходьба между предметами с мешочком на голове.	«Ловкие прыгуны». «Проведи мяч». «Пас друг другу».	1.Метание мешочков на дальность. 2.ходьба по рейке гимн. скамейки, представляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 4.Метание мешочков на дальность выполняется поочередно двумя 5.Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола 6.ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.	«Мяч водящему». «Кто скорее до кегли». Индивидуальные игры с мячом.	1.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 2.ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, 3.Прыжки на двух ногах между кеглями 4 Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 5.Прыжки между предметами на правой и левой ноге 6. ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове	«Кто быстрее». «Пас ногой». «Кто выше прыгнет».
Подвижная игра	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	Татарская народная игра «Ябалак» стр. 34	«Горелки»	«Мышеловка»	Татарская народная игра «Чыпчыклар» стр.75	«Горелки»	«Охотники и утки»	Татарская народная игра «Идэндэ калма» - стр. 59
Заключительная часть	И.м.п. «великаны и гномы»	И.м.п. по выбору детей.	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	И.м.п. Татарская народная игра «Очты-очты...» - стр.69	И.м.п. по выбору детей.

Список литературы

1. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комарова, М.А.Васильева Программа «От рождения до школы» по ред. Н. Издательство Мозаика-СИНТЕЗ Москва, 2014г.
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2014г.
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа.- М.: Мозаика – Синтез, 2014г.
4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2014г.
5. Пензулаева.Л.И. Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа. –М.: Мозаика- Синтез, 2014г.
6. Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2 -7 лет. Г.А.Прохорова. – М.: Айрис – пресс. 2009г.
7. Щербак А.П. Физическое развитие детей 5 -7 лет в детском саду. Ярославль, Академия развития, 2009г.