

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 6 «Солнышко» г. Нурлат Республики Татарстан»**

| | |
|--|--|
| Принято на педагогическом совете От « 31 » августа 2021г. Протокол №1 | Утверждаю Заведующий МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнышко» г. Нурлат Республики Татарстан» _____ Н.Н.Мугинова  |
| | Введено в действие приказом заведующего МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнышко» г. Нурлат Республики Татарстан» От « 31 » августа 2021г. №126-ОД |

Рабочая программа инструктора по физической культуре
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 6 «Солнышко» г.Нурлат Республики Татарстан»
по образовательной области «Физическая культура»
на 2021 – 2022 учебный год
для детей дошкольного возраста (3-7 лет)

Составил: инструктор по
физической культуре
Муртазина Ч.А.

г.Нурлат, РТ
2021г.

Содержание

| | | |
|------|--|----|
| I. | Целевой раздел..... | 3 |
| 1. | Пояснительная записка..... | 3 |
| | Цели и задачи реализации рабочей программы..... | 3 |
| | Принципы и подходы к формированию рабочей программы | |
| | Характеристика особенностей развития детей дошкольного | |
| | возраста..... | 6 |
| 2. | Планируемые результаты освоения рабочей | |
| | программы..... | 9 |
| II. | Содержательный раздел..... | 13 |
| 1. | Содержание психолого-педагогической работы..... | 13 |
| 2. | Формы, способы, методы и средства реализации рабочей | |
| | программы..... | 45 |
| 3. | Взаимодействие с семьей по физическому воспитанию детей... | 50 |
| 4. | Коррекционная работа по физическому развитию дошкольников | 51 |
| III. | Организационный раздел..... | 53 |
| 1. | Материально-технические условия реализации рабочей | |
| | программы..... | 53 |
| 2. | Литература..... | 55 |
| 3. | Интернет ресурсы..... | 57 |

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой МБДОУ Д/с «Солнышко», в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ
- ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- ✓ Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН

2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

✓ Устав муниципального дошкольного образовательного учреждения

Данная программа направлена на создание условий 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; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель:

Формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- Охрана жизни и укрепление здоровья (обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма);
- Всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- Повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные задачи:

- Формирование двигательных умений и навыков;
- Развитие физических качеств;
- Овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способов укрепления собственного здоровья.

Воспитательные задачи:

- Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями и спортом;
- Разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Рабочая программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определенными Федеральными государственными образовательными стандартами:

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения детского развития;
- Индивидуализация дошкольного образования (в том числе одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности, партнерство с семьей;
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- Возрастная адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- Учет этнокультурной ситуации развития детей;
- Обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

Принципы на основе особенностей основной общеобразовательной программы дошкольной организации:

- 1) Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

- 2) Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- 3) Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;
- 4) Обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- 5) Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- 6) Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- 7) Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- 8) Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- 9) Строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

На четвертом году жизни ребенок владеет большим объемом двигательных навыков; способен совершать более сложные действия, соблюдая определенную последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Однако у них отмечается еще недостаточная

слаженность в работе разнообразных мышечных групп. У ребенка возрастает стремление действовать самостоятельно, в то же время его внимание неустойчиво, он отвлекается и часто переходит от одного вида деятельности к другому.

К концу 4-го года у ребенка уже имеется довольно большой и прочный запас разнообразных движений и их сочетаний, который обуславливает свободу самостоятельных действий и уверенность в себе.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер; совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие; развивается целенаправленное запоминание. Дети владеют в общих чертах всеми видами основных движений, уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Создаются условия для формирования дружеских отношений между детьми, проявления взаимопомощи и т.п.

Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий. Игровые мотивы детской деятельности сохраняют свое значение. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепление их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов.

На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную педагогом, самостоятельно выполнять указания. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер. Дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом.

Дети начинают упражняться в движениях с инициативой, многократно повторять их без напоминания педагога, пытаясь освоить то, что не получается. Растет уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путем целенаправленного развития двигательных качеств.

В двигательной деятельности складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры. Возникают мотивы соперничества, соревнования.

Достижимый в старшей группе уровень развития детей в большой мере определяет готовность к учению в школе и перспективы дальнейшего совершенствования.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными, умело пользуется своим двигательным аппаратом. Ребенок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. У ребенка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребенок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы. Все это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведет к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети все чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинается интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела. У ребенка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Дети понимают значение упражнений для совершенствования движений. Они целенаправленно повторяют упражнения, проявляя большую выдержку и настойчивость. Регулярные занятия способствуют увеличению показателей физической подготовленности детей. В этих показателях отражаются степень развития физических качеств, функции равновесия и работоспособности. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений.

В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля.

2. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, повернуться.
2. Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
3. Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.

4. Ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее на 40 см.
6. Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1.5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 рза подряд и ловить; метать предметы правой левой рукой на расстояние не менее 5 м.
7. Выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
2. Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
3. Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
4. Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное и.п.при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о пол не менее пяти раз подряд.
5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
6. Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
7. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам 5 м.
8. Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии 500 , выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
9. Кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево.
10. Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
11. Придумывать варианты п/и, самостоятельно и творчески выполнять движения.
12. Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
2. Лазать по гимнастической стенке 2,5 м с изменением темпа.
3. Прыгать на мягкое покрытие 20 см, прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места не менее 80 см, с разбега не менее 100 см; в высоту не менее 40 см; прыгать через короткую и длинную скакалку.
4. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетая замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе расстояние 6м, владеть школой мяча.
5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
6. Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
7. Знать и.п., последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
8. Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.
9. Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии 2 км; ухаживать за лыжами.
10. Кататься на самокате.
11. Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
12. Плавать произвольно.
13. Выполнять элементы гидроаэробики; самостоятельно организовывать знакомые п/и, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.
14. Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационные упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

К концу года дети могут:

1. Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

2. Прыгать на мягкое покрытие с высоты 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега 180 см, в высоту с разбега не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами
3. Перебрасывать набивные мячи 1 кг, бросать предметы в цель из разных и.п., попадать в вертикальную и горизонтальную цель 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой 5-12 м, метать предметы в движущую цель; владеть школой мяча.
4. Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренге после расчета на 1, 2, соблюдая интервалы во время передвижения.
5. Выполнять физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
6. Сохранять правильную осанку.
7. Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстоянии 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
15. Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей).
16. Плавать произвольно на расстоянии 15 м.
17. Выполнять разнообразные комплексы гидроаэробики.
18. Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

II. Содержательный раздел

1. Содержание психолого-педагогической работы

Содержание работы ориентированно на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегративно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику

образовательной области «Физическое развитие», с обязательным психологическим сопровождением.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственной образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построении.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучение хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (на прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ориентировать в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнований, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценить свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.

СЕНТЯБРЬ АЕ

| Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлеге: | | | | |
|---|---|--|--|---|
| Темалар: Занятиянен Этаплары: | 1 – нче атна “Балалар бакчасы.” | 2 –нче атна “Балалар бакчасы.” | 3- нче атна “Көз” | 4- нче атна “Көз” |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Төрле юнәлештә йөргән вакытта балаларга тирә-юньдә ориентны табу; равновесияны саклап калып тар сукмактан йөрергә өйрәнү. Тәрбияче апа артыннан бер рәткә тезелеп йөрергә һәм йөгөрергә өйрәнү; бер урында ике аякта сикерергә, һәм бер урыннан икенче урынга сикереп күчөргә өйрәнү. Тәрбияче апа сигналы буенча эш итәргә һәм тупны алга таба тәгәрәтергә өйрәнү. Шнур астыннан чыгарга өйрәнү. | | | | |
| ОРУ: | Предметларсыз Л. И. Пензулаева 23 бит. | Предметларсыз Л. И. Пензулаева 24 бит. | Туп белән Л. И. Пензулаева 25 бит. | Кулларга шакмаklar тотып Л. И. Пензулаева 26 бит. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1)Ике төркемгә бүленеп балаларны чиратка салып тәрбияче апа артыннан зал буйлап тезелеп йөрү. 2)Аерым төркем балалары белән баштан берече сукмактан (параллель куелган сызык эченнән), аннан икенче сукмактан бер колоннага тезелеп йөрөп чыгу. 3)Бергәләшеп аякларны биек күтәрәп, куллар белән селдәнеп алга карап тәрбияче апа артыннан зал буенча “солдатлар” кебек атлап йөрү. | 1)Бер урында ике аякта “туп кебек” сикерү. 2) Бер уенчык яныннан икенче уенчык янына ике аякта сикереп бару. 3)Тәрбияче апа кушкан ритм буенча ике аякта бер урында сикерү | 1)Алга куелган сызыктан чыкмыйча балалар тезелеп баса, апаның сигналы буенча алар тупны алга тәгәрәтеп жибәрәләр һәм тупларын куып тотып экрен генә атлап килеп кире шул сызыкка тезелеп басалар | 1)Ике баганага (биекlege идәннән алып өскә хатлек 50 см булган) шнур бәйләнә, шул баганага хатле идәнгә (2-2,5 м) ераклыкта “Старт” линиясе сызыла багананың икенче ягына погремушка уенчыгы куела, бала шул старт линиясеннән шнур астыннан үрмәләп чыгып погремушканы кулына алып, аны шылдыратып, кире урынына куеп торып китәргә тиеш.Бала шнурга башы белән тияргә тиеш түгел. |

| | | | | |
|---------------------------|--|--|--|------------------------------|
| Хэрэгтлэуеннар: | “Эйдөгез кунакка барыйк!” “Яңгыр туктады, кояш чыкты, эйдөгез аяклар чыланмасын өчен сукмактан өйгө кайтыйк!” | “Аюга һәм курчакка кунакка барыйк!” “Чыпчыклар” | “Песи һәм чыпчыклар” | “Тиз булыгыз, өйгө кайтыйк!” |
| Аз хэрэгтлэуеннар: | 1) “Тәрбияче апа артыннан тезелеп группага керү.” 2) “Сулыш күнегүсен ясап зал буйлап салмак кына йөрү.” | “Чыпчыкны табыйк!” | Бер колоннага тезелеп тәрбияче апа артыннан группага керү. | “Бөжәкне табыйк!” |

ОКТЯБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлеге

| | | | | | |
|--|---|--|--------------------------------------|---|---|
| Темалар: Занятиянен этаплары: | 1 – нче -2-нче атна “Мин дөнъяның бер кешесе.” | 3-нче -4-нче атна “Мин дөнъяның бер кешесе.” “Минем өем”. | 5- нче атна «Минем өем.» | | |
| <p>Планлаштырылган нәтижэләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Тар сукмактан йөргән вакытта равновесияны саклап калырга, сикергәндә ярым бөкләнгән аякларга басырга өйрәнү. Тәрбияче апаның сигналы буенча эш итә белү, бер колоннага тезелеп йөгерү һәм төрле юнәлешләрдә йөгерү. Ике аяктан этелеп алга таба сикерүне, капма-каршы басып бер-береңә тупны тәгәрәтергә өйрәнү. Түгәрәк буенча йөргәргә һәм йөгөрергә өйрәнү; йөгерү, сигнал буенча йөрүгә күчеп, сигнал бирелгәч туктарга өйрәнү.</p> | | | | | |
| ОРУ: | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Туп белән. Л.И.Пензулаева. | Урындыкка утырып: Л.И.Пензулаева. | Урындыкка утырып: Л.И.Пензулаева. |

| | | | | | |
|-----------------------------|--|---|---|--|--|
| Төп хэрэгт төрлөр: | 1) Ике бер-берсенэ параллель булган (киңлеге 25 см, озынлыгы 2 м.) такта куела. Балалар бер колоннага тезелеп баштан беренче такта өстеннэн аннан икенчесе өстеннэн йөрөп чыгалар. 2) Алга куелган шнур аша аяклардан этелеп ярым чүгөлөп , шнур аша алга таба сикерү. | 1) обруч эченэ ярым бөклэнгэн ике аякта сикереп керү һәм чыгу. 2) Зур диаметрлы тупны кулларда тотып балалар обруч эченэ кереп аякларын ян-янга жәеп капма-каршы утыралар (бер-берсеннэн 2,5 метр ераклыкта) һәм тупны бер-берсенэ тэгэрэтэләр. | 1) Сызылган “старт” сызык артына басабыз, күкрэк турысына куелган кулларга тупны тотабыз, апаның сигналын ишеткәч иеләбез, тупны идэнгә куеп алга таба тэгэрәтеп жибәрәбез һәм аның артыннан чабып тупны тотып кулларыбызга алып яңадан күкрүк турысына куеп “старт” линиясына таба барабыз. 2) Залда төрлө жиргә куелган тупларга тимичә, алар яныннан үрмәләп йөрү, аннан торып басабыз обруч эченэ атлап керәбез, кулларны өскә күтәрәп чәбәк итәбез, обруч эченнән чыгабыз. | 1) Идәннән (50 см) биеклектә ике баганага шнур бәйләнелә, балалар шул шнур астыннан шнурга тимичә үрмәләп чыгарга тиеш, үрмәләп чыккач, торып басырга һәм өскә таба сикереп кулларны чәбәк итәргә тиеш. 2) Бер рәткә тезеп куелган предметлар яныннан балалар йөрөп, аннан йөгөрөп чыгарга тиеш. | 1) Идәннән (50 см) биеклектә ике баганага шнур бәйләнелә, балалар шул шнур астыннан шнурга тимичә үрмәләп чыгарга тиеш, үрмәләп чыккач, торып басырга һәм өскә таба сикереп кулларны чәбәк итәргә тиеш. 2) Бер рәткә тезеп куелган предметлар яныннан балалар йөрөп, аннан йөгөрөп чыгарга тиеш. |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Тупны тот!” | “Житез шофер” | “Соры куян юына” | “Песи һәм чыпчыклар” | “Тавык һәм чебиләр” |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | Сулыш күнегүсе: | “Куяны табык” | “Куяны табык” | “Кегльларга тупны тэгәрәт!” | Сулыш күнегүсе: |

ДЕКАБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлеге

| | | |
|---|---|--|
| Темалар: Занягця этаплары: | 1 – нче- 2 – нче – атна “Яна ел бәйрәме килә”. | 3 – нче 4-нче атна “Яна ел бәйрәме ». |
|---|---|--|

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Балаларны төрле юнәлештә йөрергә һәм йөгөрергә, сикерү күнегүләрен эшләгәндә аякта нык басып торырга өйрәтү. Бер колоннага тезелеп йөрергә һәм йөгөрергә, төрле юнәлештә йөгөрергә өйрәтү, төрле күнегүләр эшләү. Төрле күнегүләр эшли-эшли йөрергә һәм йөгөрергә өйрәнү, сикерү күнегүләрен һәм туп күнегүләрен кабатлау. Йөрегәндә һәм йөгөргәндә сигнал буенча туктау. Предметлар яныннан тупны тәгәрәтеп йөрергә, дугалар астыннан үрмәләп чыгарга өйрәнү.

| ОРУ: | Шакмаклар белән: Л. И. Пензулаева. | Туп белән: Л.И. Пензулаева | Шакмаклар белән: Л. И. Пензулаева | Урындыкка утырып: Л.И.. Пензулаева |
|-----------------------------|---|---|---|---|
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1)Ике параллел рәткә (6-8) шакмак тезеп бер-берсеннән 40 см ераклыкка куела. Шул шакмаклар арасыннан балалар кулларын янга сузып йөрөп чыга. 2)Балалар залның бер ягына тезелеп басалар, тәрбияче апаның сигналы буенча залның икенче ягына “бака” кебек сикереп барырга тиеш. | 1) (20см) биеклектә булган скәмядән мат өстенә сикереп тешү. 2) Балалар ике шеренгага капма-каршы тезелеп басалар һәм бер – берсенә туп тәгәрәтәләр. | 1)Предметлар яныннан тупны тәгәрәтеп бару. 2) Алга таба бер-бер артлы дугалар тезелеп куелына шул дугалар аша балалар үрмәләп чыга | 1)Бер-берсенә параллел итеп ике такта куябыз, балаларны ике колоннага бүлеп шул такталар каршысына тезеп бастырабыз, команда буенча һәр командадан берәр бала шул такта өстеннән үрмәләп чыга. 1)Шул ук такта өстеннән балалар ике колоннага бүленеп капма-каршы бер-берсенә карап кулларны билгә куеп янлап йөрөп чыга. |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Коршун и птенчики” | “Үз өңне тап!” | “Бакалар.” | “Кош һәм чыпчыклар.” |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | Сулыш күнегүсе: | Сулыш күнегүсе: | “Баканы табык!” | “Чыпчыкны табык уены”. |

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенен эчтәлеге

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| Темалар Занятия этаплары | 2-нче атна «Кыш» | 3-нче атна «Кыш» | 4 -нче атна «Кыш» | 5 -нче атна «Кыш» |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү; Юнәлешләрне үзгәртеп йөгөрә белү; йөгөрү тизлеге апа кушканча булырга тиеш;Тар сукмактан йөрегәндә равновесияны саклый белү;уеннарда катнашу(рольга керү). | | | | |
| Кереш сүз | Бер колоннага тезелеп йөрү,предметлар яныннан аяк очында йөрү,төрле юнәлештә чабып сигнал буенча колоннада үз урыныңны табу. | | | |
| ОРУ | Кульяулыклар белән. Л. И. Пензулаева стр. 44 | Обруч белән. Л. И. Пензулаева стр. 45 | Шакмак белән Л. И. Пензулаева стр. 46 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 47-48 |
| О В Д | 1.(киңлеге 15 см) булган такта өстеннән равновесияны саклап егылмыйча йөрү, 2.”чокырдан- чокырга” ике аякта сикерү,сикергәндә ярым бөкләгән аякка төшү.. | 1.(бер-берсеннән 50см)ераклыкка бер параллелж рәткә тезеп куелган предметлар арасыннан ике аякта сикереп йөрү, 2)предметлар яныннан туп тәгәрәтеп йөрү. | 1.Бер береңә аякларны капма- каршы жәеп утырып туп тәгәрәтү. 2.”аю “ кебек үрмәләп йөрү. | 1.Дуга астыннан идәнгә кул белән тимичә иелеп чыгу, 2.(киңлеге 15 см) булган такта өстеннән равновесияны саклап егылмыйча йөрү, |
| Хәрәкәтле уеннар | «Боркет һәм чебешләр» | «Боркет һәм чебешләр» | “Тупны тәгәрәт һәм куып тот!” | “Тупны тәгәрәт һәм куып тот!” |
| Аз хәрәкәтле уеннар | Бер рәткә тезелеп сулыш күнегүсен ясап йөрү. | Бер рәткә тезелеп сулыш күнегүсен ясап йөрү. | “Чәчәк”(Чәчәк ничек үсә, ачыла, ябыла) | “Чәчәк”(Чәчәк ничек үсә, ачыла, ябыла) |

ФЕВРАЛЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенен эчтәлеге

| | | | | |
|---|-----------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|
| Темалар Занятия этаплары | 1 – нче атна “Кыш” | 2-нче атна “Кыш” | 3 – нче атна “Кыш” | 4-нче атна “Кыш” |
|---|-----------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: тар сукмактан йөрегәндә равновесияны саклап калу,предметлар өстенән атлап чыгу,үрмәләп йөрү,ике аякта сикергәндә аяктан этелү,кушкан юнәлешкә тупны тәгәрәтү,уеннарда катнашу, иптәшенә булышу. | | | | |
| Кереш сүз | Бер рәткә тезелеп йөрү;аяк очында , табан белән, түгәрәк буенча, кулларга тотынып йөри белү; туплар арасыннан йөрү, һәм йөгерү. | | | |
| ОРУ | Шнур һәм обруч белән. Л. И. Пензулаева стр. 50 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 51 | Шнур ярдәмендә. Л. И. Пензулаева стр. 52 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр.53 |
| ОВД | 1.(бер берсеннән 30 см) ераклыкка параллель куелган шнурлар остеннән (шнур өстенә бамыйча) атлап чыгу. 2.идәнгә яткырып куелаг бер обручтан икенче обручка сикереп керү һәм чыгу. | 1.ярым бөкләнгән аякларда сикереп йөрү. 2. предметлар арасыннан туп тәгәрәтеп йөрү. | 1.шнур аша туп бөрү, 2. шнур астыннан үрмәләп чыгу. | 1. төрле биеклектә булган бер рәткә алга тезелеп куелган дугалар атыннан чыгу. 2. кыек такта өстендә йөрү.. |
| Хәрәкәтле уеннар | «Үз төсеңне тап». | «Песи һәм чыпчыклар» | «Бакалар» | «Бакалар» |
| Аз хәрәкәтле уеннар | «Чыачыкны табык» | «Исеменә әйтәм, тупны тот» | «Шар» | «Баканы табык» |

МАРТ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| | | | | |
|--|--|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| Темалар Занятия этаплары | 1-нче атна «Әниләр көне» | 2-нче атна «Халык уенчыклары» | 3-нче атна «Халык уенчыклары» | 4-нче атна «Халык уенчыклары» |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: равновесияны саклап калып, юнәлешне үзгәртеп йөгерә белү;стремянка-баскычка менү;озынлыкка сикерү, тупны тәгәрәтү һәм идәнгәбәрәп сикертү ,төтарга тырышу; | | | | |
| Кереш сүз | Бер рәткә тезелеп йөрү, сикереп йөрү, аяк очына табанга баып йөрү;атлар кебек йөгерү,ике колоннага бүленү. | | | |
| ОРУ | Предметларыз. | Предметларсыз. | Предметларсыз. | Без предметов |

| | | | | |
|----------------------------|---|---|---|--|
| | Л. И. Пензулаева стр. 55 | Л. И. Пензулаева стр. 56 | Л. И. Пензулаева стр. 57-58 | Л. И. Пензулаева стр. 58-59 |
| ОВД | 1.кыек такта өстендә ян белән йөрү, 2.змейкалап предметлар яныннан ике аякта сикереп йөрү. | 1. жеп белән сызып куелынган урыннан ике аяк белән этелеп алга ераклыкка сикерү. 2. бер-береңә туп тэгэрәтү.(төгәл итеп кулына таба) | 1.тупны идәнгә бәреп сикертеп аны тотарга тырышу. 2.скәмья өстендә үрмәләп йөрү. | 1аюлар кебек үрмәләп йөрү. 2.биекlege(18 см) булган гимнастик скәмья өстеннән йөреп чыгу. |
| Хәрәкәтле уеннар | Эстафета уеннары ”кем житез?” | Эстафета уеннары ”кем житез?” | “Куяңны тап” | “Куяңны тап” |
| Аз хәрәкәтле уеннар | “Жучоклар” | “Жучоклар” | “Велосипед” | “Велосипед” |

АПРЕЛЬ АЕ

| Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә | | | | |
|---|---|---|---|--|
| Темалар Занятия этаплары | 1 - нче атна “Яз” | 2-нче атна “Яз” | 3-нче атна “Яз” | 4 –нче атна “Яз” |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: аяклар белән кыштырмайча туры басып йөри белү, кушкан юнәлештә йөрү, тар сукмактан йөрү, һәм йөгерү равновесияны югалтмайча; тупны ике куллап бөрү һәм тота белү; | | | | |
| Кереш сүз | Түгәрәк буенча кулларга тотынып йөрү һәм йөгерү; төрле юнәлештә йөгерү, сигнал буенча туктау; парлашып тезелә белү. | | | |
| ОРУ | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 60 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 61 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 62 | Туп белән. Л. И. Пензулаева стр. 62 |
| ОВД | 1.скәмья өстендә ян белән йөрү. 2. шнурлар өстеннән сикереп чыгу. | 1. бер түгәрәктән икенчесенә сикерү. 2.тупны кушкан юнәлештә тэгәрәтеп йөрү. | 1. өскә тупны ыргыту һәм аны тотарга тырышу. 2.Гимнатик скәм. үрмәләп чыгу. | 1) Тупны предметлар арасыннан тэгәрәтеп йөрү. 2) Тупны иптәшеңә |

| | | | | |
|----------------------------|--------------------------|--------------------------|--|---|
| | | | | тэгэрэтү. |
| Хэрэкэтле уеннар | “Песи һәм тычканнар” | “Песи һәм тычканнар” | “кунакка бару” | “кунакка бару” |
| Аз хэрэкэтле уеннар | “Бармаклар гимнастикасы” | “Бармаклар гимнастикасы” | Бер рэткэ тезелеп казлар кебек канат кагып йөрү. | Бер рэткэ тезелеп казлар кебек канат кагып йөрү |

МАЙ АЕ

| Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең этгәлеге | | | | |
|--|--|---|--|---|
| Темалар Заняття этаплары | 1-нче атна Жэй | 2-нче атна “Жэй” | 3 – нче атна “Жэй” | 4-нче атна “Жэй” |
| Планлаштырылган нәтижәләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: равновесияны саклап йөгөрә белү, юнәлешне үзгәртеп, кушу буенча темпны үзгәртеп, стремянка-баскычына менү; үрмәләп йөрү; тупны кушкан якка тэгэрәтү, тупны өскә бәрәп тоту, идәнгә бәрәп(сикертеп) тоту; | | | | |
| Кереш сүз | Йөрү һәм йөгөрү алда баручы кешене алмаштырып, атлар кебек йөгөрү, предметлар яныннан йөрү һәм йөгөрү, тезләрне өскә күтәрәп йөгөрү, йөрү. | | | |
| ОРУ | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр.65 | Предметларсыз Л. И. Пензулаева стр. 66 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 67 | Предметларсыз. Л. И. Пензулаева стр. 68 |
| Төп хэрэкэт төрләрә | 1. равновесияны саклап скәмья өстендә алга таба һәм ян белән йөрү. 2. ике аякта ике паралелль куелган шнурлар өстеннән сикерү. | 1.Скәмьядән йөрөп чыгу һәм сикереп төшү. 2. бер –берең туп тэгэрәтү.(баскан килеш) | 1. тупны өскә ыргыту һәм тоту. 2.скәмья өстендә үрмәләп йөрү. | 1. стремянка-баскычына менү һәм төшү. 2. кыек такта өстендә кулларны билгә куеп алга карап равновесияны югалтмыйча йөрү. |
| Хэрэкэтле уеннар | «Аюның оясында» | «Аюның оясында» | “Песи һәм тычканнар” | “Песи һәм тычканнар |
| Аз хэрэкэтле уеннар | “Әйдәгез бергәләп!” | “Әйдәгез бергәләп!” | “Бармаклар гимнастикасы” | “Бармаклар гимнастикасы” |

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлегә

| Темалар:Занятияның этаплары: | 1-нче атна “Белем көне.” | 2-нче атна “Белем көне.” | 3-нче атна “Көз.” | 4-нче атна “Көз.” |
|--|---|--|--|--|
| <p>Планлаштырылган нәтижәләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Бер рәткә тезелеп йөрергә, йөгөрергә, төрле юнәлештә йөгөрергә өйрәнү; биеклектә йөргәндә равновесияны саклап калырга, алга этелеп сикерергә, туп бәергә өйрәнү. Предметлар яныннан йөрүне һәм йөгөрүне кабатлау; аяк очында йөрергә, предметка сикереп тияргә һәм тупны өскә бәергә өйрәнү. Бер шеренгага тезелергә, йөрү һәм йөгөрүне сигнал буенча чиратка салырга өйрәнү.</p> | | | | |
| ОРУ: | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Туп белән: Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Таякчыклар белән: Л.И. Пензулаева. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | <p>1)Кулларны баш артына куеп гимнастик скәмжя өстенә тезеп куелган туплар өстеннән атлап йөрү. 2)Алга тезеп куелган предметлар яныннан змейка ясап ике аякта сикереп йөрү. 3)Ике шеренгага бүленеп басабыз. Бер як шеренга балалары кулларына туп тотып икенче яктагыларга бер кулы белән тупны идәннән сикертеп бәрә, каршы як ике куллап тота.</p> | <p>1) Ике аякта биеклеккә сикерү. 2)Кечкенә тупны өскә таба бәрү. (диаметры 6-8 см) 3)Салмак кына бер рәткә тезелеп йөгөрү 1,5 минут. 4)Биеклеккә сикереп предметка тию. 5) Тупны өскә ыргытып, кулны чәбәкләп, ике куллап тоту. 6)Предметлар яныннан үрмәләп йөрү</p> | <p>1) Гимнастик скәмья өстеннән үрмәләп йөрү. 2)Шнурны идәнгә жәеп шуның өстеннән кулларны билгә куеп янга таба.йөрү. 3)Ике кулга тупны тотып өскә бәрәбез, кулларны чәбәк итеп тупны тотабыз. 4)Ике шеренгага капма-каршы тезелеп басабыз, бер-береңә команда буенча баш өстеннән туп ыргытабыз(ара 2,5м) 5)Гимнастик скәмья өстеннән үрмәләп йөрү. 6) Баш өстенә мендәрчек куеп кулларны билгә куеп шнур өстеннән янга</p> | <p>1)Обруч эченнән янлап , обручка һәм идәнгә куллар белән тимичә, йөрөп чыгу. 2) Алга бер рәткә тезеп куелган шакмаклар өстеннән башка мендәрчек куеп равновесияны саклап йөрөп чыгу. 3)Бот арасына мендәрчек кыстырып ике аякта бер урында сикерү 4)Обруч эченнән турыга һәм янлап чүгәләп чыгу. 5) Алга бер рәткә тезеп куелган шакмаклар өстеннән башка мендәрчек куеп равновесияны саклап йөрөп чыгу 6)Ике аякта алга таба этелеп сикерү.</p> |

| | | | | |
|-----------------------------|--------------|-------------------------|---|--------------------------------|
| | | | таба йөрөп чыгу | |
| Хэрэкэтле уеннар: | “Мышеловка” | “ Море волнуется раз..” | “Кармак” | “Ловишки” “Тиз алып өлгөр!” |
| Аз хэрэкэтле уеннар: | «Кемдэ туп?» | “Тап һәм дэшмә!” | Сулыш күнегүсен ясап түгэрэк буенча бер колоннага тезелеп йөрү. | “Тап һәм дэшмә” |

ОКТЯБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлеге:

| | | | |
|---|---|--|--|
| Темалар: Занятие этаплары : | 1-нче -2-нче атна “Мониторинг.” “Мин дөнъяның бер кешесе.» | 3-нче-4-нче атна “Мин дөнъяның бер кешесе.” “Минем өем ,минем авылым.” | 5-нче атна “Минем өем,минемавылым.” |
|---|---|--|--|

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү:Балаларны 1 минут буена йөгөрергә; скәмья өстеннән янлап йөрергә; сикерергә; тупны ыргыту буенча төрле күнегүләр өйрәтү. Түгэрэк буенча йөрөгән вакытта , сигнал ишеткәч туктак кирегә таба барырга; Алга куелган каршылыклар өстеннән сикереп чыгып йөгөрергә;биеклеккә сикерергә; тупны дорес итеп бәрергә өйрәнү. Йөрөгәндә һәм йөгөргәндә алга куелган каршылыклар өстеннән атлап йөрергә; 1 минут йөгөрү; бадминтон уены белән танышу; сикерү уеннарын кабатлау.

| | | | | | |
|----------------------------|--|--|---|--|---|
| ОРУ: | Предметларсыз : Л.И.пензулаева | Таякчыклар тотып: Л.И.Пензулаева | Туп белән: Л.И.Пензулаева | Обруч белән: Л.И.Пензулаева | Обруч белән: Л.И.Пензулаева. |
| Төп хэрэкэт төрләр: | 1)Кулларны билгә куеп гимнастик скәмья өстеннән янлап йөрибез. | 1) Скәмья өстеннән ярым бөкләнгән ике аякка сикереп төшү. 2)(10-12 диаметрлы) | 1) Алга куелган горизонталь максатка уң аннан сул кул белән туп бәрү. | 1)Алга бер рәткә тезеп куелган 3 обруч эченнән идәнгә куллар белән тимичә ян | 1)Гимнастик скәмья уртасына куелган шакмак өстеннән атлап үрмәләп чыгу. 2)Кулларны билгә |

| | | | | | |
|-----------------------------|---|---|--|---|---|
| | <p>2)Алга шнур сузып куела шуның аша уңга сулга таба ике аякта кулларны билгә куеп сикереп чыгарга.</p> <p>3)Аякларны аерып басабыз тупны ике куллап күкрәк турысында тотып алга таба ыргытабыз.</p> <p>4) балалар ике төркемгә бүленә(кызлар һәм малайлар) баштан кызларга туплар бирелә һәм аларга тупны бер кул белән алып бару техникасы күрсәтелә, аннан малайларга аңлатыла.</p> <p>5)Капма-каршы басып бер-берсенә тупны бәрү.</p> | <p>тупны баш очыннан бер-береңә бәрү.</p> <p>3)Гимнастик скәмья өстеннән үрмәләп йөрү.</p> <p>4) Капма-каршы ике шеренгага тезелеп басып күкрәк турысыннан туп ыргыту</p> | <p>(2,5 м) .</p> <p>2)Алга тезеп куелган дугалар астыннан идәнгә куллар белән кагылмыйча йөрөп чыгу.</p> <p>3)Алга куелган тугырылган туплар өстеннән кулларны билгә куеп атлап чыгу.</p> <p>4)Гимнастик скәмья өстеннән янлап йөрү.</p> | <p>белән чүгәләп чыгу.</p> <p>2)Гимнастик скәмья өстеннән уртасына куелган шакмак өстеннән атлап йөрөп чыгу.</p> <p>3)20 см биеклек мат өстенә ике аяклап сикереп менү.</p> | <p>куеп гимнастик скәмья өстеннән йөрү, уртасына килеп житкәч чүгәләп кулларны чәбәк итеп торырга һәм өйрөп чыгарга.</p> <p>3) 20 см биеклек мат өстенә ике аяклап сикереп менү</p> |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Кошлар очып китәләр”. | “Кармак” | “Житез бул!” | “Гуси –лебеди” | “Мышеловка уены” |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | “Тап һәм дәшмә” | Бер колоннага тезелеп йөрү. | Сулыш күнегүсен ясап түгәрәк буенча бер колоннага тезелеп йөрү. | “Оча-очмый” | “Затейники” |

НОЯБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлегә

| | | | |
|---|--|--|---------------------------------------|
| Темалар: Занятие этаплары: | 1-нче-2-нче атна “Халык бөрдөмлеге көнө.” | 3-нче-4-нче атна “Яңа ел килеп житө.” | 5-нче атна “Яңа ел килеп житө.” |
|---|--|--|---------------------------------------|

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстөрү : Тезләрне өскө күтәрәп йөрүне кабатлау; шеренгаларга басып туп бәрүне өйрөнү .Йөгөргөндө сигнал буенча юнөлешне кире якка үзгөртүне,предметлар яныннан йөгөрүне;эле уң-эле сул аякта (чиратка салып сикерүне өйрөнү; гимнастик скәмя өстеннән үрмәлэргә һәм тупны предметлар яныннан тэгэрәтергә өйрөнү.

| ОРУ: | Туп белән: Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Туп белән: Л.И.пензулаева. | Скәмиягә утырып: Л.И.Пензулаева. | Скәмиягә утырып: Л.И.Пензулаева. |
|-------------------------------------|--|---|---|--|---|
| Төп хәрәкәт төрләр: | 1)Кулларга тупны тотып үз тирәли тупны кулдан кулга күчәрәп скәмя өстендә йөрибөз. 2)(2 метр) ераклыкка эле бер-эле икенче аякта(чиратка салып) сикереп бару. 3) (3 метр) ераклыкта ике якка капма-каршы шеренгага тезелеп басабыз баш очыннан бер-беренә туп ыргытабыз | 1) Эле уң-эле сул аякта алга таба барып сикерү. 2)Скәмиягә корсак белән ятып куллар белән скәмя кырыйларынан тартылып шуышып бару. 3)Тупны алга таба баш белән этеп(тэгэрәтеп) үрмәләп йөрү 4)Кулга тупны тотып идәннән сикертеп алга таба бару. | 1) Кулга тупны тотып идәннән сикертеп алга таба бару 2)Гимнастик скәмя өстеннән үрмәләп йөрү. 3)Обруч астыннан янлап һәм турыга таба йөрөп чыгу. 4)Скәмя өстеннән кулларны билгә куеп ян белән йөрөп чыгу. 3)Тутырылган туплар яныннан кулларны баш артына куеп аяк очында йөрөп чыгу | 1) Шнур астыннан янлап һәм турыга таба чүгәләп чыгу. 2)Кулларны билгә куеп башка мөндәрчек куеп гимнастик скәмя өстеннән йөрөп чыгу. 3)Эле бер –эле икенче аякта(чиратка салып) сикерү. 4)Кулларны баш артына куеп предметлар яныннан аяк очында йөрү | 1) Шнур астыннан янлап һәм турыга таба чүгәләп чыгу. 2)Кулларны билгә куеп башка мөндәрчек куеп гимнастик скәмя өстеннән йөрөп чыгу. 3)Эле бер –эле икенче аякта(чиратка салып) сикерү. 4)Кулларны баш артына куеп предметлар яныннан аяк очында йөрү. |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Мышеловка” | “Ловишки” | “Кармак” | “Гуси –лебеди” | “Кошлар очып китәләр”. |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | “Тавыштан таны” | “Затейники” | Сулыш күнөгүсен ясап түгәрәк буенча бер колоннага тезелеп йөрү. | “Оча-очмый” | «Кемдә туп?» |

ДЕКАБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә:

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| Темалар: Занятие этаплары: | 1-нче атна 2- нче атна “Яңа ел” | 3-нче 4-нче атна “Яңа ел.” | | |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Йөрегәндә һәм йөгөргәндә дистанцияне сакнарга;кыек такта өстендә йөрөргә өйрәнү. Туп белән күнегүләр кабатлау. Кулларга тотынып түгәрәк буенча йөрөргә һәм йөгөрөргә өйрәнү;әле уң -әле сул аякта сикерүне өйрәнү. | | | | |
| ОРУ: | Туп белән: Л.И.Пензулаева. | Флажоклар тотып: Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1)Кыек такта өстендә кулларны билгә куеп ян белән йөрү. 2) Брусонлар аша ике аякта сикереп чыгу. 3)Ике шеренгага капма-каршы тезелеп басабыз,бер – беренә тупны баш очыннан ыргытабыз. | 1)Әле бер-әле икенче аякка таянып алга таба сикерү. 2) Өскә тупны бөрү һәм аны ике куллап тоту. 3) Предметлар яныннан үрмәп йөрү | 1)Капма-каршы ике шеренгага тезелеп басабыз(арасы 2,5м), зур диаметрлы тупны бер-березбегә ыргытабыз. 2) Гимнастик скәмья өстеннән корсак белән шуышып бару. 3)Гимнастик скәмья өстеннән баш очына мөндәрчек куеп йөрөп чыгу. | 1) Гимнастик стена өстенә менү. 2)Скәмья өстенә шакмаклар тезеп куела, шул шакмаклар өстеннән атлый-атлый йөрөп чыгарга. 3)Ике аякта предметлар яныннан икереп йөрү. |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Ловишки” | “Идәндә утырып калма!” | “Аучы һәм куяннар” | “Хәйләкәр төлке” |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | “Фигураны яса!” | “Кемдә туп?” | “Оча- өчмый” | Бер колоннага тезелеп йөрү. |

ГЫЙНВАР АЕ

Оештырылган белем биру эшчәнлегенә эчтәлегә

| | | | |
|--|---------------------|---------------------|-----------------------------|
| Темалар Занятие Этаплары | 2-нче атна “Кыш» | 3-нче атна “Кыш” | 4-нче 5 – нче атна “Кыш” |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: спорт залында кәшәкәләр һәм алка белән төрле хәрәкәтләргә өйрәтү; йөрү һәм алып баручыны алмаштырган һәм төрле юнәлешләрдә йөгөрү вакытында киңлеккә йөз тоту белү; эскәмияләр аша сикергәндә һәм борычтан | | | |

сикергэндэ куркынычсызлык техникасын саклый белү

| ОРУ | Шайба белән Л.И.Пензулаева. | Шайба белән Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Обруч белән Л.И.Пензулаева. |
|-----------------------------|--|---|--|--|
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1) алканы бер кулдан икенчесенә күчерү 2) алканы аяк астында йөртү. 3) шайбаны өскә тәбә ыргыту 4) алка салу. | 1) алканы бер кулдан икенчесенә күчерү. 2) алканы аяк астында йөртү. 3) шайбаны өскә тәбә ыргыту 4) алка салу. | 1) бер-беренне әйләнә буенча чаналарда йөртү. 2) һаваны күзәтү. 3) таудан чанада шуу | 1. Гимнастик эскәмияләр буенча йөрү, уртада әйләнеш ясарга һәм алга таба узарга, рейс аша атлап сикерергә 2. Урыннан ераклыкка сикерү 3. тупны билгеләнгән урынга бөрү 4. Уң һәм сул як белән обручтан чыгу |
| Хәрәкәтле уеннар: | «Аю һәм бал кортлары» | «Аю һәм бал кортлары» | «Ябалак» | «Ябалак» «Идөндө утырып калма!» |
| Аз хәрәкәтле уеннар | «Бөр коллонага төзөеп йөрү» | «Бөр коллонага төзөеп йөрү» | «Бөр коллонага төзөеп йөрү» | «Оча – очмый уены» |

ФЕВРАЛЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлегә

| Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлегә | | | |
|--|---------------------------------|---|--|
| Темалар Занятие этаплары | 1-нче атна “Мактаулы солдат” | 2-нче атна “Булачак Ватанны саклаучылар” | 3-нче 4-нче атна “23 февраль бәйрәме” |

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: балаларны йөгерүдә һәм сикерүдә күнегүләр башкарганда үз тәнненең торышын күзәтеп торырга; балаларны спорт төрләре белән чаңгыда йөрү белән таныштырырга; дүрт аяклы йөрү элементлары белән уен хәрәкәтләрен башкарырга, тупны ыргытканда һәм тотканда куркынычсызлык кагыйдәләрен үтәргә; ике аяклы сикерүдә алга таба һәм киртәләр аша сикерүдә куркынычсызлык кагыйдәләрен үтәргә;

| ОРУ | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Туп белән Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. |
|-----------------------------|--|---|--|--|
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1 сигнал буенча шеренгадан качарга, иркен йөггергә һәм сигнал буенча шеренгага басарга. 2) сигнал буенча шеренгадан сикергә, төрле юнәлешләрдә ике аяктан сикергә һәм сигнал буенча шеренгага сикергә. 3) сигнал буенча-ургычлар яткан майданның капма-каршы ягына йөгерү. | 1 Скәмиядә йөгерү һәм сикереп төшү 2 эскәмия астына үтеп, аннан төшөп китү 3) скамейка аша үтеп кайту 4) оекбашларда йөгерү, утыру, әйләнеш. | 1) тупны өскә күтәрү һәм аска кадәр төшерү. 2) Туп тирәли йөгерү 3) тупны өскә бәреп зал бунча йөрү 4) туп тотып бер – берен артыннан йөгерү. | 1. куллар билдә, башка ком капчыгы куеп гимнастик скәмиядә йөрү. 2. бер – беренә туп бәреп, ике куллап тоту. 3. Скәмия аша сикерү. 4. Гимнастик стенкага үрмәләү. |
| Хәрәкәтле уеннар | «Аучы куеннар» | «Идәндә утырып калма» | «Капкан уены» | «Казлар уены» |
| Аз хәрәкәтле уеннар | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү |

МАРТ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә | | | | |
|---|--|--|--|--|
| Темалар Занятие Этаплары | 1-нче атна “Халыкара хатын кызлар көне” | 2-нче атна “Халык мәдәнияте һәм традицияләре” | 3-нче атна “Халык мәдәнияте һәм традицияләре” | 4-нче атна “Халык мәдәнияте һәм традицияләре” |

Планлаштырылган нәтижэләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: балаларны музыкадагы динамикалы үзгәрешләргә игътибар итәргә, зур киеренкелек белән хәрәкәтләргә күчү, ике аякта сикерү осталыгын һәм күнекмәләрен камилләштерергә; туп белән уен биремнәрендә куелган хәрәкәт бурычларын хәл иткәндә балалар интуициясен үстерергә; кыюлык, игътибарлылык тәрбияләргә өйрәтү.

| ОРУ | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Скакалка белән Л.И.Пензулаева. | Туплар белән Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. |
|-----------------------------|--|---|---|---|
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1) Музыка астында бармаклар өчен күнегүләр 2) шигырь тактына төрле хәрәкәтләр үтәү. 3) минем артган хәрәкәтләр кабатлау. | 1) «Нурлар» күнегүе. 2) нурлар кебек музыкага хәрәкәтләнү 3) предметлар аша сикереп чыгу. | 1) Тупны сул һәм уң аяк белән тәгәрәтү. 2) тупны сул һәм уң кул белән әйләндерү. 3) тупны өскә бөрү 4) тупны гимнстик скәмиядә тәгәрәтү. | 1) Тиз атлаганда приседание ясау 2) салапм аша чыгу 3) үрмәләү 4) Йомырка һәм кашык белән эстафета |
| Хәрәкәтле уеннар | “Казлар” | “Казлар” | «Аю һәм бал кортлары» | «Карусель» |
| Аз хәрәкәтле уеннар | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү |

АПРЕЛЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| Темалар Занятие этаплары | 1-нче атна “Яз килде” | 2-нче атна “Яз килде –табигать уянды” | 3-нче атна “Галәм киллекләре” | 4- нче атна “Тукай яши безнең күнелләрдә” |
|--------------------------------|--------------------------|--|----------------------------------|--|
|--------------------------------|--------------------------|--|----------------------------------|--|

Планлаштырылган нәтижэләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: ике аякта алга алга таба һәм каршылыклар аша сикерүдә куркынычсызлык кагыйдәләрен үтәргә, балаларны йөрештә, йөгерүдә, парка һәм колоннада үзгәртеп коруда күнегүләр ясарга; авыш ясы буенча йөрештәге тигезлекне саклай белүне камилләштерергә; югары таянычта йөрештәге тигезлек күнекмәләрен камилләштерергә өйрәтү.

| ОРУ | Яулыклар белән Л.И.Пензулаева. | Чыбыклар белән Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. |
|-----|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
|-----|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|

| | | | | |
|---------------------------|--|---|---|---|
| Төп хэрэгт төрлөрө | 1. Гимнастик скэмиядэ йөргөндө борылып каршыякка китү. 2. Бер обручтан икенче обручка сикерү. 3. Билгелөнгөн урынга уң һәм сул кул белән бэрү. | 1) смэмиядэ тиз йөрөп, карга сикереп төшү. 2) балалар карны куып тота һәм тота 3)кар бөртеклэрэнэ чыбык оргыту. | 1) Колонна буенча ике аякта сикереп бару 2) горизонталь максатка бэрү 3) баскычка менү һәм авыш юл буйлап төшү. | 1) алга таба ике аякта сикерү 2) ике аякта сикерү 3) Йөгерү белән сикерүне чиратлаштыру 4) Түбән бүрэнэгә сикереп менү 5)Бүрэнэ өстендө йөрү. |
| Хэрэгтле уеннар | «Аю һәм бал кортлары» | «Тукта» | «Кармак» | «Кармак » |
| Аз хэрэгтле уеннар | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү | Коллонада төзелеп йөрү |

МАЙ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| | | | |
|---|---------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Темалар Занятие этаплары | 1-нче атна “Жиңү көне” | 2-нче атна “Жиңү көне” | 3-нче 4-нче атна “Яз” |
|---|---------------------------|---------------------------|--------------------------|

Планлаштырылган нәтижәләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: балаларда традицион булмаган предметларны кулланып уен хэрэгтләрә шартларында тиз ориентлаша белү; бадминтон уйнаганда уен күнегүлэрэнэ өйрәтү; алга таба һәм киртәләр аша алга китеп, ике аякта сикерүдә куркынычсызлык кагыйдәлэрэн үтөргә өйрәтү; уен кагыйдәлэрэн үтөргә һәм уен барышында рольләр алыша белергә өйрәтү.

| | | | | |
|---------------------------|---|---|---|--|
| ОРУ | Чыбыклар белән Л.И.Пензулаева. | Флаглар белән Л.И.Пензулаева. | Флаглар белән Л.И.Пензулаева. | Обручлар белән Л.И.Пензулаева. |
| Төп хэрэгт төрлөрө | 1) чыбыкны төрле якка сөлтәү; 2) чыбыкларны ак түгәрәккә бэрү 3) чыбыклараша чыгу | 1) флаглар белән күнегүләр үтәү 2) флаглар утырү 3) флаглар тотып колоннада йөгерү 4) уң һәм сул якка дүрт аякта үрмәләү | 1) флаглар белән күнегүләр үтәү 2) флаглар белән утыру 3) флаглар тотып колоннада йөгерү 4) уң һәм сул якка дүрт аякта үрмәләү | 1.гимнастик скэмиядә тупны тотып йөрү. 2. Корсакта гимнастик скэмиядә шуышу 3. Сэмия аша сикереп чыгу 4.Гимнастик стенкага үрмәләү. |
| Хэрэгтле уеннар | «Капкан» | «Капкан» | «Капкан» | «Капкан» |

| | | | | |
|--------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| Аз хэрэгтле уеннар | «Нэрсэ үзгэрде уены» | «Нэрсэ үзгэрде уены» | «Нэрсэ үзгэрде уены» | «Нэрсэ үзгэрде уены» |
|--------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|

СЕНТЯБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчэнлегенең эчтэлеге

| | | | | |
|---|-----------------------------|------------------------------|----------------------|---------------------|
| Темалар: Занятые этаплары: | 1-нче атна “Белем көне ” | 2- нче атна “Белем көне ” | 3- нче атна “Көз” | 4-нче атна “Көз” |
|---|-----------------------------|------------------------------|----------------------|---------------------|

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү:Бер колоннага тезелеп йөрөргә һәм йөгөрөргә өйрәнү(чиратка салып);төрле юнөлештә йөгереп апаның сигналы буенча колоннада урыныңны табып басу,өч колоннага бүленергә,йөгөргәндә темпны үзгәртергә өйрәнү.

| | | | | |
|-------------|---------------------------------------|--|------------------------------------|--|
| ОРУ: | Предметларсыз: Л.И. Пензулаева. | Флажоклар белән: Л.И. Пензулаева. | Туп ярдәмендә: Л.И. Пензулаева. | Таякчылар ярдәмендә: Л.И.Пензулаева. |
|-------------|---------------------------------------|--|------------------------------------|--|

| | | | | |
|-----------------------------|---|--|---|---|
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1) Башка мендәрчек куеп гимнастик скәмя өстеннән алга таба атлап йөрү. 2) Алга таба бер-берсеннән 40 см ераклыкка тезеп куелган 6-8 шнур аша ике аякта сикереп чыгу. 3) Ике шеренгага бүленеп капма-каршы басып баш өстеннән (диаметры20-25 см булган) тупны ыргыту | 1) Йөгереп килеп (баланың сузылган кул биелегенә эленгән) предметка сикереп бармак очлары белән тию. 2) Капма-каршы (бер-берсеннән 4 метр ераклыкка) баскан балаларның бер-берсенә шнур аша туп ыргыту. 3)Шнур астыннан идәнгә һәм шнурга тимичә иелеп чыгу. | 1) Балалар өч түгәрәк ясап басалар, бер балада туп була, шул туп сигнал буенча бер баладан икенчесенә күчеп йөрөп чыгарга тиеш, беренче тупны түгәрәк буенча жибәргән балага килеп житкәч ул бала тупны өскә күтәрә һәм шул түгәрәк балалары жиңә. 2) Тутырылган тупларны бер-берсеннән алга таба (40см ераклыкка) куеп,кулларны баш артына куеп туплар өстеннән атлап чыгу. | 1)Түгәрәк буенча, эле уң, эле сул , эле ике аякта сикереп йөрү(чиратка салып). 2)Кегллар яныннан эле уң эле сул кул белән тупны идәннән сикертеп йөрөп чыгу. |
|-----------------------------|---|--|---|---|

| | | | | |
|--------------------------|----------------|----------------|-----------|-------------------------|
| Хәрәкәтле уеннар: | “Ловишки уены” | «Басып калма!» | «Кармак.» | «Морская фигура замри!» |
|--------------------------|----------------|----------------|-----------|-------------------------|

| | | | | |
|--------------------|------------------|---------------|----------------------|------------------|
| Аз хэрэгтлеуеннар: | “Вершки-корешки” | “Оча-очмый.”. | «Великаннар-гномнар» | “Сулыш күнегүсе” |
|--------------------|------------------|---------------|----------------------|------------------|

ОКТАБРЬ АЕ

Оештырылган белем биру эшчэнлегенең эчтәлеге:

| | | | |
|---|------------------------------------|--|---|
| Темалар: Занятие этаплары: | 1-нче- атна “Мониторинг” атнасы | 2-нче- 3-нче атна “Минем авыл, минем ил, минем планета” | 4-нче 5 –нче атна “Халык бердәмлеге көне.” |
|---|------------------------------------|--|---|

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Предметлар яныннан йөрүне һәм йөгөрүне кабатлау; биеклектә һәм сикерүдә равновесияне югалтмау; туплар белән эшләнә торган күнегүләрне кабатлау. Йөрегән вакытта сигнал бирелгәч юнәлешне үзгәртсә, сикергән вакытта ярым бөкләнгә аякларга басуны, туп күнегүләрен өйрәнү. Тезләргә өскә күтәрәп атлап йөрүне, тупны идәннән сикертәп бер кул белән йөртәп баруны, тар сукмактан йөрүне кабатлау.

| ОРУ: | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Обруч белән: Л.И.Пензулаева. | Урындыкка утырып: Л.И.Пензулаева. | Туп белән: Л.И.Пензулаева. | Туп белән: Л.И.Пензулаева. |
|-----------------------------|---|--|---|---|---|
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1) Гимнастик скәмья өстеннән йөрү. Кулларны баш артына куябыз, скәмьянең уртасына килеп жиккәч кулларны янга сузып, өскә күтәрәп йөрәп бетерәбез. 2) Кечкенә тупны өскә таба бәрү һәм аны ике куллап тотарга тырышу. | 1) (40см) биеклектән матка сикереп, ярым бөкләнгән аякларга төшү. 2) “Аю” кебек идәнгә уч һәм аяк табаннарына басып үрмәләп йөрү. | 1) Алга таба бер кул белән идәннән сикертәп тупны йөртәп бару. (баскетбольный вариант) 2) Гимнастик скәмья өстеннән үрмәләп йөрү. 3) Гимнастик скәмья өстендә йөрәп чыгу. | 1) Дуга яисә шнур астыннан тупны баш белән алга таба тәгәрәтә-тәгәрәтә үрмәләп чыгу. 2) Залның бер як башына предметлар яныннан уң аякта сикереп бару, кирегә таба-сул аяк белән. 3) Гимнастик скәмья өстеннән кулны алга-артка таба чәбәкләп йөрәп чыгу. | 1) Дуга яисә шнур астыннан тупны баш белән алга таба тәгәрәтә-тәгәрәтә үрмәләп чыгу. 2) Залның бер як башына предметлар яныннан уң аякта сикереп бару, кирегә таба-сул аяк белән. 3) Гимнастик скәмья өстеннән кулны алга-артка таба чәбәкләп йөрәп чыгу. |

| | | | | | |
|----------------------------|-----------------------------|------------------------|-------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Хэрэгтлэгч уяма: | “Кошлар оча” | “Идэндэ утырып калма!” | “Кармак” | “Кармак уены” | “Кармак уены” |
| Аз хэрэгтлэгч уяма: | Бер колоннага тезелеп йөрү. | “Кайтаваз” | “Оча-очмый” | Бер колоннага тезелеп йөрү. | Бер колоннага тезелеп йөрү. |

НОЯБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчэнлегенең эчтэлеге

| | | | |
|--|---|---------------------------------|------------------------------------|
| Темалар: Занятие этаплары : | 1-нче -2-нче атна “Халык бердәмлеге көне.” | 3-нче - 4-нче атна “Яңа ел.” | 5-нче атна “Яңа ел килеп житә.” |
|--|---|---------------------------------|------------------------------------|

Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Түгәрәк буенча йөрүне һәм йөгөрхне кабатлау;шнур өстеннән йөрүне, сикерүне һәм туп белән күнегүләрне кабатлау. Юнәлешне үзгәртә-үзгәртә йөрүне кабатлау; Скакалкада сикерергә өйрәнү.Бер-берең туп бәрүне кабатлау, гимнастик скәмья өстендә ,аркага мендәрчек куеп үрмәләп йөрүне өйрәнү. Предметлар яныннан “змейка” ясап йөгергә һәм йөгөргә өйрәнү.

| | | | | | |
|-------------------------------|---|--|---|--|--|
| ОРУ: | Предметларсыз : Л.И.Пензулаев а. | Скакалка белән: Л.И.Пензулаев а | Шакмак тотып: Л.И.Пензулаева | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева |
| Төп хэрэгтлэгч төрләр: | 1)Идэнгә шнур жәеп куела шул шнур өстеннән баштан аяк табанын куеп аяк очларын идэндэ калдырып янга йөрөп чыгарга;аннан аяк очын шнурга куеп табанны идэндэ калдырып янга йөрөп чыгарга. 2) шнурлар аша ике аякта сикереп чыгу. 3) Балалар 3-4 колоннага тезелеп басалар тәрбияче апалары алда басып торучы | 1)Скакалканы ике кулга тотып алга таба әйләндереп сикерү. 2) Гимнастик скәмья өстендә аркага мендәрчек куеп үрмәләп йөрү. 3) Капма-каршы ике шеренгага бүленеп басып бер-берең туп ыргыту. | 1)Уң кулга тупны алып аны идәннән сикертеп алга таба бару.(баскетбольны й вариант). 2) Дуга астыннан чыгу. 3) Алга идэнгә бер рәт итеп (6-*0 тугырылган туп куела, шул туплар яныннан кулларны баш артына куеп змейка ясап аяк очында йөрөп чыгарга | 1) Гимнастик стена өстенә менеп бер пролеттан икенчесенә күчү. 2)Шнур өстеннән уңга һәм сулга сикереп алга таба бару. 3)Стенага тупны бәрөп идәннән бер кат сикертеп аны ике куллап тоту. | 1) Гимнастик стена өстенә менеп бер пролеттан икенчесенә күчү. 2)Шнур өстеннән уңга һәм сулга сикереп алга таба бару. 3)Стенага тупны бәрөп идәннән бер кат сикертеп аны ике куллап тоту. |

| | | | | | |
|----------------------|--|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | балага туп ыргыта ул тупны тота, кире апага бирә һәм командасының артына барып баса, шулай ук башка балалар белән. | | | | |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Кемнең тавышы? Таны!” | “Фигура” | “Урыннарыгызга басыгыз!” | “Урыннарыгызга басыгыз!” | “Урыннарыгызга басыгыз!” |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | Бер колоннага тезелеп йөрү. | Бер колоннага тезелеп йөрү. | Бер колоннага тезелеп йөрү. | Бер колоннага тезелеп йөрү. | Бер колоннага тезелеп йөрү. |

ДЕКАБРЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлегә

| | | |
|---|-------------------------------|--------------------------------|
| Темалар: Занятие этаплары: | 1-нче- 2-нче атна “Яңа ел” | 3-нче -4-нче атна “Яңа ел!” |
|---|-------------------------------|--------------------------------|

Планлаштырылган нәтижәләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: Кулларны төрлечә куеп йөрергә һәм йөгөрергә өйрәнү; янлап, атлап йөрегән вакытта равновесияны саклап калырга өйрәнү, туп белән эшләнелә торган күнегүләрне кабатлау. Темпны үзгәртеп йөрергә һәм йөгөрергә өйрәнү;

| | | | | |
|-----------------------------|--|---|---|---|
| ОРУ: | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. | Таякчылар тотып: Л.И.Пензулаева. | Туп белән: Л.И.Пензулаева. | Предметларсыз: Л.И.Пензулаева. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1) Алга тезеп куелган тугырылган туплар өстеннән башка мендәрчек куеп атлап, янга таба йөрөп чыгу. 2) Предметлар яныннан ике аякта, кулларны билгә куеп сикереп йөрү. 3) Кечкенә тупны өскә таба бер кул белән бәрү һәм ике куллап тоту. | 1) Уң һәм сун аякта (чиратка салып) сикерү. 2) Балалар 3 колоннага бүленеп тезелеп басалар, алларына берәр бала баса ул колоннада баскан беренче балага тупны ыргыта һәм ул бала тупны кире аңа ыргытып колоннасынын ахырына барып басырга тиеш. | 1) Уң һәм сул кул белән тупны өскә бәрү, ике куллап тоту. 2) Гимнастик скәмья өстеннән корсак белән шуышып бару. 3) Гимнастик скәмья өстеннән йөрөп чыгу. | 1) Гимнастик скәмья өстендә “аю” кебек йөрөп чыгу. 2) Баша мендәрчек куеп кулларны янга сузып гимнастик скәмья өстеннән янлап йөрөп чыгу. 3) Мендәрчекне тезләргә кыстырып, кулларны билгә куеп ике аякта сикерү. |

| | | | | |
|-----------------------------|----------------------------|---|-----------------------------|------------------|
| | | 3)Гимнастик скэмья өстендө үрмэләп йөрү | | |
| Хәрәкәтле уеннар: | “ Хэйләкәр төлке уены” | “Салки с ленточкой” | “Попрыгунчики-воробушки” | “Хэйләкәр төлке” |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | Бер колоннага тезеләп йөрү | “Кайтаваз” | Бер колоннага тезеләп йөрү. | “Кайтаваз” |

ГЫЙНВАР АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| Темалар Занятие этаплары | 2-нче атна “Кыш” | 3-нче атна “Кыш” | 4-нче атна “Кыш” | |
|---|--|--|---|--|
| Планлаштырылган нәтижәләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: предметлар арасында йөрү осталыгына ия һәм аларны үлчәмә буенча чагыштырырга өйрәнү; йөреш һәм йөгерү вакытында киңлеккә ориентлаша белергә өйрәнү; обруч аша чыгырга, киртәләр аша ике аякка сикерергә өйрәнү. | | | | |
| ОРУ: | Таякчык белән Л.И.Пензулаева. | Туп белән Л.И.Пензулаева. | Гирьлар белән Л.И.Пензулаева. | Султанчиклар белән Л.И.Пензулаева. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1.Авыш такта буенча йөрү. 2. Урыннан озынлыкка сикерү. 3. Обручка ыргыту (сул, уң кулда) 4. тупны бер кулдан икенче кулга күчереп, гимнастик скэмиядә йөрү. | 1.Башка капчык куеп йөрү. 2. гимнастик скэмия өстендә үрмәләү. 3. Бау аша сикерү. 4. Туп йөртү.(баскетбол варианты) | 1. Куллар белән идәнгә кагылмыйча, бау аша үрмәләп чыгу. 2. Туры йәм ян белән тар рейкадан йөрү. 3. урыннан бириклеккә сикерү. 4.Тупны түбәннән бер – берсенә күчерү. 5. Парлап әйләнешү. | 1. Гимнастик скэмиядә йөрү,уртада әйләнеш ясам алга таба китергә, рейка аша атлап, сикереп төшергә. 2. Урыннан ераклыкка сикерү. 3. Тупны вертикаль максатка ыргыту. 4. обруч аша сул һәм уң як белән чыгу. |
| Хәрәкәтле уеннар: | «Туп белән җитезлек» | «Парыңны куып җит» | «Маймыллар тоту» | «Маймыллар тоту»» |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | «Аяклар ял итә». | «Кыш». Бию хәрәкәтләре | “Дүрт стихия” | «Жирафларда» |

ФЕВРАЛЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлеге

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| Темалар Занятие этаплары | 1-нче атна Мактаулы солдат. | 2-нче атна Булачак Ватанны саклаучылар. | 3-нче - 4-нче атна Ватанны саклаучылар. | |
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: предметлар арасында йөрү осталыгына ия һәм аларны үлчәме буенча чагыштырырга өйрәнү; йөреш һәм йөгерү вакытында киңлеккә ориентлаша белергә өйрәнү; обруч аша чыгырга, киртәләр аша ике аякка сикерергә өйрәнү | | | | |
| ОРУ | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Скакалкалар белән Л.И.Пензулаева. | Таякчылар белән Л.И.Пензулаева. | Султанчыклар белән Л.И.Пензулаева. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1. Скәмиядә ян як белән йөрү. 2. Чабып килеп озынлыкка сикерү. 3. Сул йәм уң кул белән тупны тоту. 4. билгеләнгән урынга кадәр үрмәләү. | 1. Гимнастик скәмиядә туплар аша атлап йөрү. 2. корсак белән гимнастик скәмия өстердә үрмәләү. 3. Кул һәм аякларның кисешкән хәрәкәтеннән файдаланып гимнастика стенкасы буйлап менү 4. Биеклеккә сикерү. | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей | 1. башка капчык куеп, авыш такта өстендә йөрү (куллар билдә) 2. Сул йәм уң кул белән тупны тоту. 3. Скәмияләр аша сикерү 4. Гимнастик стенкага менү. |
| Хәрәкәтле уеннар: | «Ачкычлар» | «Кармак» | «» | «Төсле машиналар» |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | «Самомассаж» лица, шеи, рук | «Диңгез дулкынлана» | «Снайперлар» | «Светофор» |

МАРТ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенең эчтәлеге

| | | | |
|-------------------------------------|--|--|--|
| Темы Этапы занятия | 1-нче атна “Халыкара хатын кызлар көне” | 2-нче атна “Халыкара хатын кызлар көне” | 3-нче 4 - нче атна “Халык мәдәнияте һәм традицияләре” |
|-------------------------------------|--|--|--|

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Планлаштырылган нәтижэләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: предметлар арасында йөрү остальгына ия һәм аларны үлчәме буенча чагыштырырга өйрәнү; йөреш һәм йөгөрү вакытында киңлеккә ориентлаша белергә өйрәнү; обруч аша чыгырга, киртэләр аша ике аякка сикерергә өйрәнү | | | | |
| ОРУ | Предметларсыз Л.И.Пензулаева. | Скакалкалар белән Л.И.Пензулаева. | Обруч белән Л.И.Пензулаева. | Гимнастик скәмия Л.И.Пензулаева. |
| Төп хәрәкәт төрләре: | 1. Аякларны туры күтәрәп гимнастик скәмиядә йөрү. 2. Төрле жирдән билгеләнгән урынга ыргыту. 3. Обручтан обручка сикерү. 4. Төрле ысуллар белән обручтан чыгу. | 1. Кубиклар аша атлап чыгып, гимнастик скәмиядә йөрү. 2. Баш өстеннән тупны бер – берендә күчерү 3. Аркада гимнастик скәмиядә үрмәләү. 4. Баучык аша бер аякта сикерү. | 1. Тар өслектә ян як белән йөрү. 2. Тупны сул кулдан уң кулга күчереп идәнгә бәрү. 3. Аюдай скәмия өстендә йөрү. 4. Ике аякта баучык аша сикерү. | 1. Гимнастик скәмиядә йөрү. 2. Скәмия өстеннән матка сикерү. 3. Төрле ысул белән гимнастик скәмиялә менү. |
| Хәрәкәтле уеннар: | “Чәчәкләр жый” эстафетасы | «Ачкыч» уены | «Аюһәм бал кортлары» | «Ябалак» |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | Психогимнастика «Ласкушенька» | «Диңгез кулкынлана» | «Һава шары» | «Кайтаваз» |

АПРЕЛЬ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| | | | | |
|---|--------------------|---|---------------------------------|--|
| Темалар Заняте этаплары | 1-нче атна “Яз” | 2-нче атна Яз килде – табигать уянды. | 3-нче атна Галәм киңлекләре. | 4- нче атна Тукай яши безнең күңелләрдә. |
| Планлаштырылган нәтижэләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: предметлар арасында йөрү остальгына ия һәм аларны үлчәме буенча чагыштырырга өйрәнү; йөреш һәм йөгөрү вакытында киңлеккә ориентлаша белергә өйрәнү; обруч аша чыгырга, киртэләр аша ике аякка сикерергә өйрәнү | | | | |
| ОРУ | Предметларсыз | Обруч белән | С кольцом | Капчыклар белән |

| | | | | |
|-----------------------------|---|---|--|--|
| Төп хэрэгт төрлөр: | 1. тупны бер кулдан икенче кулга күчреп гимнастик скэмиядә йөрү. 2. Шнур яныннан ике аякта сикерү. 3. Шеренга ясап тупларны бер – береңә күчерү. 4. Гимнастик скэмиягә менү. | 1. Башка капчык куеп, уң як белән гимнастик скэмиядә йөрү. 2. Ян як белән обруч эченнән чыгу. 3. Келилар аша тупны йөртү. 4. Кыскаскакалалар аша сикерү. | 1. Гимнастик скэмиядә йөрү. 2. Чабып килеп урыннан ераклыкка сикерү. 3. Тупны ераклыкка бөрү. 4. Бер – береңә обручны тэгәрәтү. | 1. Башка капчык куеп, гимнастик скэмиядә йөрү.(куллар билдә) 2. Тупны бәрәп, ике куллап тоту. 3. Гимнастик стенкага үрмәләү. 4. Озын скакалка аша сикерү. |
| Хәрәкәтле уеннар: | «Хәйләкәр төлке» | «Капкан» | «Затейники» уены | «Сазлыктабакалар уены» |
| Аз хәрәкәтле уеннар: | Бер колоннага төзөеп йөрү | Бер колоннага төзөеп йөрү | Бер колоннага төзөеп йөрү | «Великаннар һәм гномнар» |

МАЙ АЕ

Оештырылган белем бирү эшчәнлегенә эчтәлегә

| Темалар Занятие этаплары | 1-нче атна “Жиңү көне” | 2-нче атна “Жиңү көне” | 3-нче 4-нче атна “Жиңү көне” | |
|--|--|--|--|---|
| Планлаштырылган нәтижеләр аша интегратив сыйфатларны үстерү: предметлар арасында йөрү осталыгына ия һәм аларны үлчәме буенча чагыштырырга өйрәнү; йөреш һәм йөгерү вакытында киңлеккә ориентлаша белергә өйрәнү; обруч аша чыгырга, киртәләр аша ике аякка сикерергә өйрәнү | | | | |
| ОРУ | Предметларсыз | Скакалкалар белән | Таяклар белән | Обручлар белән |
| Төп хәрәкәт төрлөр: | 1. Башка капчык куеп гимнастик скэмиядә йөрү. 2. Чабып килеп ераклыкка сикерү. 3. Туп ыргыту. 4. Гимнастик стенкада йөрү. | 1. туплар аша атлап чыгып, гимнастик скэмиядә йөрү. 2. Корсакта гимнастик скэмиядә үрмәләү. 3. Йөргәндә бер – береңә тупны тапшыру. 4. Бер аякта скакалка аша сикерү. | 1. Кулларны билгә куеп баучыктан йөрү. 2. Гимнастик стенкага менү. 3. Кубиклар аша сикерү. 4. Бер линиягә куелган предметлар аша, тупны бәрәп тоту. | 1. Туп белән гимнастик скэмиядә йөрү. 2. Корсакта гимнастик скэмиядә үрмәләү. 3. Скэмия аша сикерү 4. Гимнастик стенкага менү. |

| | | | | |
|----------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Хэрэгтле уеннар: | «Ябалак » | «Ябалак » | Эстафета «Дуслык» | Эстафета «Дуслык» |
| Аз хэрэгтле уеннар: | “Великаннар һәм гномнар” | “Великаннар һәм гномнар” | “Великаннар һәм гномнар” | “Великаннар һәм гномнар” |

2. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств, способов и методов, а также – форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Средства физического воспитания

| <i>Средства</i> | <i>Цель</i> | <i>Условия применения</i> |
|---|---|---|
| <p><u>Физические упражнения.</u> <i>Гимнастика:</i> - основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, равновесие) - общеразвивающие упражнения - построения и перестроения - танцевальные упражнения; <i>Игры:</i> - подвижные игры (сюжетные, бессюжетные) - игры с элементами спорта; <i>Спортивные упражнения</i> (летние и зимние) <i>Простейший туризм.</i> Основное специфическое средство физического воспитания.</p> | Используется для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач физического воспитания | Обеспечивают эффективное решение задач физического воспитания, если выступают в форме целостного двигательного режима, отмечающего возрастным и индивидуальным особенностям каждого ребенка |
| <p><u>Психогигиенические факторы:</u> общий режим занятий, отдыха, питания, сна, гигиена одежды, обуви, физкультурного оборудования, помещения, площадки. Дополнительное средство физического воспитания.</p> | Повышают эффективность воздействия физических упражнений | Психофизиологический комфорт ребенка |
| <p><u>Эколого-природные факторы:</u> солнце, воздух, вода</p> | Усиливают положительное влияние физических упражнений на организм и повышают | Положительный эффект этого средства достигается только при экологически чистой |

| | | |
|--|---|---------|
| | его работоспособность. Используются для закаливания организма | природе |
|--|---|---------|

Методы физического воспитания

| <i>Методы обучения</i> | <i>Приемы как часть метода, дополняющие и конкретизирующие его</i> | <i>Цель</i> |
|------------------------|---|---|
| Наглядный метод | 1. Наглядно-зрительные приемы: - показ физических упражнений; - использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии); - имитация (подражание); - зрительные ориентиры (предметы, разметка поля). 2. Наглядно-слуховые приемы: - музыка; - песни. 3. Тактильно-мышечные приемы: непосредственная помощь педагога. | Создает зрительное, слуховое, мышечное представление о движении. Важно обеспечить яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений ребенка |
| Словесный метод | Объяснения; Пояснения; Указания; Подача команд, распоряжений, сигналов; Вопросы к детям; Образный сюжетный рассказ; Беседа; Словесная инструкция | Обращение к сознанию детей, помогает осмысленно поставить двигательную задачу, раскрыть содержание и структуру движения |
| Практический метод | Повторение упражнений без изменения и с изменениями; Проведение упражнений в игровой форме; Проведение упражнений в соревновательной форме | Закрепление на практике знания, умения и навыки в основных движениях, способствует созданию мышечных представлений о движении |

Этапы обучения детей физическим упражнениям

| <i>Этапы</i> | <i>Цель</i> | <i>Методы обучения</i> |
|---|---|--|
| Первоначальное разучивание (длительность этапа 1-3 занятия) | Ознакомить детей с новыми двигательными действиями; создать целостное представление обо всем двигательном акте и начать разучивать его до овладения им в общих чертах | <u>Словесный</u> : название, объяснение <u>Наглядный</u> : правильный, безукоризненно четкий показ образца в надлежащем темпе от начала до конца <u>Практический</u> : расчлененный показ двигательного действия в более медленном темпе; самостоятельное выполнение действия детьми, сопровождаемые указаниями педагога |
| Углубленное разучивание | Уточнить правильность выполнения деталей | <u>Словесный</u> : название, частичное объяснение, словесные инструкции, |

| | | |
|--|--|--|
| (длительность этапа 3-6 занятий) | разучиваемого действия; исправить имеющиеся ошибки и добиться правильного выполнения двигательного действия в целом | разъяснения, пояснения; во время выполнения движений давать указания, направленные на качественное выполнение отдельных элементов движения <u>Наглядный:</u> расчлененный показ элементов движения <u>Практический:</u> многократное повторение движения |
| Закрепление навыка и совершенствование техники (длительность этапа 10 занятий и более) | Закрепить и совершенствовать приобретенный навык владения техникой двигательного действия; стимулировать детей к самостоятельному выполнению движения в целом и создать возможность применения его в играх и в жизни | <u>Словесный:</u> название, оценка, вопросы <u>Практический:</u> выполнение движений в играх и соревнованиях; использование усвоенного навыка в игровых и жизненных условиях и выполнение творческих заданий |

Этапы обучения можно укорачивать и удлинять. Это зависит от:

- сложности упражнения;
- возраста детей и их физической подготовки;
- уровня развития физических качеств;
- эмоционального состояния детей;
- методов и приемов, которые использует воспитатель в своей работе;
- сознательного отношения детей к двигательной деятельности.

Способы организации детей на занятии

| <i>Способ организации</i> | <i>Характеристика способа</i> | <i>Положительные стороны способа</i> |
|---------------------------|--|--|
| Фронтальный способ | Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение или одновременно – разные движения под руководством педагога | Обеспечивает высокую моторную плотность занятия Обеспечивает постоянное взаимодействие педагога и детей в процессе обучения, облегчает руководство процессом обучения; педагог держит в поле зрения всю группу и непосредственно руководит ее деятельностью Повышает физическую нагрузку Способствует закреплению двигательных навыков, развитию физических качеств |

| | | |
|-----------------------|--|--|
| | | Дети приучаются коллективно выполнять упражнения |
| Групповой способ | Педагог распределяет детей на несколько подгрупп (по 2-4), и каждая подгруппа выполняет отдельное задание. После того как дети выполняют упражнение несколько раз, подгруппы меняются местами. Применяется на этапе совершенствования уже приобретенных двигательных навыков | Сохраняется высокая моторная плотность занятия Повышается двигательная активность детей Воспитываются умение самостоятельно выполнять задания; ответственность, сдержанность Дается возможность упражняться в нескольких видах движений Повышается физическая нагрузка Есть возможность осуществлять индивидуальную работу с детьми |
| Индивидуальный способ | Каждый ребенок выполняет упражнение индивидуально, педагог проверяет качество выполнения и дает соответствующие указания; остальные дети наблюдают за исполнителем и оценивают движение | Достигается воспитание качеств, точности двигательного действия |
| Посменный способ | Дети выполняют упражнение сменами по несколько человек одновременно, остальные в это время наблюдают и оценивают | Обеспечивается отработка качеств движений Индивидуальный подход к детям |
| Поточный способ | Все дети делают одно и то же упражнение по очереди, друг за другом, непрерывно-поточно. Для осуществления большей повторяемости упражнения могут быть организованы 2-3 потока. Разновидность поточного способа – круговое выполнение упражнений: ребенок, передвигаясь как бы по кругу и переходя от одной «станции» к другой, выполняет без перерыва серию упражнений | Обеспечивается высокая моторная плотность занятия Достигается воспитание у детей физических качеств – быстроты, ловкости, силы, выносливости и ориентировки в пространстве |

Выбор способа организации детей на занятии зависит от:

- новизны, сложности и характера упражнений;
- задач занятия;
- материальной оснащенности и места проведения занятия;
- размеров помещения (площадка, зал);

- наличия оборудования;
- возраста детей и их подготовленности;
- собственных умений педагога.

Формы работы по физическому воспитанию

Задачи физического воспитания решаются в разнообразных формах:

- физкультурные занятия;
- дополнительные занятия физическими упражнениями (занятия в физкультурных кружках и секциях, совместные занятия физическими упражнениями детей с родителями).
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, упражнения после дневного сна, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями);
- активный отдых (физкультурные досуги и праздники, дни здоровья, каникулы, детский туризм):
- индивидуальные занятия;
- самостоятельные занятия детей (самостоятельные занятия в группе и на прогулке, домашние задания).

3. Взаимодействие с семьей по физическому воспитанию детей

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель – создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей; обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Родителям и педагогу необходимо научиться видеть друг в друге полноправных партнеров, сотрудников.

Основные задачи взаимодействия с семьей по физическому воспитанию детей:

- Изучение отношения педагога и родителей к различным вопросам физического воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;

- Информирование друг друга об актуальных задачах физического воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- Создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагога и родителей с детьми;
- Привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
- Поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления и формы взаимодействия с семьей:

- ✓ Взаимопознание и взаимоинформирование: собрания, беседы, консультации, информационные стенды, организация открытых занятий и т.д.
- ✓ Совместная деятельность педагогов, родителей, детей организуется в разнообразных традиционных и инновационных формах: фестивали, досуги, праздники, проектная деятельность и т.д.

4. Коррекционная работа по физическому развитию дошкольников

Основная цель – совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурной, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача – стимулировать позитивные

сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- ✓ Формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- ✓ Изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- ✓ Развитие речи посредством движения;
- ✓ Формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- ✓ Управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет;

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу, в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В процессе работы с детьми используются физкультминутки, физкультпаузы. В свободное время дети принимают участие в физкультурно-массовых мероприятиях, интеграционных спортивных праздниках, досугах.

III. Организационный раздел

Материально-технические условия реализации рабочей программы

Методические пособия

1. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации.
2. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях.
3. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду.
4. Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет.
5. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.
6. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр.
7. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста.

Оборудование и оснащение

1. Гимнастическая стенка
2. Приставные лестницы к стенке
3. Приставные доски
4. Скамейки гимнастические
5. Гимнастические маты
6. Дорожки со следами
7. Дуги для подлезания: высота 40, 50
8. Доски ребристые
9. Обручи: плоские, круглые
10. Палки гимнастические: короткие, длинные
11. Шнуры
12. Скакалки
13. Разноцветные флажки, ленты
14. Мешочки с песком: 100 г, 200 г
15. Гантели
16. Мячи волейбольные, футбольные
17. Мячи мини-баскетбольные
18. Мячи надувные большие (хопы)
19. Мячи набивные (вес 1000 г)
20. Мячи резиновые: диаметр 6-8 см, 20-25 см
21. Мячи теннисные

22. Волейбольная сетка
23. Конусы, фишки
24. Канат
25. Степ-платформы
26. Парашют
27. Набор строителей № 5

Список используемой литературы

1. Вареник Е. Н., Кудрявцева С. Г., Сергиенко Н. Н. Занятия по физкультуре с детьми 3–7 лет: Планирование и конспекты. – М.: ТЦ «Сфера», 2009. (Здоровый малыш).
2. Вареник Е. Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5–7 лет. – М.: ТЦ «Сфера», 2009.
3. Глазырина Л.Д., Овсянкина В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: Владос, 2000.

4. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика Синтез, 2010.
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. - М.: Мозаика Синтез, 2014.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика Синтез, 2014.
- 7.ООП ДО муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 6 «Солнышко»
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2014.
9. Полтавцева Н.В., Гордова Н. А. Физическая культура в дошкольном детстве 4-5 года. - М.: Просвещение, 2005.
10. Полтавцева Н.В., Гордова Н. А. Физическая культура в дошкольном детстве 5-6 года. - : Просвещение, 2005.
11. Полтавцева Н. В., Гордова Н. А. Физическая культура в дошкольном детстве 6-7 года. – М.: Просвещение, 2005.
12. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, — М.: Мозаика-Синтез, 2010.
13. Физическое воспитание детей 2 – 7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой/ авт.-сост. Т. Г. Анисимова. – Волгоград: Учитель, 2010.
14. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Вераксы Н. Е. , Комаровой Т. С. , Васильевой М. А. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
15. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
16. Программа дошкольного образования под ред. Шаеховой Р.К. Раздел «Хотим быть здоровыми». - Казань: РИЦ, «Школа», 2012.
17. Шаехова Р. К. Региональная программа дошкольного образования. Төбәкнәң мәктәпкә чәбеләмбирү программасы. – РИЦ, 2012.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

| Интернет-ресурсы | Ссылки | Проводимые мероприятия |
|---|---|--|
| Министерство образования и науки Российской Федерации | http://минобрнауки.рф | Нормативные документы Приказы |
| Федеральный институт развития образования | http://www.firo.ru | Методические материалы Примерные основные образовательные программы Мониторинг ФГОС ДО |
| Департамент образования города Москвы | http://dogm.mos.ru | Нормативные документы Организационно информационное |

| | | |
|---|---|--|
| | | сопровождение |
| Сайт официальной площадки Министерства образования и науки Российской Федерации | http://mon ru.livejournal.com/tag/ФГОС | Информационно методическое сопровождение |
| Ресурсы образования. Портал информационной поддержки специалистов дошкольных учреждений | http://www.resobr.ru | Интернет-семинары, вебинары |
| Издательство Просвещение | http://www.prosv.ru | Методическая помощь Аудиокурсы, видеолекции и вебинары |
| Творческий центр Сфера | http://www.tc-sfera.ru/ | Семинары, вебинары, учебные курсы, методические материалы |
| Издательство «Учитель» | http://www.uchitel-izd.ru/ | Методическая, специальная, нормативная литература |
| Учебно-методический портал Учмет | http://www.uchmet.ru | Вебинары, методические материалы |
| Институт стратегических исследований в образовании РФ | http://do.isiorao.ru/ | |
| Издательский дом | http://1сентября.рф/ | |

| | | |
|---|---|--|
| «1 сентября | | |
| Инновационная образовательная сеть «Эврика» | http://www.eurekanet.ru/ewww/welcome | |
| Институт психолого педагогических проблем детства | http://www.ippdrao.ru/ | Информационное обеспечение, конференции, семинары, круглые столы |

прошнуровано, скреплено и заверено печатью
58 (*пятидесят восемь*) листов

Заведующий «Детского сада №6 Солнышко»
Подпись *Н. Н. Мугинова*

