

Утверждена
приказом заведующего
№247 от 27.08.2020г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**
Для детей с ограниченными возможностями здоровья
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №44»
(на 2020-2021 учебный год)

Автор:
Инструктор по физической культуре
Плеханова Мария Петровна

Г.Нижний Новгород, 2020г.

СОДЕРЖАНИЕ

I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	Стр.
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи реализации Программы	3
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики развития детей с тяжёлыми нарушениями речи	4
1.5.	Направления коррекционной работы	6
1.6.	Планируемые результаты освоения Программы	6
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Описание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие» (раздел «Физическая культура»)	8
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов.	10
2.3.	Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре и воспитателя	13
2.4.	Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре со специалистами	13
2.5.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	14
2.6.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	14
2.7.	Иные характеристики содержания Программы	15
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Описание материально-технического обеспечения Программы	25
3.2.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	25
3.3.	Распорядок и режим дня	28
3.4.	Учебный план	32
3.5.	График работы физкультурного зала	33
3.6.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	34
	ПРИЛОЖЕНИЕ	

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1. 1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре для детей с ограниченными возможностями здоровья МБДОУ «Детский сад №44» (далее Программа) составлена для реализации Адаптированной основной образовательной программы для детей с ограниченными возможностями здоровья МБДОУ «Детский сад №44»

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность МБДОУ «Детский сад №44»:

- Основная образовательная программа МБДОУ «Детский сад № 44».
- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Постановлением 15 мая 2013 г. №26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования";
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Программа содержит обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Обязательная часть разработана на основе:

- Примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. - М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
- Комплексной образовательной программы дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет/ под редакцией Н.В. Нищевой(издание 3-е, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО). – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, представлена методическим пособием «Патриотическое воспитание детей 6-7 лет» /под редакцией Н.Г. Комратовой, Л.Ф.Грибовой. – ТЦСфера, 2007.

Адаптированная основная общеобразовательная программа для детей с ограниченными возможностями здоровья МБДОУ «Детский сад № 44» рассчитана на 3 года обучения ребенка с 4 до 7 лет с тяжелыми нарушениями речи (далее - ТНР).

1.2. Цели и задачи Программы.

Цели Программы: реализация модели коррекционно-развивающей психолого-педагогической работы, максимально обеспечивающей создание условий для развития детей 4-7 лет с тяжелыми нарушениями речи, создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком раннего и дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными

особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи Программы:

- создание условий для овладения детьми самостоятельной, связной, грамматически правильной речью и коммуникативными навыками, фонетической системой русского языка;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период раннего и дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры воспитанников, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности; - формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
- воспитание гуманной, духовно - нравственной личности, достойного будущего гражданина России, патриота своего Отечества.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

При разработке Программы учтены принципы как общей, так и коррекционной педагогики:

- принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка;
- принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса;
- принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов каждого ребенка;
- принцип интеграции усилий специалистов;
- принцип конкретности и доступности учебного материала, соответствия требований, методов, приемов и условия образования индивидуальным и возрастным особенностям детей;
- принцип систематичности и взаимосвязи учебного материала;
- принцип постепенности подачи учебного материала;
- принцип концентрического наращивания информации в каждой из последующих возрастных групп во всех пяти образовательных областях;
- принцип партнерского взаимодействия с семьей.

1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики развития детей с тяжёлыми нарушениями речи

В Учреждении функционирует 3 группы компенсирующей направленности для детей с тяжёлыми нарушениями речи.

Возрастные особенности детей в возрасте от пяти до шести лет:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. (стр.250 – 252).

Возрастные особенности детей в возрасте от шести до семи лет:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. (стр.252 – 254).

Характеристика детей с тяжелыми нарушениями речи:

- Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет/ под редакцией Н.В. Нищевой (издание 3-е, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО). – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015. – С. 76-77.

Подготовительная группа компенсирующей направленности (ОНР) № 11.

В группе 14 из них мальчиков -11 и девочек 3.

Распределение детей по группам здоровья.

Год 2020	Группа здоровья			
	I	II	III	IV
Количество детей	1	10	4	0

Распределение детей по физкультурным группам.

Год 2020	Физкультурная группа			
	Основная	подготовительная	ослабленные	освобожденные
Количество детей	7	7	1	0

1.5. Направления коррекционной работы

Нарушение речевой деятельности у детей с ТНР носит многоаспектный характер, требующий выработки единой стратегии, методической и организационной преемственности в решении коррекционных задач:

- обеспечение коррекции недостатков различных категорий детей с ТНР;
- формирование целевых ориентиров и оказание помощи детям этой категории в освоении образовательной программы дошкольного образования;
- осуществление индивидуально-ориентированной психолого-медико- педагогической помощи с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей;
- введение ребенка с ТНР в образовательную среду ДОО;
- установление преемственных устойчивых связей в коррекционной деятельности участников образовательного процесса с учетом структуры дефекта детей с ТНР.

Распределение коррекционно-образовательных занятий по развитию речи, проводимых в течение недели, осуществляется в соответствии с ФГОС ДО к максимальной образовательной нагрузке на ребенка в Учреждении. Все организованные формы коррекционно-образовательной деятельности решают как коррекционно-развивающие, так и воспитательно-образовательные задачи. Они определяются с учетом специфики различных видов деятельности, возрастных индивидуально-типологических особенностей детей. Соотношение этих задач, преобладание коррекционно- развивающего или воспитательно -образовательного компонента изменяются в зависимости от выраженности недостатков развития речи. Весь процесс коррекционного обучения имеет четкую коммуникативную направленность. Усваиваемые элементы языковой системы включаются в непосредственное общение. Дети применяют отработанные речевые операции в аналогичных или новых ситуациях, в различных видах деятельности.

1.6. Планируемые результаты освоения Программы.

Целевые ориентиры образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования (ФГОС ДО). Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточной аттестации и итоговой аттестации воспитанников.

Целевые ориентиры образования в дошкольном возрасте:

- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. (стр.20 – 22).
- Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет/ под редакцией Н.В. Нищевой (издание 3-е, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО). – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2015. – С. 18-26.

Планируемые результаты освоения программы ОО «Физическое развитие» определены в соответствии с ООП ДОО.

Показатели развития для детей от 5 до 6 лет

Физическая культура:

- ✓ Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.
- ✓ Владеет в соответствии с возрастом основными движениями.
- ✓ Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.
- ✓ Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- ✓ Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- ✓ Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- ✓ Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- ✓ Может прыгать на мягкое покрытие (высота 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 с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- ✓ Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
- ✓ Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- ✓ Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- ✓ Умеет кататься на самокате.
- ✓ Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол.

Показатели развития для детей от 6 до 7 лет

Физическая культура:

- ✓ Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- ✓ Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 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.
- ✓ Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в

- движущуюся цель.
- ✓ Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
 - ✓ Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
 - ✓ Следит за правильной осанкой.
 - ✓ Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
 - ✓ Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития обучающихся. Такая оценка отражается в Карте индивидуального учета результатов освоения обучающимся Адаптированной основной образовательной программы для детей с ограниченными возможностями здоровья Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 44»(далее – Карта АООП).

Правила ведения карты АООП регламентируются Положением об индивидуальном учете результатов освоения обучающимися образовательных программ Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 44», а также хранении в архивах информации об этих результатах на бумажных и электронных носителях.

Оценка индивидуального развития обучающихся осуществляется 2 раза в год: (сентябрь, май). Педагогическая диагностика индивидуального развития обучающихся осуществляется через наблюдения, беседы, продукты детской деятельности.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его индивидуальной образовательной траектории);
- оптимизации работы с группой детей.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие» (направление «Физическое культура»)

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 наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), 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 (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Основные цели и задачи:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. (стр.131).

Старшая группа (5-6 лет)

Физическая культура:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. (стр.136).

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Физическая культура:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. -М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с. (стр.137).

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Физическая культура:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. - М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368 с. (стр.137).

5-6 лет	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПОМЕЩЕНИИ (из расчета 2 занятия в неделю; всего 72 занятий в год).		Утренняя гимнастика Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. Гимнастика после сна Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012. Подвижные игры Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. Малоподвижные игры и упражнения М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. Спортивные праздники и развлечения Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7- лет». – Волгоград: Учитель, 2009.
	Занятие №1 (1) – С.15-17. Занятие №2 (2) – С.17. Занятие №3 (4) – С.19-20.	Занятие №37 (19) – С.63-64. Занятие №38 (20) – С.64. Занятие №39 (22) – С.65-66.	
	Занятие №4 (5) – С.20. Занятие №5 (7) – С.21-23. Занятие №6 (8) – С.23. Занятие №7 (10) – С.24-26. Занятие №8 (11) – С.26. Занятие №9 (13) – С.28-29. Занятие №10 (14) – С.29. Занятие №11 (16) – С.30-32. Занятие №12 (17) – С.32. Занятие №13 (19) – С.33-34. Занятие №14 (20) – С.34-35. Занятие №15 (22) – С.35-37. Занятие №16 (23) – С.37. Занятие №17 (25) – С.39-41. Занятие №18 (26) – С. 41. Занятие №19 (28) – С.42-43. Занятие №20 (29) – С.43. Занятие №21 (31) – С.44-45. Занятие №22 (32) – С.45. Занятие №23 (34) – С. 46-47. Занятие №24 (35) – С.47. Занятие №25 (1) – С.48-49. Занятие №26 (2) – С.49-50. Занятие №27 (4) – С.51-52. Занятие №28 (5) – С.52. Занятие №29 (7) – С.53-54. Занятие №30 (8) – С.54. Занятие №31 (10) – С.55-57. Занятие №32 (11) – С.57. Занятие №33 (13) – С.59-60. Занятие №34 (14) – С.60. Занятие №35 (16) – С.61-62. Занятие №36 (17) – С.63.	Занятие №40 (23) – С.66. Занятие №41 (25) – С.68-69. Занятие №42 (26) – С.69. Занятие №43 (28) – С.70-71. Занятие №44 (29) – С.71. Занятие №45 (31) – С.71-72. Занятие №46 (32) – С.72-73. Занятие №47 (34) – С.73-74. Занятие №48 (35) – С.74-75. Занятие №49 (1) – С.76-77. Занятие №50 (2) – С.77-78. Занятие №51 (4) – С.79-80. Занятие №52 (5) – С.80. Занятие №53 (7) – С.81-82. Занятие №54 (8) – С.82. Занятие №55 (10) – С.83-84. Занятие №56 (11) – С.84. Занятие №57 (13) – С.86-87. Занятие №58 (14) – С.87. Занятие №59 (16) – С.88-89. Занятие №60 (17) – С.89. Занятие №61 (19) – С.89-91. Занятие №62 (20) – С. 91. Занятие №63 (22) – С.91-93. Занятие №64 (23) – С.93. Занятие №65 (25) – С.94-95. Занятие №66 (26) – С.95-96. Занятие №67 (28) – С.96-97. Занятие №68 (29) – С.97. Занятие №69 (31) – С.98-99. Занятие №70 (32) – С.99. Занятие №71 (34)– С.100-101 Занятие №72 (35) – С.101.	

6-7 лет	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПОМЕЩЕНИИ (из расчета 2 занятия в неделю; всего 72 занятий в год).	Утренняя гимнастика: Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. Гимнастика после сна Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012. Подвижные игры Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-	
	Занятие №1 (1) – С.9-10. Занятие №2 (2) – С.10. Занятие №3 (4) – С.11-13. Занятие №4 (5) – С.13. Занятие №5 (7) – С.15-16. Занятие №6 (8) – С.16. Занятие №7 (10) – С.16-17. Занятие №8 (11) – С.18. Занятие №9 (13) – С.20-21. Занятие №10 (14) – С.21-22. Занятие №11 (16) – С.22-23. Занятие №12 (17) – С.23-24. Занятие №13 (19) – С.24-25. Занятие №14 (20) – С.26. Занятие №15 (22) – С.27-28. Занятие №16 (23) – С.28.	Занятие №37 (19) – С.54-56. Занятие №38 (20) – С.56. Занятие №39 (22) – С.57-58. Занятие №40 (23) – С.58. Занятие №41 (25) – С.59-60. Занятие №42 (26) – С.60. Занятие №43 (28) – С.61-62. Занятие №44 (29) – С.62. Занятие №45 (31) – С.63-64. Занятие №46 (32) – С.64. Занятие №47 (34) – С.65-66. Занятие №48 (35) – С.66. Занятие №49 (1) – С.72-73. Занятие №50 (2) – С.73. Занятие №51 (4) – С.74-75. Занятие №52 (5) – С.75.	СИНТЕЗ, 2016. Малоподвижные игры и упражнения М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. Спортивные праздники и развлечения Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7- лет». – Волгоград: Учитель, 2009.
	Занятие №17 (25) – С.29-32. Занятие №18 (26) – С.32. Занятие №19 (28) – С.32-34. Занятие №20 (29) – С.34. Занятие №21 (30) – С.34-36. Занятие №22 (32) – С.36. Занятие №23 (34) – С.37-38. Занятие №24 (35) – С.38-39. Занятие №25(1) – С.40-41. Занятие №26 (2) – С.41. Занятие №27 (4) – С.42-43. Занятие №28 (5) – С.43. Занятие №29 (7) – С.45-46. Занятие №30 (8) – С.46. Занятие №31 (10) – С.47-48. Занятие №32 (11) – С.48. Занятие №33 (13) – С.49-51. Занятие №34 (14) – С.51. Занятие №35 (16) – С.52-53. Занятие №36 (17) – С.53-54.	Занятие №53 (7) – С.76-78. Занятие №54 (8) – С.78. Занятие №55 (10) – С.79-80. Занятие №56 (11) – С.80. Занятие №57 (13) – С.81-82. Занятие №58 (14) – С.82. Занятие №59 (16) – С.83. Занятие №60 (17) – С.84. Занятие №61 (19) – С.84-86. Занятие №62 (20) – С.86. Занятие №63 (22) – С.87-88. Занятие №64 (23) – С.88. Занятие №65 (25) – С.88-89. Занятие №66 (26) – С.89-90. Занятие №67 (28) – С.90-91. Занятие №68 (29) – С.91. Занятие №69 (31) – С.92-93. Занятие №70 (32) – С.93. Занятие №71 (34) – С.95-96. Занятие №72 (35) – С.96.	

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Образовательная область "Физическое развитие"

формы	способы	методы	средства
5 – 6 лет			

<p>Организованная образовательная деятельность: - Физическая культура в помещении.</p>	<p>Фронтальный</p>	<p><i>Наглядные:</i> - показ и демонстрация физических упражнений; -использование наглядных пособий; -использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов.</p> <p><i>Словесные:</i> -название упражнений, описание, объяснение; -комментирование хода выполнения упражнения; указание, команды, - художественное слово.</p> <p><i>Практические:</i> - выполнение движений, повторение упражнений; - проведение упражнений в игровой форме и соревновательной.</p>	<p>Физическая культура в помещении: - гимнастическая скамья; - ориентиры; - массажные коврики; - гимнастические палки; - валик игровой; - мячи большие, средние, малые; - мячи с ручками; - скакалки; - веревки, шнуры; - флажки разных цветов; - обручи; - атрибуты для проведения подвижных игр; -дуги для пролезания, подлезания, перелезания; - тоннели; - ленты цветные короткие; - кегли; - кольцоброс; -вертикальные/горизонтальные мишени; -тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»; - городки;</p>
			<p>-дидактические игры со спортивной тематикой; - схемы выполнения движений; - кольцо для игры в мини-баскетбол; - мешочки с грузом малые (для бросания).</p>

<p>разовательная деятельность в ходе режимных моментах: - Физкультурные развлечения. - Праздники. - «День здоровья».</p>	<p>Фронтальный Подгрупповой Индивидуальный</p>	<p>Наглядные: - показ и демонстрация физических упражнений; - использование наглядных пособий; -использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов. Словесные: -название упражнений, описание, объяснение; - комментирование хода выполнения упражнения; указание, команды, распоряжение; -вопросы к детям, беседы, художественное слово. Практические: - выполнение движений, повторение упражнений; - проведение упражнений в игровой форме и соревновательной</p>	<p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи; - мячи массажные; - обручи; - веревки, шнуры; - флажки разных цветов; - ленты цветные короткие; - кегли; - кольцоброс; - профилактическая дорожка; - массажные коврики; - детская баскетбольная корзина; - скакалки; - летающие тарелки; - нестандартное спортивное оборудование; - мат; - гимнастическая лестница - атрибуты для проведения подвижных игр; - схемы выполнения движений; - эмблемы, медали
<p>Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>Подгрупповой Индивидуальный</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Подвижные и спортивные игры и упражнения. - Дидактические игры с элементами движений. - Рассматривание иллюстраций, альбомов, энциклопедий. 	<p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи; - мячи массажные; - обручи; - веревки, шнуры; - флажки разных цветов; - ленты цветные короткие; - кегли; - кольцоброс; - профилактическая дорожка; - массажные коврики; - детская баскетбольная корзина; - скакалки; - летающие тарелки; - нестандартное спортивное оборудование; - мат; - гимнастическая лестница - атрибуты для проведения подвижных игр; - схемы выполнения движений;

			- эмблемы, медали
6 – 7 лет			
Организованная образовательная деятельность: - Физическая культура в помещении.	Фронтальный	<p><i>Наглядные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - показ и демонстрация физических упражнений; -использование наглядных пособий; -использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов. <p><i>Словесные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -название упражнений, описание, объяснение; -комментирование хода выполнения упражнения; указание, команды, - художественное слово. <p><i>Практические:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений, повторение упражнений; - проведение упражнений в игровой форме и соревновательной. 	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - гимнастическая скамья; - ориентиры; - массажные коврики; - гимнастические палки; - валик игровой; - мячи большие, средние, малые; - мячи с ручками; - скакалки; - веревки, шнуры; - флажки разных цветов; - обручи; - атрибуты для проведения подвижных игр; -дуги для пролезания, подлезания, перелезания; - тоннели; - ленты цветные короткие; - кегли; - кольцоброс; - вертикальные/ горизонтальные мишени; -тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»; - городки; -дидактические игры со спортивной тематикой; - схемы выполнения движений; - кольцо для игры в мини-баскетбол; - мешочки с грузом малые (для бросания).
Образовательная деятельность в ходе режимных моментов: - Физкультурные развлечения. - Праздники. - «День здоровья».	Фронтальный Подгрупповой Индивидуальный	<p><i>Наглядные:</i> - показ и демонстрация физических упражнений; - использование наглядных пособий; -использование зрительных ориентиров и звуковых сигналов.</p> <p><i>Словесные:</i> -название упражнений, описание, объяснение; - комментирование хода выполнения упражнения;</p> <p>указание, команды, распоряжение; -вопросы к детям, беседы,</p>	<p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи; - мячи массажные; - обручи; - веревки, шнуры; - флажки разных цветов; - ленты цветные короткие; - кегли; - кольцоброс; - профилактическая дорожка; - массажные коврики; - детская баскетбольная корзина; - скакалки; - летающие тарелки; - нестандартное спортивное оборудование; - мат;

		художественное слово. <i>Практические:</i> - выполнение движений, повторение упражнений; - проведение упражнений в игровой форме и соревновательной	- гимнастическая лестница - атрибуты для проведения подвижных игр; - схемы выполнения движений; - эмблемы, медали
Самостоятельная деятельность детей	Подгрупповой Индивидуальный	- Подвижные и спортивные игры и упражнения. - Дидактические игры с элементами движений. - Рассматривание иллюстраций, альбомов, энциклопедий.	Физическая культура: - мячи; - мячи массажные; - обручи; - веревки, шнуры; - флажки разных цветов; - ленты цветные короткие; - кегли; - кольцоброс; - профилактическая дорожка; - массажные коврики; - детская баскетбольная корзина; - скакалки; - летающие тарелки; - нестандартное спортивное оборудование; - мат; - гимнастическая лестница - атрибуты для проведения подвижных игр; - схемы выполнения движений; - эмблемы, медали

2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре и воспитателя

- совместное проектирование планов работы, их корректировка по мере решения общих задач;
- взаимные консультации по использованию музыкального материала в образовательном процессе ДОО, в решении разнообразных задач воспитания и развития;
- взаимопосещение занятий с последующим обсуждением; совместная подготовка семинаров-практикумов по проблеме целостного воспитания и развития ребенка-дошкольника;
- совместная организация родительских собраний по проблеме физического воспитания и развития ребенка;
- совместное проектирование физкультурных уголков, в группе;
- организация смотров-конкурсов проектов среды по физическому развитию в ДОО, в отдельно взятой группе;
- совместное обсуждение результатов диагностики и индивидуальных физических качеств ребёнка проявленных в условиях занятия и в повседневной жизнедеятельности.

2.4. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре со специалистами

Музыкальный руководитель

Развитие ОВД и физических качеств у воспитанников в различных видах музыкальной деятельности с учетом их индивидуальных возможностей. Формирование осознанной потребности в двигательной активности.

Учитель-логопед

Улучшение координации движений, мелкой и общей моторики, развитие речевого дыхания, развитие слухового внимания, памяти.

Инструктор по физической культуре

Развитие и закрепление основных видов движений.

Воспитатели

Закрепление ОВД, развитие физических качеств и проведение спортивных праздников, развлечений, досугов.

2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Содержание образовательной области «Физическое развитие» может реализовываться в различных видах деятельности, которые могут организовываться как в процессе *организованной образовательной деятельности* с целью формирования у детей новых умений и представлений, обобщения знаний по теме, развития способности рассуждать и делать выводы, а также *в образовательной деятельности в ходе режимных моментов* с целью закрепления имеющихся у детей знаний и умений, их применения в новых условиях, проявления ребенком активности, самостоятельности и творчества.

2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Основные цели и задачи:

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. –С. 145 – 152

Основные направления и формы взаимодействия с семьями воспитанников

Направления взаимодействия	Формы и методы взаимодействия	Периодичность
Информационно-консультативная деятельность	- Групповые стенды с размещением информации. - Информационно-консультационная работа через официальный сайт Учреждения в сети Интернет. - Объявления, памятки.	1 раз в неделю По плану ДОУ По мере необходимости
Повышение компетенции родителей (законных представителей)	- Выступления на Общих родительских собраниях. - Выступления на групповых родительских собраниях. - Дни открытых дверей. - Участие в праздниках	2 раза в год 1 раз в год 1 раз в год 1 раз в квартал По плану ДОУ
Совместная деятельность педагогов, родителей (законных представителей), детей	- Выставки семейного творчества. - Семейные фотовыставки. - Акции. - Участие в мероприятиях детского сада.	В течение года

Организация праздников с участием родителей (законных представителей)

Возрастная группа	Наименование мероприятий	Примерные сроки проведения
5-6 лет	<i>Праздники, проводимые в течение учебного года</i> - Зимний спортивный праздник <i>Праздники, проводимые в летние каникулы:</i>	третья декада января

	- Летний спортивный праздник	вторая декада июля
6-7 лет	<i>Праздники, проводимые в течение учебного года</i> - Зимний спортивный праздник <i>Праздники, проводимые в летние каникулы:</i> - Летний спортивный праздник	третья декада января вторая декада июля

2.7. Иные характеристики содержания Программы

Направления деятельности инструктора по физической культуре

Цель деятельности: укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся.

Инструктор по физической культуре:

- проводит физкультурно-оздоровительную работу с детьми, используя современные здоровьесберегающие технологии;
- обеспечивает психологическую безопасность детей путём создания оптимального двигательного режима, доброжелательного стиля общения с детьми, использование приёмов релаксации;
- создаёт развивающую предметно-пространственную среду, обеспечивая вариативность, безопасность и полифункциональность, доступность и безопасность;
- взаимодействует с родителями (законными представителями) через консультативную работу, совместные спортивные мероприятия, официальный сайт Учреждения.
- На время отсутствия инструктора по физической культуре организованную образовательную деятельность по физической культуре проводит воспитатель.

Физкультурно-оздоровительная работа

В дошкольной организации проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Разработан оптимальный двигательный режим – рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности.

Ежегодно система физкультурно-оздоровительной работы на холодный и тёплый период утверждается приказом заведующего Учреждением.

Работа проводится с учётом условий детского сада, индивидуальных особенностей детей, опроса родителей.

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) В зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 10 (по подгруппам)	3 раза в неделю 15	3 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	на воздухе	-	-	-	1 раза в неделю 25	1 раза в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно о 5 мин.	Ежедневно о 5 мин.	Ежедневно о 8 мин.	Ежедневно о 10 мин.	Ежедневно о 10 мин.
	Гимнастика после сна	-	Ежедневно о 3 мин.	Ежедневно о 3 мин.	Ежедневно о 5 мин.	Ежедневно о 5 мин.
	Подвижные игры	Ежедневно о	Ежедневно о	Ежедневно о	Ежедневно о	Ежедневно о

	спортивные игры и упражнения на прогулке	2 раза (утром и вечером)	2 раза (утром и вечером)	2 раза (утром и вечером)	2 раза (утром и вечером)	2 раза (утром и вечером)
	Физкультурминутки (в середине статического занятия)	Ежедневно (1-2) в зависимости от вида и содержания занятия	Ежедневно (1-2) в зависимости от вида и содержания занятия	Ежедневно (1-2) в зависимости от вида и содержания занятия	Ежедневно (3-5) в зависимости от вида и содержания занятия	Ежедневно (3-5) в зависимости от вида и содержания занятия
Активный отдых	Физкультурные развлечения		1 раз в месяц 20 мин.	1 раз в месяц 25 мин.	1 раз в месяц 25 -30 мин.	1 раз в месяц 30-40 мин.
	Физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные спортивные и подвижные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Перспективное планирование образовательной деятельности по ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» по ОВД и подвижным играм в старшей группе компенсирующей направленности (ТНР, ОНР) составлено, согласно журналу взаимодействия с логопедом, включены подвижные игры рекомендованные специалистом.

(См. Приложение 1)

Перспективное планирование образовательной деятельности по ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» по ОВД и подвижным играм в подготовительной к школе группе компенсирующей направленности (ТНР, ОНР) составлено, согласно журналу взаимодействия с логопедом, включены подвижные игры рекомендованные специалистом.

(См. Приложение 2)

Перспективное планирование физкультурных развлечений на холодный период.

Спортивные праздники и развлечения

Е.И. Подольская

«Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7- лет». – Волгоград:

Учитель, 2009.			
Возрастная группа	П.п. № развлечения	Название развлечения	Страница в источнике
5-6 лет	Развлечение № 1	«Путешествие за кладом»	48 - 51
	Развлечение № 2	«Путешествие вокруг света»	60 - 61
	Развлечение № 3	«Сильным, ловким вырастай!»	57 - 60
	Развлечение № 4	«Встреча зимы»	63 - 66
	Развлечение № 5	«Зимние чудеса»	81 - 84
	Развлечение № 6	«В гости к королю Февралю»	78 - 79
	Развлечение № 7	«В гости к солнышку»	87 - 90
	Развлечение № 8	«К нам пришла весна»	84 - 87
	Развлечение № 9	«Зеленая страна»	90 - 92
6-7 лет	Развлечение № 1	«Мои помощники»	113 – 116
	Развлечение № 2	«День здоровья»	104 – 107
	Развлечение № 3	«На помощь Буратино»	125 – 130
	Развлечение № 4	«По следам Деда Мороза»	135 – 137
	Развлечение № 5	«Зимовье зверей »	133 – 135
	Развлечение № 6	«День Защитника Отечества»	140 – 145
	Развлечение № 7	«Мы любим спорт»	158 – 162
	Развлечение № 8	«День космонавтики»	163 – 168
	Развлечение № 9	«Веселые старты»	168 - 169

Перспективное планирование физкультурных развлечений на тёплый период

Спортивные праздники и развлечения Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7- лет». – Волгоград: Учитель, 2009.			
Возрастная группа	П.п № развлечения	Название развлечения	Страница в источнике
5-6 лет	Развлечение № 1	«Встреча с доктором Айболитом»	92 - 96
	Развлечение № 2	«Путешествие в страну здоровья»	98 - 104
	Развлечение № 3	«Путешествие в джунгли»	107 - 109
	Развлечение № 4	« Мы любим спорт»	110 - 113
	Развлечение № 5	«Джунгли зовут»	109 - 110
	Развлечение № 6	«Веселые старты»	55 - 57
6-7 лет	Развлечение № 1	«Путешествие в страну чудес»	117 – 124
	Развлечение № 2	«На празднике у животных»	51 - 55
	Развлечение № 3	«Путешествие в джунгли»	107 - 109
	Развлечение № 4	«Мы любим спорт»	110 - 113
	Развлечение № 5	«Джунгли зовут»	109 - 110
	Развлечение № 6	«Веселые старты»	55 - 57

*Сценарии развлечений на теплый период см. Приложение 3

Перспективное планирование комплексов утренней гимнастики на холодный период

Утренняя гимнастика Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет». – М.: Мозайка-Синтез, 2016.- 128 с.			
Возрастная группа	Временной период	П. п. № комплекса	Страница в источнике

5-6 лет	Осенний период	сентябрь	Комплекс № 1	62 - 63
			Комплекс № 2	63
			Комплекс № 3	63-64
			Комплекс № 4	64
		октябрь	Комплекс № 5	65 - 66
			Комплекс № 6	66
			Комплекс № 7	66 - 67
			Комплекс № 8	67 - 68
		ноябрь	Комплекс № 9	68
			Комплекс № 10	69
			Комплекс № 11	69 - 70
			Комплекс № 12	70 - 71
	Зимний период	декабрь	Комплекс № 13	71
			Комплекс № 14	71 - 72
			Комплекс № 15	72
			Комплекс № 16	73
		февраль	Комплекс № 17	73 - 74
			Комплекс № 18	74 - 75
			Комплекс № 19	75
			Комплекс № 20	75 - 76
		январь	Комплекс № 21	76
			Комплекс № 22	76 - 77
			Комплекс № 23	77 - 78
			Комплекс № 24	78
	Весенний период	март	Комплекс № 25	78 - 79
			Комплекс № 26	79 - 80
			Комплекс № 27	80
			Комплекс № 28	80 - 81
		апрель	Комплекс № 29	81 - 82
			Комплекс № 30	82
			Комплекс № 31	83
			Комплекс № 32	83 - 84
		май	Комплекс № 33	84
			Комплекс № 34	85
			Комплекс № 35	85
			Комплекс № 36	86
6-7 лет	Осенний период	сентябрь	Комплекс № 1	95 - 96
			Комплекс № 2	96
			Комплекс № 3	97
			Комплекс № 4	97 - 98
		октябрь	Комплекс № 5	98
			Комплекс № 6	98 - 99
			Комплекс № 7	100
			Комплекс № 8	100 - 101
		ноябрь	Комплекс № 9	101
			Комплекс № 10	101 - 102
			Комплекс № 11	102
			Комплекс № 12	102 - 103
	Зимний период	декабрь	Комплекс № 13	103
			Комплекс № 14	104
			Комплекс № 15	104 - 105
			Комплекс № 16	105 - 106
		февраль	Комплекс № 17	106
			Комплекс № 18	106 - 107

		январь	Комплекс № 19	107
			Комплекс № 20	107 – 108
			Комплекс № 21	108 - 109
			Комплекс № 22	109
			Комплекс № 23	109 - 110
			Комплекс № 24	110
	Весенний период	март	Комплекс № 25	111
			Комплекс № 26	111 – 112
			Комплекс № 27	112 – 113
			Комплекс № 28	113
		апрель	Комплекс № 29	113 – 114
			Комплекс № 30	114
			Комплекс № 31	114 – 115
			Комплекс № 32	115
		май	Комплекс № 33	115 – 116
			Комплекс № 34	116
			Комплекс № 35	117
			Комплекс № 36	117 - 118

План физкультурно – оздоровительной работы на тёплый период 2021 года инструктора по физической культуре

ИЮНЬ

1 неделя 03.06.2021 – 07.06.2021 **Тема:** День защиты детей. «Здравствуй лето!»

2 неделя 10.06.2021 – 14.06.2021 **Тема:** «Мы вокруг березки встанем в хоровод», Моя Родина - Россия

3 неделя 17.06.2021 – 21.06.2021 **Тема:** «Юный познаватель» Неделя наблюдений и открытий в природе.

4 неделя 24.06.2021 – 28.06.2021 **Тема:** Неделя здоровья и спорта. Летние игры и забавы.

№ п./п.	Содержание работы		Группа	Период проведения	
1	Взаимодействие с родителями	Консультация «Летний отдых на природе. Безопасное лето»	для родителей всех групп	В течение месяца	
2	Взаимодействие с педагогами	Консультация «Организация эстафетных игр во время прогулки»	воспитатели старших групп	В течение месяца	
3	Физкультурные занятия на свежем воздухе	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду средняя группа»	Занятие № 1 стр. 94-95 Занятие № 2 стр. 95-96 Занятие № 3 стр. 96-97 Занятие № 4 стр. 97-98	Средний возраст	Согласно сетке занятий
		Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа»	Занятие № 1 стр.102-103 Занятие № 2 стр.104 Занятие № 3 стр.104-105 Занятие № 4 стр.106 Занятие № 5 стр.106-107 Занятие № 6 стр.107 -108 Занятие № 7 стр.108-109 Занятие № 8 стр.109 -110	Старший дошкольный возраст	Согласно сетке занятий
4	Физкультурно - оздоровительные мероприятия:	Физкультурное развлечение «Мои любимые ручки»		средние гр.	1 неделя
	- развлечения,	Физкультурное развлечение « Встреча с доктором Айболитом »		старшие гр.	1 неделя

	- праздники	Физкультурное развлечение « Путешествие в страну чудес»	подготовительные к школе гр.	1 неделя
		Физкультурный досуг «Мои любимые ножки»	средние гр.	3 неделя
		Физкультурное развлечение «Путешествие в страну здоровья »	старшие гр.	3 неделя
		Физкультурное развлечение « На празднике у животных»	подготовительные к школе гр.	3 неделя
		Летний спортивный праздник Единый день спорта	средние, старшие и подготовительные гр.	4 неделя
5	Организация развивающей предметно-пространственной среды	Картотека подвижных игр по ПДД	все группы	В течение месяца

ИЮЛЬ

1 неделя 01.07.2021 - 05.07.2021 **Тема: «Я и моя семья»**

2 неделя 08.07.2021 - 13.07.2021 **Тема: «Безопасная неделя» Неделя безопасного поведения. Безопасность в природе, на дорогах и в быту**

3 неделя 15.07.2021 – 19.07.2021 **Тема: Неделя природы. «Земля-матушка». Растительный мир летом.**

4 неделя 22.07.2021 – 26.07.2021 **Тема: «Сказка в гости к нам пришла» Неделя сказок.**

№ п./п.	Содержание работы		Группа	Период проведения
1	Взаимодействие с родителями	Консультация «Как выбрать ролики для ребенка»	для родителей всех групп	В течение месяца
2	Взаимодействие с педагогами	Картотека подвижных игр на лето для старших дошкольников.	воспитатели старших групп	В течение месяца

3	Физкультурные занятия на свежем воздухе	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду средняя группа»	Занятие № 1 Занятие № 2 Занятие № 3 Занятие № 4	стр.98-99 стр. 99-100 стр.101 стр.102	Средний возраст	Согласно сетке занятий
		Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа»	Занятие № 1 Занятие № 2 Занятие № 3 Занятие № 4 Занятие № 5 Занятие № 6 Занятие № 7 Занятие № 8	стр.116 -117 стр.117 стр.113 -114 стр.114 стр.114 -115 стр.115 -116 стр.110 -111 стр.111	Старший дошкольный возраст	Согласно сетке занятий
4	Физкультурно - оздоровит. мероприятия: - досуги и развлечения, - прогулки и походы - праздники	Физкультурное развлечение «Мой любимый носик»			Средние гр.	1 неделя
		Физкультурное развлечение «Путешествие в джунгли»			старшие гр. и подготовительные к школе гр.	1 неделя
		Физкультурное развлечение «В гости к Белочке»			средние группы	3 неделя
		Физкультурное развлечение «Мы любим спорт»			старшие и подготовительные к школе гр.	3 неделя
5	Организация развивающей предметно-пространственной среды	Картотека считалочек для подвижных игр.			все группы	В течение месяца

АВГУСТ

1 неделя 05.08.2021 – 09.08.2021 **Тема: Экологическая неделя «Путешествие в мир насекомых»**

2 неделя 12.08.2021– 16.08.2021 **Тема: «Безопасная неделя» Неделя безопасного поведения. Безопасность в природе, на дорогах и в быту**

3 неделя 19.08.2021 – 23.08.2021 **Тема: Урожайная неделя. «Что нам лето принесло?»**

4 неделя 26.08.2021 – 30.08.2021 **Тема: «Волшебная песочница». Неделя «песочных замков».**

№ п./п .	Содержание работы		Группа	Период проведения	
1	Взаимодействие с родителями	Консультация «Безопасное лето»	для родителей всех групп	В течение месяца	
2	Взаимодействие с педагогами	Консультация “Игры на развитие качеств. Скорость - ловкость - быстрота”	воспитатели старших групп	В течение месяца	
3	Физкультурные занятия на свежем воздухе	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду средняя группа»	Занятие № 1 стр.98-99 Занятие № 2 стр.99-100 Занятие № 3 стр.101 Занятие № 4 стр.102	Средний возраст	Согласно сетке занятий
		Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа»	Занятие № 1 стр.118 Занятие № 2 стр.118 -119 Занятие № 3 стр.119 -120 Занятие № 4 стр.120 Занятие № 5 стр.121 Занятие № 6 стр.121 - 122 Занятие № 7 стр.122 - 123 Занятие № 8 стр.123	Старший дошкольный возраст	Согласно сетке занятий
4	Физкультурно - оздоровит. мероприятия: - досуги и развлечения, - прогулки и походы	Физкультурное развлечение «Путешествие в зеленый лес»		средние гр.	1 неделя
		Физкультурное развлечение «Джунгли зовут»		старшие и подготовительные к школе группы гр.	1 неделя
		Физкультурное развлечение «Веселые старты »		средние гр.	3 неделя
		Физкультурное развлечение «Веселые старты»		старшие и подготовительные к школе группы гр.	3 неделя

5	Организация развивающей предметно-пространственной среды	Картотека дыхательной гимнастики. Пополнение игровыми пособиями физ. уголков для дыхательной гимнастики.	все группы	В течение месяца
---	--	--	------------	------------------

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

Составляющие материально-технической базы	Перечень оборудования и оснащения
Здание	Отдельно стоящее, двухэтажное, выполнено по типовому проекту.
Территория детского сада	внутренний двор для проведения праздников, развлечений, флешмобов и тематических занятий.
Помещения детского сада	-Физкультурный залзал.

Описание функционального использования помещений и их оснащения

Вид помещения Функциональное использование	Оснащение
Физкультурный зал: - Физкультурные занятия. - Физкультурные развлечения. - Индивидуальная работа с детьми. - Консультативная работа с родителями (законными представителями) и педагогами.	-Оборудование для общеразвивающих упражнений по количеству детей. - Оборудование для развития основных движений. -Музыкальный центр; -Микшерный пульт; -Система звукоусиления.

Описание функционального использования территории и ее оснащения

Функциональное использование	Оснащение
Прогулочные участки: - Двигательная деятельность (подвижные игры, индивидуальная работа, спортивные игры и упражнения, самостоятельная двигательная активность). - Познавательная деятельность (наблюдения, опытническая деятельность, игры с песком и водой). - Игровая деятельность. - Трудовая деятельность. - Художественно-творческая деятельность	- Оборудование для двигательной деятельности. - Песочницы. - Оборудование для опытнической деятельности, для игр с песком и водой. - Игровое оборудование для сюжетно- ролевых, режиссерских игр, игр с правилами. - Оборудование для трудовой деятельности. - Оборудование для самостоятельной творческой деятельности детей.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Обеспеченность методическими материалами. Перечень учебных изданий, используемых для реализации программы

Образовательная область "Физическое развитие"

Возрастная группа	Автор, название, место издания, издательство, год издания литературы
	Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. И доп. - М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 368 с.

5-6 лет	<p>Физическая культура -Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017 - Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. -Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012. - Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. - М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. -Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7- лет». – Волгоград: Учитель, 2009.</p>
6-7 лет	<p>Физическая культура -Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. - Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. -Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012. - Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. - М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. -Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7- лет». – Волгоград: Учитель, 2009.</p>

Обеспеченность средствами обучения и воспитания

Физкультурный зал

Тип оборудования	Наименование оборудования	Размеры, масса	Количество
Для ходьбы, бега и равновесия	Доска с ребристой поверхностью	30*150	1
	Массажный коврик ребристый со следочками	45x165	4
	Доска с зацепами	30x150	4
	Барьеры для перешагивания	в. 20-23	6
	Скамья гимнастическая	25x350	4
	Лесенка для перешагивания	35x150	2
	Модули мягкие для перешагивания разной формы	-	20
Для прыжков	Мяч-прыгун	d-45см	8
	Скакалки	120-300	30
	Шнур длинный	3м	2
	Обруч малый	d- 60см	12
	Модули мягкие для перешагивания разной формы	-	10
	Батут	d- 60см	1
Для прокатывания бросания, ловли	Кегли	-	3 набора
	Мешочек с грузом малый	150 200гр.	26 20
	Мяч волейбольный	d-20	17
	Мяч большой футбольный	d-20	16
	Мячи средние	d-15	3
	Мячи массажные	D 6-10	43
	Стойки детские баскетбол	в.150-200	2
	Игра «Городки»	-	10
	Кольцеброс (набор)	-	2
Игра Бадминтон	-	5	

	Набор крокет	-	2
	Горка для прокатывания мячей	35x150	1
	Воротики для прокатывания мячей	в.30-35см	4
	Обруч	d-70-80	13
Для ползания и лазания	Дуги (деревянные)		4
	Воротики для подлезания	в.40-45	4
	Модульные конструкции для ползания и лазания	Тонель	2
		Бревно-брус	2
		Дуга	2
Стенка гимнастическая	80x240	5	
Для общеразвивающих упражнений	Флажки цветные	15x25	40
	Коврик гимнастический	80x60	20
	Лента цветная (короткая)	40см	40
	Гантели	0,8	20
		0,45	4
		синие	20
	Обруч малый	d-60	16
	Платочки цветные	25x25	80
	Палка гимнастическая деревянная	80см	20
	Палка гимнастическая пластик	150см	10
	Султанчики	Красный	12
		Синий	12
		Белый	12
Желтый		6	
Оранжевый		4	
Розовый		4	
Фиолетовый		4	
зеленый		6	
	60		
Тренажеры	Брусья детские	-	2
Дидактический материал	Набор карт схем для проведения эстафет		1
	Методические рекомендации при обучении прыжкам на скакалке		1
	Картотека подвижных игр с обручами		1
	Картотека подвижных игр		1
	«Веселые подвижные игры» В.М.Нищев, Н.В. Нищева		1
	«Веселые считалочки» В.М.Нищев,		
Прочее оборудование	Комплект боксерский	-	1
	Мат светофор		4
	Мат малый	120x60	2
	Мат (зеленый)	178x60	2
	Лыжи детские	-	20
	Лыжи взрослые	-	1
	Ботинки лыжные	-	1
	Стойки ограничители металлические	-	6
	Клипсы	-	10
	Втулка для конусов	-	10
	Конусы ограничители	-	8
	Штанга для конуса пластик	106 см	10
	Стойка пластиковая с корзинами цветная	-	3

	Корзина метал.большая	-	4
	Корзина метал.малая	-	2
	Корзинка пластик	-	10
	Стеллаж для мячей	-	1
	Стенка для спортивного инвентаря	-	1
	Стойка для спортивного инвентаря	-	2
	Термометр	-	1
	Жалюзи на окна	-	4
	Сетка на окнах	-	4
Технические средства обучения			
	Музыкальный центр Samsung	-	1
	Система звукоусиления		
Электронные образовательные ресурсы	CD с разнохарактерными музыкальными произведениями, релаксационной музыкой.		

3.3. Распорядок и режим дня

Режим работы Учреждения определяется Уставом МАДОУ «Детский сад № 70» и обеспечивает ежедневное пребывание воспитанников в течение 12 часов при пятидневной рабочей неделе.

Режим дня в разных возрастных группах разрабатывается на основе СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». Распорядок жизнедеятельности обучающихся Учреждения регламентируется Правилами внутреннего распорядка обучающихся МБДОУ «Детский сад № 44». Распорядок дня для детей всех возрастных групп ежегодно разрабатывается и утверждается приказом заведующего Учреждения на теплый и холодный период.

Режим занятий обучающихся регламентируется Положением о режиме занятий обучающихся в МБДОУ «Детский сад № 44». Порядок организации прогулок с обучающимися Учреждения регламентирует Положение об организации прогулок с обучающимися МБДОУ «Детский сад № 44»

**Режим дня
(на холодный период 2020-2021 учебного года)**

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста №1 (2-3 л.)	Вторая группа раннего возраста №3 (2-3 л.)	Младшая группа №9, 4 (3-4 л.)	Средняя группа №7, 5 (4-5л.)
Утренняя прогулка (из дома в ДОУ)	20 мин			
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	06.00-07.30	06.00-07.30	06.00-07.45	06.00-07.50
Утренняя гимнастика	07.30-07.35 (в группе)	07.30-07.35 (в группе)	07.45 -07.50 (в группе)	07.50-07.58 (в группе)
Подготовка к завтраку, завтрак	07.35 – 08.15	07.35 – 08.15	07.50 - 08.25	07.58–08.30
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.15 - 09.00 Понедельник, среда 08.15-08.40 08.50 – 09.30	08.15 - 09.00 Вторник, четверг 08.15-08.40 08.50 – 09.30	08.25 –09.00	08.30 –09.00 Пятница 08.30-08.50
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	09.00 – 09.30 Понедельник, среда 08.40-08.50 (по подгруппам)	09.00 – 09.30 Понедельник, среда 08.40-08.50 (по подгруппам)	09.00 - 09.40	09.00 – 09.50 Вторник 09.00-09.20 11.10-11.30 Четверг 09.00-09.20 11.15-11.35 Пятница 08.50-09.40
Второй завтрак	09.30-9.40	09.30-9.40	09.40 - 09.50	09.50 – 10.00 во вторник, четверг 09.20-09.30 Пятница 09.40 – 09.50
Подготовка к прогулке, прогулка.	09.40 – 11.10	09.40 – 11.10	09.50-11.30	10.00 – 11.35 во вторник, четверг 09.30 – 11.00 Пятница 09.50 – 11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.10– 11.25	11.10– 11.25	11.30 – 11.45	11.35 – 11.50 во вторник: 11.00 – 11.10 11.30-11.50 В четверг 11.00-11.15 11.35-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.25 – 11.50	11.25 – 11.50	11.45 –12.15	11.50 –12.35
Подготовка ко сну Закаливающие мероприятия	11.50 – 12.00	11.50 – 12.00	12.15 –12.25	12.35 –12.45
Дневной сон	12.00– 15.00	12.00– 15.00	12.25 –15.00	12.45 –15.00
Постепенный подъём, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15	15.00 –15.25	15.00 –15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.15 - 15.35	15.15 - 15.35	15.25 - 15.50	15.20 –15.50
Игры. Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.35 – 15.45	15.35 – 15.45	15.50 –16.30	15.50 –16.30
Организованная детская деятельность	15.45-16.15 (по подгруппам)	15.45-16.15 (по подгруппам)	-	-
Подготовка к прогулке Прогулка	16.15 – 18.00	16.15 – 18.00	16.30- 18 .00	16.30 –18.00
Прогулка из ДОУ домой	30 мин.			

Составлен на основе примерного режима дня в холодный период года для детей в возрасте 1 год 6 мес. – 2 года (ООП ДО «От рождения до школы», стр.196), для детей от 2-х лет до школы (ООП ДО «От рождения до школы», стр.200)

**Режим дня
(на холодный период 2018-2019 учебного года)**

Режимные моменты	Старшая группа №6,8 (5-6 л)	Подготовительная к школе группа №10 (6-7 л)	Подготовительная к школе группа компенсирующей направленности (ОНП) (6-7 л)
Утренняя прогулка (из дома в ДОУ)	20 мин		
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	06.00-08.10	06.00-08.10	06.00-08.10
Утренняя гимнастика	08.10-08.20 (музыкальный зал)	08.10-08.20 (музыкальный зал)	08.10-08.20 (физкультурный зал)
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.50	08.20 – 08.50	08.20 – 08.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	09.00 – 10.50 пятница 09.00-09.30 11.50-12.20	09.00 – 10.50 вторник 09.00-10.10 11.50-12.20 пятница 11.00-12.10	09.00 – 10.50 вторник, среда 09.00-10.10
Второй завтрак	10.50-11.00 пятница 09.30-09.40	10.50-11.00 вторник 10.10-10.20 пятница 10.50-11.00	10.50-11.00 вторник, среда 10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка.	11.00 – 12.10 Пятница 09.40-11.40	11.00 – 12.10 Вторник 10.20-11.40 пятница 09.00-10.40	11.00 – 12.10 вторник, среда 10.20-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.20 пятница 11.40-11.50	12.10-12.20 Вторник 11.40-11.50 пятница 10.40.11.00	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50	12.20-12.50 пятница 12.10-12.50	12.20-12.50
Подготовка ко сну Закаливающие мероприятия	12.50-13.00	12.50-13.00	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъём, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры. Самостоятельная деятельность	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
Подготовка к полднику, полдник	15.20 – 15.45	15.20 – 15.45	15.20 – 15.45
Игры. Самостоятельная деятельность, индивидуальная работа	15.45 – 16.30	15.45 – 16.30	15.45 – 16.30
Организованная детская деятельность	-	-	-
Подготовка к прогулке Прогулка	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00	16.30 – 18.00
Прогулка из ДОУ домой	30 мин.		

Составлен на основе примерного режима дня в холодный период года для детей в возрасте 1 год 6 мес. – 2 года (ООП ДО «От рождения до школы», стр.196), для детей от 2-х лет до школы (ООП ДО «От рождения до школы», стр.200)

3.4. Учебный план

Организованная образовательная деятельность/периодичность																							
Образовательная область	Виды деятельности		Вторая группа раннего возраста(2-3л.)				Младшая группа (3-4 л.)				Средняя группа (4-5 л.)				Старшая группа (5-6 л.)				Подготовительная группа (6-7 л.)				За период освоения программы
			Время ОД/недельная нагрузка	Количество занятий			Время ОД/недельная нагрузка	Количество занятий			Время ОД/недельная нагрузка	Количество занятий			Время ОД/недельная нагрузка	Количество занятий			Время ОД/недельная нагрузка	Количество занятий			
				неделя	месяц	год		неделя	месяц	год		неделя	месяц	год		неделя	месяц	год		неделя	месяц	год	
«Физическое развитие»	Физическая культура в помещении		10/20	2	8	72	15/45	3	12	108	20/60	3	12	108	25/50	2	8	72	30/60	2	8	72	432
	Физическая культура на воздухе		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25/25	1	4	36	30/30	1	4	36	72
«Познавательное развитие»	Ознакомление с окружающим миром	Ознакомление с предметным окружением	10/7,5	0,75	3	27	15/10	0,75	3	27	20/10	0,5	2	18	20/10	0,5	2	18	30/15	0,5	2	18	108
		Ознакомление с социальным миром	10/2,5	0,25	1	9	15/5,0	0,25	1	9	20/10	0,5	2	18	20/10	0,5	2	18	30/15	0,5	2	18	72
	ФЭМП		10/10	1	4	36	15/15	1	4	36	20/20	1	4	36	20/20	1	4	36	30/60	2	8	72	216
«Речевое развитие»	Развитие речи		10/20	2	8	72	15/15	1	4	36	20/20	1	4	36	20/40	2	8	72	30/60	2	8	72	288
«Художественно-эстетическое развитие»	Рисование		10/10	1	4	36	15/15	1	4	36	20/20	1	4	36	20/40	2	8	72	30/60	2	8	72	252
	Лепка		10/10	1	4	36	15/7,5	0,5	2	18	20/10	0,5	2	18	20/10	0,5	2	18	30/15	0,5	2	18	108
	Аппликация		-	-	-	-	15/7,5	0,5	2	18	20/10	0,5	2	18	20/10	0,5	2	18	30/15	0,5	2	18	72
	Музыка		10/20	2	8	72	15/30	2	8	72	20/40	2	8	72	25/50	2	8	72	30/60	2	8	72	360
Всего			100/ 1 час 40 мин.	10	40	360	150/ 2 часа 30 мин	10	40	360	200/ 3 часа 20 мин	10	40	360	265/4 часа 25 мин	12	48	432	390/6 часов 30 мин	13	52	468	1980

3.5. Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная (далее – РППС) среда обеспечивает максимальную реализацию программы, удовлетворяет индивидуальные образовательные потребности каждого воспитанника. Развивающая предметно-пространственная среда Учреждения содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, доступная, безопасная.

- ✓ Насыщенность - включает инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, двигательную активность всех категорий детей, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;
- ✓ Трансформируемость - обеспечивает возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей;
- ✓ Полифункциональность - обеспечивает возможность разнообразного использования оборудования в разных видах детской активности;
- ✓ Доступность - обеспечивает свободный доступ воспитанников;
- ✓ Безопасность среды - все спортивное и физкультурное оборудование соответствует требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования.

Развивающая предметно-пространственная среда выступает как динамичное пространство, подвижное, легко изменяемое и эмоционально- комфортное для ребёнка.

Компьютерно -техническое оснащение Учреждения используется:

- в процессе образовательной работы с детьми;
- для поиска в информационной среде материалов, обеспечивающих реализацию Основной образовательной программы;
- для предоставления информации об Основной образовательной программе семье, всем заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- для обсуждения с родителями (законными представителями) вопросов, связанных с реализацией Основной образовательной программы.

Перспективное планирование образовательной деятельности по ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» по ОВД и подвижным играм в старшей группе (5-6 лет)
Сентябрь

Задачи		1. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; 1. Повторить ходьбу и бег между предметами; 1. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге (до 1 минуты); 1. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; 2. Совершенствовать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; 3. Развивать координацию движений в прыжках в высоту 4. Развивать ловкость при выполнении упражнений с мячом 2. Разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; Упражнять в ползании по гимн. скамейке с опорой на колени и ладони;						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 2 в движении.	Ходьба в колонне по 1руки на поясе.	Бег в колонне по 1 по сигналу, бег в рассыпную.	Ходьба по гимнастической скамье перешагивая ч/з предметы, руки на поясе. О.	Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед. П.	Броски мяча двумя руками друг другу, стоя в шеренгах (способ от груди). З.		П/и «Мышеловка» <u>И.М.П.</u> «У кого мяч?» Повторить: «Зайцы и волк» «Самолеты»
3-4	Построение в шеренгу. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по 1, на носках, руки на поясе. Ходьба м/д предметами.	Бег м/д предметами. Бег в среднем темпе 1,5 мин.		Прыжки на 2 ногах –«Достань до предмета». О.	Броски малого мяча (6-8см) вверх двумя руками П.		П/И «Фигуры» И.М.П. «Найди и промолчи»*1 –с.31 Повторить: «Птички и кошка», «Самолеты», «Школа мяча».
5-6	Построение в шеренгу Перестроение в колонну по 1.	Ходьба с высоким подниманием колена, руки на поясе.	Бег в колонне по одному, 1минуту в умеренном темпе.	Ходьба по канату(шнуру) боком приставным шагом, руки на поясе. З.		Броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски вверх и ловля с хлопком в ладоши. О.	Ползание по гимн.скамье с опорой на ладони и колени. П.	<u>П/И «Удочка»</u> И.М.П. « Мы погреемся немножко» *1-с.8 Повторить: «Пробеги тихо», «Котятя и щенята», «Ловишки».
7-8	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 2; Перестроение в 3 колонны.	Ходьба в колонне по 1 с изменением темпа движения по сигналу.	_____	Ходьба перешагивая ч/з препятствия.	Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым м/д колен.		Пролезание в обруч боком, не задевая верхний край, в плотной группировке. О.	П/И « Ловишки с ленточками» *3 – с19 Повторить: «Найди свой цвет».

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» стр.-31,8

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр»

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр.15-26

Октябрь

Задачи		1. Упражнять в ходьбе парами, повторить бег с препятствием; 2. Развивать равновесие при ходьбе приставным шагом по скамье; 3. Совершенствовать навык передачи мяча друг другу; 4. Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; 5. Совершенствовать умение выполнять пружинистые прыжки. 6. Прививать интерес к занятиям физкультурой и потребность к ежедневным спортивным занятиям.						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Бег прямо и подскоки с продолжительностью до 1 мин.	Ходьба по доске боком, руки на поясе; Ходьба по гимнастической скамье. О.	Прыжки на двух ногах через шнур, лежащий на полу П.	Броски мяча двумя руками друг другу, стоя в шеренгах (способ от груди). З.		П/И «Перелет птиц» И.М.П. «Дерево, кустик, травка» *1 –с.9 Повторить: «Мышеловка», «Ловишки», «Пробеги тихо».
3-4	Построение в шеренгу. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Поворот!» - дети поворачиваются кругом и продолжают ходьбу.	Бег с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии 70-80 см один от другого.		Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. О.	Броски мяча двумя руками друг другу, стоя в шеренгах (способ из за головы). П.	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке З.	П/И « Не оставайся на полу» И.М.П. «Капуста-редиска» *1 –с.10 Повторить: «Чей мяч дальше?», «Найди себе пару», «Ловишки».
5-6	Построение в шеренгу Перестроение в две колонны;	Ходьба с изменением темпа движения по сигналу.	Боковой галоп, бег враспынную.	Ходьба с перешагиванием через предметы, руки на поясе. З.		Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. О.	Подлезание под дугу прямо и боком в группировке не касаясь руками пола. П.	П/И « Удочка» И.М.П. «Мы погреемся немножко» *1 –с.8 Повторить: «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Чей мяч дальше?».
7-8	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 2; Перестроение в 3 колонны.	Ходьба в колонне по 2, на сигнал: «Поворот!» - поворачиваются кругом ч/з левое плечо и продолжают ходьбу.	Бег в рассыпную, бег в колонну по 1.	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше.	Прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см.		Пролезть в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке О.	П/И « Гуси -лебеди» И.М.П. «Вершки-корешки» *1 –с.15 Повторить: «Удочка», «Кошка и мышки», «Мы веселые ребята».

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 9,10,8,15

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр»

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр.28-37

Ноябрь

Задачи		1. Повторить ходьбу с высоким подниманием колен и с выполнением действий по сигналу воспитателя; 2. Упражнять в равновесии, развивая координацию движений; 3. Совершенствовать умение вести мяч 1 рукой продвигаясь вперед 4. Развивать ловкость и прыгучесть в прыжках на правой и левой ноге с продвижением вперед попеременно; 5. Содействовать умению группироваться при подлезении под шнур. 6. Воспитывать внимательность и умение четко реагировать на команду преподавателя.						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Построение в шеренгу. Перестроение из одной шеренги в колонну по 1.	Ходьба в колонне по 1 с высоким подниманием колен.	Бег враспынную, бег м/д предметами.	Ходьба по гимн. ск., на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой О.	Прыжки на правой и левой ноге продвигаясь вперед П.	Переброска мяча двумя руками стоя в шеренгах 3.		П/И «Карусель» *2 –с. 73 И.М.П. «Найди и промолчи»*1 - с.1 Повторить: «Гуси - лебеди», «Уточка», «Не оставайся на полу», «Ловишки»
3-4	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по 3.	Ходьба в колонне по 1 с изменением направления движения по сигналу.	Бег м/д предметами, поставленными в ряд.		Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге. О.	Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.	Ползание по скамье на животе, подтягиваясь двумя руками. 3.	П/И «Пожарные на учениях» И.М.П. «Ровным кругом» *1- с.19 Повторить: «Кто скорее до флажка», «Уточка», «Ловишки», «Не оставайся на полу», «Мяч о стенку»
5-6	Построение в шеренгу Перестроение в колонны в колонну по3.	Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу	Бег между предметами поставленными в один ряд.	Ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом.		Ведение мяча одной рукой, двигаясь вперед шагом.	Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода.	П/И «Уточка» И.М.П. «Краски» *1-с.26 Повторить: «Медведи и пчелы», «Ловишки», «Найди свою пару».
7-8	Построение в шеренгу. Перестроение в 3 колонны.	Ходьба в колонне по 1, ходьба в рассыпную с остановкой на сигнал	Легкий бег по залу.	Ходьба по гимн.ск. с мешочком на голове, руки на поясе.	Прыжок на правой и левой ноге до предмета.		Подлезание под шнур (выс.40см) боком не касаясь руками пола. О.	П/И«Ловишки с ленточками» *3-с.19 И. М. П. « У кого мяч? Повторить: «Ловишки», «Найди свою пару», «Мышеловка».

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 1,19,26.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр. 73

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 39-47

Декабрь

Задачи		- разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; - упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; - повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; - упражнять в ползании и переброске мяча; в лазанье на гимнастическую стенку; - закреплять умение перепрыгивать из обруча в обруч.						
Нед.	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному.	Ходьба в колонне по одному м/д предметами, соблюдая дистанцию. Х. и бег в чередовании врассыпную	Бег м/д предметами с соблюдением дистанции друг от друга.	Х. по наклонной доске боком, руки в стороны; переход на гимн. скамью, х. боком, прист. шагом, руки на пояс.	Перепрыгивание на двух ногах через бруски	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах (способ — стоя на коленях).		<i>П/и</i> «Мороз Красный нос» *3 - стр.50 <i>И.М.П.</i> «Сделай фигуру» *1 - стр.20 Повторить: «Мороз Красный нос», «Медведи и пчелы», «Хитрая лиса», «Пятнашки», «Гуси лебеди».
2	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Перестроение в круг.	Ходьба по кругу взявшись за руки. Ходьба 4-ками.	Бег по кругу, взявшись за руки. Бег 4-ками.		Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед, на расстояние 5 м	Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши Прокатывание набивного мяча	Ползание на четвереньках между кеглями, не задевая за них	<i>Подвижная игра</i> «Совушка» *2 - стр.133 <i>И.М.П.</i> «Три медведя» *1 - стр.13 Повторить: «Мы веселые ребята», «Мышеловка», «Карусель», «Пятнашки».
3	Построение в шеренгу Перестроение в колонну по одному;	Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал воспитателя.	Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, бег врассыпную	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на поясе)		Перебрасывание мяча стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2,5 м.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки)	<i>Подвижная игра</i> «Охотники и зайцы» <i>И.М.П.</i> «Летает, не летает» *1 - стр.20 Повторить: «Кто скорее до флажка», «Сделай фигуру», «Карусель», «Не оставайся на полу».
4	Построение в колонну по одному; перестроение в круг.	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу воспитателя поворот в правую и левую сторону.	Ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя. Боковой галоп.	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка	Прыжки на правой и левой ноге между кеглями (расстояние между кеглями 40 см)		Влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек	<i>Подвижная игра</i> «Мы веселые ребята» *2 - стр.72 <i>И.М.П.</i> «Ты медведя не буди» *1-с.13 Повторить: «Мороз Красный нос», «Охотники и зайцы», «Перебежки», «Удочка», «Хитрая лиса».

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 20,13.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.133,72

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 68-74.

Январь

Задачи		<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; - продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; - упражнять в прыжках с ноги на ногу, закреплять умение детей легко перепрыгивать веревку на двух ногах, мягко приземляясь на обе ноги; - совершенствовать навык подбрасывания мяча вверх и ловли его двумя руками; - упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой; - упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; - формировать у детей устойчивый интерес к подвижным играм, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. 						
Нед.	Строевые упражнения Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание/ Владение мячом	Лазание/ Ползание	Подвижные игры
1	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному.	Ходьба короткой «змейкой»	Бег длинной «змейкой»	Ходьба и бег по наклонной доске.	Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (рас. 5 м)	Забрасывание мяча в кольцо.		<i>Подвижная игра «Медведи и пчелы»</i> * 3- с.60 Повторить: «Хитрая лиса» «Карусель», «Не оставайся на полу», «Сделай фигуру».
2	Построение в шеренгу. Перестроение в круг.	Ходьба и бег по кругу, держась за веревку, затем дети останавливаются и перехватывают веревку в другую руку, повторение ходьбы и бега в другую сторону.			Прыжки в длину с места (расстояние 40 см)	Броски мяча вверх.	Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч.	<i>Подвижная игра «Хитрая лиса»</i> *3 – с.57 <i>И.М.П.</i> «Дом» *1 – с.10 Повторить: «Ловишки -перебежки». «Мышеловка», «Мы веселые ребята».
3	Построение в шеренгу, проверка равенства и осанки, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде воспитателя;	Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, бег врассыпную.	Ходьба с перешагиванием через предметы, руки на пояс.		Перебрасывание мячей др. др. (двумя руками от груди), стоя в шеренгах, рас.3 м.	Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке.	<i>Подвижная игра «Ловишка с мячом»</i> *2 – с.133 <i>Упр.на внимание</i> «Тук-тук» *1 – с.14 Повторить: «Карусель», «Мышеловка», «Успей выбежать», «Удочка», «Не оставайся на полу».
4	Построение в колонну по одному; перестроение в круг.	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу воспитателя поворот в правую и левую сторону.	Ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал воспитателя. Боковой галоп.	Х.по гимн. ск., приставляя пятку 1н. к носку др., руки свободно	Пр. на 2 н., продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, затем прыжком ноги вместе и так до конца дистанции (расстояние 6 м).	Ведение мяча в прямом направлении.	Лазанье на гимн.ст. одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек	<i>Подвижная игра «Пятнашки»</i> *2 – с.71 <i>И.М.П.</i> «Снежок» *1 – с.15 Повторить: «Карусель», «Бег парами», «Ловишки перебежки», «Мышеловка».

- * 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 10, 14,15.
 2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.57, 133,71.
 3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 59-68.

Февраль

Задачи		<ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; - упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; - закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, совершенствовать у детей навыки прыжка через препятствие; - способствовать развитию скоростно-силовых способностей; совершенствовать навык прыжка в длину с места. - упражнять в лазанье под дугу, упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. - разучить метание в вертикальную цель, и метании мешочка из лежащего положения в горизонтальную цель; - упражнять в лазанье на гимнастическую стенку не пропуская реек; - продолжить профилактику нарушений осанки, укреплять мышечный корсет позвоночника. 						
Нел.	Строевые упражнения Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание/ Владение мячом	Лазание/ Ползание	Подвижные игры
1	Построение в колонну по одному Повороты направо, налево с переступанием.	Ходьба в колонне по одному. На сигнал воспитателя ходьба и бег враспынную,	Бег до 1 мин. в умеренном темпе с изменением направления движения	Ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны.	Прыжки - перепрыгивание через бруски (6-8 шт. высотой до 10 см) без паузы	Бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы.		<u>П/и</u> «Охотники и зайцы»*3-с.54 <u>И.М.П.</u> «Жили - были зайчики» *1-с.5 Повторить: «Гуси-лебеди», «Удочка», «Хитрая лиса», «Мышеловка».
2	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, Перестроение в колонну по одному, затем в круг.	Ходьба по кругу, взявшись за руки; ходьба враспынную с остановкой на сигнал инструктора	бег по кругу, взявшись за руки; бег враспынную с остановкой на сигнал инструктора		Прыжки в длину с места (расстояние 50 -60см)	Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м)	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке (высота 40 см)	<u>П/и</u> «Летчики» *2- с.85 И.М.П. «Снежок» * 1-с.15 Повторить: «Мы веселые ребята», «Карусель», «Ловишки», «Не оставайся на полу», «Пятнашки», «Сделай фигуру», «Перебежки».
3	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение в три колонны справа от скамеек.	Ходьба с заданиями для рук между предметами (скамейками).	Бег с заданиями для рук между предметами (скамейками).	Перешагивание через шнур (высота 40 см).		Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой (от плеча) расстояния 3 м.	Подлезание под палку (шнур) высотой 40 см.	<u>П/и</u> «Мышеловка» *2- с.74 И.М.П. «Тук-тук» * 1-с.14 Повторить: «Охотники и зайцы», «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Сделай фигуру», «Охотники и зайцы».
4	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному.	ходьба в колонне по одному с заданиями. ходьба враспынную;	бег в среднем темпе продолжительностью до 1 мин.	Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места	Отбивания мяча в ходьбе (баскетбольный вариант мяч большого диаметра) на расстояние 8 м.	Лазанье влезание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек	<u>П/и</u> «Мы веселые ребята». *3- с.21 И.М.П. «Товарищ командир» *1 – с.33 Повторить: «Гуси-лебеди».

- * 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 5,15,14,33.
 2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр. 85,74.
 3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 68-74.

Март

Задачи							
№ зан.	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1. Упражнять детей в ходьбе и беге, по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу; в ходьбе со сменой темпа движения; в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении 2. Познакомить с ходьбой по канату (шнуру) с мешочком на голове; Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по гимн. скамье приставным шагом. Развивать равновесие при перешагивание через предметы. 3. Развивать прыгучесть при выполнении прыжков. Совершенствовать технику выполнения прыжков в высоту с разбега; 4. Развивать ловкость и глазомер при перебрасывание мяча друг другу и метании мешочков в цель; 5. Упражнять детей в ползании; закреплять умение подлезать по шнур.							
1-2	Ходьба в колонне по 1 между предметами. Ходьба м/д предметами, сохраняя дистанцию.	Бег в колонне по 1 между предметами сохраняя дистанцию	Ходьба по гимн.ск. на встречу друг другу-на середине разойтись, сохраняя равновесие. О.	Прыжки с продвижением вперед ноги вместе ноги врозь. На правой и левой ноге попеременно. П.	Эстафета «Передача мяча в шеренге» 3.		<i>Подвижная игра</i> «Пожарные па учении». -*2 –с.82 <i>Эстафета</i> «Мяч водящему».*3-с. 44 Повторить: «Не оставайся на полу», «Ловишки», «Сделай фигуру».
3-4	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров»	Бег		Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат. О.	Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед П.	Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении 3.	<i>Подвижная игра</i> «Медведи и пчелы» -*3.-с.60 И.М.П. «Пять имен» *1 –с.32 Повторить: «Караси и щука», «Пастух и стадо», «Школа мяча».
5-6	Ходьба с высоким подниманием колен.	Бег в среднем темпе, продолжительностью 1,5мин.	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.. 3.		Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). О.	Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). П.	<i>Подвижная игра</i> «Караси и щука» -*2 –с.74 И.М.П. «К речке быстрой мы спустились» *1-с.18 Повторить: «Медведи и пчелы», «Кто быстрее до флажка», «Удочка».
7-8	Ходьба в колонне по 1, со сменой темпа движения.	Бег в рассыпную используя все пространство зала.	Х. по гимн. ск., хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.	Прыжки на правой и левой ноге м/д предметами.		Ползание под дугой или шнуром подталкивая мяч вперед О.	<i>Подвижная игра</i> «Стоп» -*2-с.104 И.М.П. «Угадай, что делали» *1-с.35 Повторить: «Карусель», «Горелки», «Пожарные на учении».

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр.32, 18, 35.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр. 82, 74, 104

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 76-85.

Апрель

Задачи							
№ занятия	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1. Повторить ходьбу и бег по кругу; между предметами; с остановкой по команде воспитателя; 2. Способствовать развитию устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре с доп. заданием. 3. Разучить прыжки с короткой скакалкой, способствовать развитию ловкости при выполнении прыжков; 4. Развивать ловкость и глазомер, выполняя метание в вертикальную цель; 5. Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в ползании и перелезании через препятствие;							
1-2	Ходьба в колонне по 1 между предметами.	Бег в колонне по 1 между предметами.	Ходьба по гимн.ск., руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше.. О.	Прыжки на правой и левой ноге ч/з шнуры. П.	Броски малого мяча вверх и ловля его. З.		<i>Подвижная игра</i> «Карусель» *2-с.73 Повторить: «Совушка», «Мышеловка», «Удочка».
3-4	Ходьба в колонне по одному, с изменением направления движения по сигналу	Бег с перешагиванием через предметы, положенные на расстоянии 70-80 см один от другого.		Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат. О.	Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед П.	Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении З.	<i>Подвижная игра</i> «Стоп» -*2-с.104 <i>ИМП</i> «Кто ушёл» -*1- с.28 Повторить: «Удочка», «Не оставайся на полу», «Хитрая лиса», «Мы веселые ребята».
5-6	Ходьба с высоким подниманием колен.	Бег в среднем темпе, продолжительностью 1,5мин.	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.. З.		Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). О.	Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). П.	<i>Подвижная игра</i> «Удочка» -*2-с.78 <i>ИМП</i> «Угадай, что делали» -*1- с.35 Повторить: «Караси и щука», «Пятнашки», «Кошка и мышки».
7-8	Ходьба в колонне по 1, со сменой темпа движения.	Бег в рассыпную используя все пространство зала.	Х. по гимн. ск., хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.	Прыжки на правой и левой ноге м/д предметами.		Ползание под дугой или шнуром подталкивая мяч вперед О.	<i>Подвижная игра</i> «Горелки» -*2- с.121 <i>ИМП</i> «Почта» -*1- с.32 Повторить: «Хитрая лиса», «Удочка», «Совушка».

- * 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 28,35,32.
 2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.73, 104, 78, 121
 3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 86-94.

Май

<p>Задачи</p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить прыжок в длину с разбега, повторить упражнения в прыжках; - развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; - развивать силу мышц рук, ползая по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками; - развивать вестибулярный аппарат, при выполнении упражнений на равновесие 							
№ занятия	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Х. в колонне по 1, на сигнал повернуться кругом и продолжать движение;	Бег враспынную.	Х. по гимн. скамейке, перешагивая ч/з предметы, разложенные на рас. 2 шагов реб., руки на пояс. О.	Пр. на 2ногах, продвигаясь вперед (рас. 4 м) до флажка Прыжки на правой и левой ноге ч/з шнуры. П.	Броски мяча (d. 8–10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля мяча двумя руками. З.		<i>Подвижная игра</i> «Затейники» -*2-с.82 И.М.П. «Что изменилось?» Повторить: «Удочка», «Мышеловка», «Пожарные на учении».
3-4	Х. на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры	Бег с перешагиванием через шнуры, положенные на расстоянии 70-80 см один от другого.		Прыжки в длину с разбега О.	Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди П.	Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении З.	<i>Подвижная игра</i> «Не оставайся на полу» *2-с.77 И.М.П. «Жучок» -*1 –с.17 Повторить: «Карусель», «Караси и щука», «Сделай фигуру».
5-6	ходьба колонной по одному между предметами (кубики, мячи);	Бег между предметами	Х. по гимн.скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше .З.		Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками 2. О.	Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке П.	<i>Подвижная игра</i> «Медведь и дети» -*2 – с.91 Повторить: «Пятнашки», «Пожарные на учении», «Мышеловка».
7-8	Ходьба в колонне по 1, со сменой темпа движения.	Бег в рассыпную используя все пространство зала.	Х. с перешагиванием ч/з предметы, разложенные на расстоянии трех шагов ребенка, руки на пояс	Прыжки на двух ногах между кеглями		Ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков О.	<i>Подвижная игра</i> «Караси и щука» -*2 – с.74 И.М.П. «Шел король по лесу» *1 –с.22 Повторить: «Мышеловка», «Не оставайся на полу», «Хитрая лиса».

* М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 17,22.

Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр. 82,77, 91, 74.

Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду старшая группа» - стр. 94 – 102,

Перспективное планирование образовательной деятельности по ОО «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» по ОВД и подвижным играм
в подготовительной к школе группе (6-7 лет)

Сентябрь

Приоритетные задачи		<ul style="list-style-type: none"> - Упражнять детей в умении переходить с бега на ходьбу с четким фиксированием поворотов; в равномерном беге с соблюдением дистанции; - Совершенствовать умение, сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по повышенной опоре. - Развивать ловкость и точность движений при выполнении упр. с мячом; - Развивать координацию движений в прыжках; - Формировать умение группироваться при лазанье под шнур, не задевая его; - Совершенствовать умение ползать по гимн. скамейке на ладонях и коленях. 						
№ Зан.	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Построение в шеренгу. Перестроение в к. переступанием. Для вып-ия ОРУ перестр-ие х.в к.по2, размыкание на вытянутые руки.	Ходьба в колонне по 1 между предметами.	Бег в колонне по 1 между предметами.	Ходьба по гимн.ск., руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше.. О.	Прыжки на правой и левой ноге ч/з шнуры. П.	Броски малого мяча вверх и ловля его. З.		<u>П/и</u> «Ловишки» *3 –с.10 Повторить: «Мяч над головой».
3-4	Построение в шеренгу. Прыжком перестроение в к.по1. Для вып-ия ОРУ перестр-ие х.в к.по2, размыкание на вытянутые руки.	Ходьба в колонне по одному, с изменением направления движения по сигналу	Бег с перешагиванием через предметы, положенные на расстоянии 70-80 см один от другого.		Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат. О.	Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед П.	Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении З.	<u>П/и</u> «Не оставайся на полу» *3 –с.12 <u>И.М.П.</u> «Летает, не летает» *1 –с.20 Повторить: «Пройди – не задень». «Пингвины»
5-6	Построение в шеренгу. Вып.команд : «Ровняйся», «Смирно», «Вольно». Переступанием перестроение в колонну.	Ходьба с высоким подниманием колен.	Бег в среднем темпе, продолжительностью 1,5мин.	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.. З.		Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). О.	Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). П.	<u>П/и</u> «Удочка» *3 –с.15 Повторить: «Пас на ходу». «Стоп!»
7-8	Постр. в шеренгу. Размык. и смык. прист. шагом. Пр. перестр.е в к. Для вып. ОРУ перестр. в х. в к. по2. Размыкание.	Ходьба в колонне по 1, со сменой темпа движения.	Бег в рассыпную используя все пространство зала.	Х. по гимн. ск., хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.	Прыжки на правой и левой ноге м/д предметами.		Ползание под дугой или шнуром подталкивая мяч вперед О.	<u>П/и</u> «Не попадись» *3 –с.17 И.М.П. «Дерево, кустик, травка» * 1 –с.9 Повторить: «Пингвины» «Быстро в колонну!»

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 12,9.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр»

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр.9-18

ОКТАБРЬ

Приоритетные задачи		- Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, со сменой темпа и направления движения; - Отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках; - упражнять в равновесии при ходьбе на повышенной опоре, на уменьшенной площади опоры; - совершенствовать навык ползания с дополнительным заданием; - развивать координацию движений, в упражнениях с мячом.						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Построение в шеренгу. Перестроение в к. переступанием. Для вып-ия ОРУ перестр-ие х.в к.по2, размыкание на вытянутые руки.	Ходьба в колонне по 1 между предметами.	Бег в колонне по 1 между предметами.	Ходьба по гимн.ск., руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше.. О.	Прыжки на правой и левой ноге ч/з шнуры. П.	Броски малого мяча вверх и ловля его. З.		<u>П/и</u> «Удочка» *2 –с.78 <u>И.М.П.</u> «Капуста и редиска» *1-с.10 Повторить: «Переноска мячей»
3-4	Построение в шеренгу. Прыжком перестроение в к.по1. Для вып-ия ОРУ перестр-ие х.в к.по2, размыкание на вытянутые руки.	Ходьба в колонне по одному, с изменением направления движения по сигналу	Бег с перешагиванием через предметы, положенные на расстоянии 70-80 см один от другого.		Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат. О.	Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед П.	Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении З.	<u>П/и</u> «Не оставайся на полу» *3 –с.12 <u>И.М.П.</u> «Вершки, корешки» *1-с.15 Повторить: «Пингвины»
5-6	Построение в шеренгу. Вып.команд : «Ровняйся», «Смирно», «Вольно». Переступанием перестроение в колонну.	Ходьба с высоким подниманием колен.	Бег в среднем темпе, продолжительностью 1,5мин.	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.. З.		Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). О.	Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). П.	<u>П/и</u> «Паук и мухи» *2 –с.133 <u>И.М.П.</u> «Летает, не летает» *1 –с.20 Повторить: «Быстро возьми»
7-8	Постр. в шеренгу. Размык. и смык.прист.шагом. Пр. перестр.е в к. Для вып. ОРУ перестр. в х. в к. по2. Размыкание.	Ходьба в колонне по 1, со сменой темпа движения.	Бег в рассыпную используя все пространство зала.	Х. по гимн. ск., хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.	Прыжки на правой и левой ноге м/д предметами.		Ползание под дугой или шнуром подталкивая мяч вперед О.	<u>П/и</u> «Перелет птиц». *3 –с.21 Повторить: «Совушка».

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр.10,15,20.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.78,133.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр.20 - 28

НОЯБРЬ

Приоритетные задачи		<ul style="list-style-type: none"> - закреплять знание команд: «Ровняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». - познакомить с перестроением в колонну прыжком - упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); - совершенствовать навык энергичного отталкивания в прыжках через предмет; - формировать умение прыгать через короткую скакалку; - упражнять в лазаньи под дугу в группировке; - формировать навык перехода с одного пролета на другой в лазаньи на гимнастическую стенку; - воспитывать внимательность и собранность во время проведения эстафет с мячом, совершенствовать ведение мяча с продвижением вперед; 						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Построение в шеренгу. Вып. команд «Ровняйсь», «Смирно», «Вольно». Перестроение в колонну прыжком.	Ходьба в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения.	Бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения.	Ходьба по канату боком, приставным шагом. О.	Прыжки на двух ногах ч/з шнуры без паузы. П.	Эстафета с мячом «Мяч водящему» «Попади в корзину» 3.		<u>П/И</u> «Волк во рву» *2 –с.123 <u>И.М.П.</u> «Угадай, чей голосок?» *3 –с.31 Повторить: «Салки» «Мышеловка»
3-4	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание прист. шагом. Повороты кругом. Перестр. в движ.ч/з центр парами, движение противходом, ч/з центр перестроение в колонну.	Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой на носках руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спину; выпадами, руки на пояс;	Бег в колонне с заданиями на сигнал: - поворот; - подпрыгивание вверх с хлопком; - смена направления бега;		Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. О.	Броски мяча друг другу стоя в шеренгах. П.	Ползание по гимн.ск. на ладонях и ступнях с мешочком на спине. 3.	<u>П/И</u> «Хитрая лиса» *2 –с.76 <u>И. М. П.</u> «Мы сейчас пойдем на право» *1-с.30 Повторить: «Пингвины» «Хитрая лиса»
5-6	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Ровняйсь», «Смирно», «Вольно». Прыжком перестроение в колонну. Перестроение в ходьбе в колонну по два.	Ходьба в колонне, мяч перед грудью в согнутых руках; ходьба на носках мяч вверх; высоко поднимая колени, мяч в прямых руках перед собой.	Б. в к. мяч перед грудью в согнутых руках на сигнал - остановка, отбить мяч о пол одной рукой, поймать двумя.; боковой галоп, мяч вперед; подскоки, мяч вверх;	Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами, положенными в одну линию 3.		Ведение мяча в прямом направлении и между предметами. О.	Лазанье под дугу П.	<u>П/И</u> «Зайцы и волк» *2 –с.53 <u>И.М.П.</u> «Звериная зарядка» *1-с.17 Повторить: «Перемена мест» «Фигуры»
7-8	Построение в шеренгу. Перестроение в 4 колонны для выполнения ОРУ.	Ходьба м/д предметами. Ходьба враспынную	Бег м/д предметами. Бег враспынную;	Х. по гимн. ск. боком приставным шагом, на середине присесть, р. вперед, выпрямиться и пройти дальше.	Пр. на 2 ногах ч/з шнур спр. и слева попеременно, энергично отталкиваясь от пола.	Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками	Лазанье на гимн. ст. с переходом на др. пролет (по диог.) О.	<u>П/И</u> «Фигуры» *2 –с.83 <u>И.М.П.</u> «Лево-право» *1-с.39 Повторить: «Канатоходец» «Совушка»

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 31, 30, 39.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.123,76,53,83.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 25- 39

ДЕКАБРЬ

Приоритетные задачи		1. Упражнять детей в ходьбе парами с заданиями, в беге парами, с изменением темпа движения; 2. Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). 3. Воспитывать интерес к совместным коллективным действиям в эстафетах с мячом, 4. Способствовать развитию прыгучести при выполнении упражнений в прыжках 5. Развивать силу мышц рук, ползая по скамейке на животе, подтягиваясь руками						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Игры разной подвижности
1-2	Построение в шеренгу. Вып. команд «Ровняйсь», «Смирно», «Вольно». Расчет на 1,2; Перестроение в 2 колонны и в 1.	Ходьба в парах с различным положением рук	Бег в парах и враспынную	Ходьба бокком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы О.	Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. П.	Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 3.		<u>П/И</u> «Хитрая лиса» *2 – с.76 И.М.П. «Зеваки» *1 –с.25 Повторить: «Охотники и соколы!»
4-5	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание прист. шагом. Повороты кругом.	Ходьба в колонне по 1, мелким и широким шагом	Бег враспынную		Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед О.	Прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками, не отпуская далеко от себя П.	Ползание по скамейке на ладонях и коленях 3.	<u>П/И</u> «Салки с ленточкой» *3 –с.43 И.М.П. «Идет к нам Дед Мороз» *1 –с.25 Повторить: «Лягушки и цапли» «Хитрая лиса»
7-8	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Ровняйсь», «Смирно», «Вольно». Прыжком перестроение в колонну.	Ходьба с изменением темпа движения.	Бег враспынную	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс 3.		Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. О.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков П.	<u>П/И</u> «Попрыгунчики - воробышки» *3 –с.46 И.М.П. «Ели, елки, слочки» *1 –с.23 Повторить: «Передача мяча в шеренге»
10-11	Построение в шеренгу. Перестроение в круг в движении	Ходьба по кругу, с изменением направления движения по сигналу	Бег по кругу, с изменением направления движения по сигналу	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, руки за голову. О.	Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед П.		Лазанье по гимн.стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз, не пропуская реек. 3.	<u>П/И</u> «Два мороза» *2 – с.120 И.М.П. «У меня есть все» *1 –с.14 Повторить: «Совушка»

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 25,23,14.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.76,120.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 40- 48

ЯНВАРЬ

Приоритетные задачи		1. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением дополнительного задания, в ходьбе и беге по кругу, с остановкой по сигналу воспитателя и с изменением направления движения; 2. Развивать равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, 3. Упражнять в прыжках в длину с места; Упражнять в прыжках на двух ногах через препятствие. 4. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; 5. Совершенствовать умение лазать под шнур.						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
13-14	Перестроение в круг.	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу в другую сторону;	Бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя.	Ходьба по рейке гимнастической скамьи с мешочком на голове, р. произвольно. О.	Прыжки ч/з препятствия с энергичным взмахом рук. П.	Отбивание мяча одной рукой по ходу движения до обозначенной линии З.		<i>П/и «Трамвай»</i> *2-с. 51 <i>И.М.П. «Светофор»</i> *1-с.13 Повторить: «Совушка» «Хитрая лиса»
16-17	Построение в колонну размыкание на вытянутые руки вперед.	Ходьба в колонне по одному, с заданиями для рук – за голову, на пояс, вверх;	Бег мелким и широким шагом.		Прыжки в длину с места. О.	Игровое упражнение «Поймай мяч». П.	Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой. З.	<i>П/и «Летчики»</i> *2-с.85 <i>И.М.П. «Кружочек»</i> *1-с.27 Повторить: «Попрыгунчики - воробышки» «Лягушки и цапли»
19-20	Перестроение в три колонны для ОРУ.	Х. в колонне по 1 в обход зада с перешагиванием ч/з шнуры попеременно пр. и лев. н. без паузы.	Бег с высоким подниманием колена, с захлестом голени назад.	Х. по гимн. ск.боком прист. ш. с перешагиванием ч/з кубики (рас. 3 ш.реб.). З.		Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками О.	Лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края П.	<i>П/И «Удочка»</i> *2 –с.78 Повторить: «Передача мяча в шеренге» «Салки»
22-23	Перестроение в три колонны	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения	Бег длинной и короткой «змейкой».	Х. по двум гимн.ск. парами, держась за руки.	Прыжки ч/з короткую скакалку различными способами.		Ползание по гимн.ск. на ладонях и коленях с мешочком на спине. О.	<i>П/И «День и ночь»</i> *3 –с.50 <i>И.М.П. «Кружочек»</i> *1 –с.27 Повторить: «Охотники и соколы!» «Быстро возьми»

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 13,27.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.51, 85.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 49 -58

ФЕВРАЛЬ

Приоритетные задачи		1. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением задания на внимание. Повторить ходьбу и бег со сменой темпа движения; 2. Совершенствовать навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); 3. Развивая ловкость и глазомер при метании мешочков в горизонтальную цель, и выполнении в переброски мяча, друг другу; 4. Повторить лазанье в обруч (или под дугу), 5. Способствовать развитию ловкости при лазаньи на гимнастическую стенку; 6. Повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
25-26	Перестроение в четыре колонны в движении через середину.	Ходьба в колонне по 1 с выполнением задания - «Река и ров»	Бег в колонне по 1 с захлестыванием голени, бег высоким подниманием коленей.	Ходьба по гимн.ск., перешагивая ч/з предметы (5-6шт., расст.2шага реб.) О.	Прыжки на 2 ногах ч/з короткие шнуры (без паузы) П.	Броски мяча в середину между шеренгами 1 рукой, ловля 2 руками. 3.		<u>П/И</u> «Ключи» *3 –с.60 Повторить: «Салки» «Мышеловка»
28-29	Перестроение в две шеренги.	Ходьба в колонне по одному, х. на носках руки на поясе, х. с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной.	Бег в среднем темпе по сигналу – чередование с ходьбой.		Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. О.	Переброска мячей др. др., стоя в шеренгах, 2-я руками от груди. П.	Лазание под дугу (шнур) прямо и боком. 3.	<u>П/И</u> «Не оставайся на полу» *2 –с.141 <u>И.М.П.</u> «Страус Кукки», «У жирафов» *-с.34,21 Повторить: «Пингвины» «Хитрая лиса»
31-32	Перестроение в две шеренги.	Ходьба в колонне по 1, широким шагом, коротким шагом. Подпрыгивание на пр. и лев. ноге		Ходьба парами по стоящим рядом паралельно гимн. скамейкам, держась за руки, свободная рука на поясе. 3.		Игра «Попади в круг» - метание мешочков пр. и лев. рукой в обручи лежащие на полу. О.	Лазанье на гимн. Стенку, с переходом на другой пролет и спуск вниз. П.	<u>П/И</u> «Не попадись» (с прыжками) *2 –с.140 И.М.П. «Ровным кругом» * 1 –с.19 Повторить: «Перемена мест» «Фигуры»
33-34	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнение.	Ходьба в колонне по 1, с остановкой на сигнал, поворотом кругом и продолжением ходьбы.	Бег в рассыпную используя все пространство зала с нахождением своего места в колонне.	Х. по гимн. ск., хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.	Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук.		Ползание на четвереньках м/д предметами, не задевая их. О.	<u>П/И</u> «Караси и щука» *2 – с.139 <u>И.М.П.</u> « По дорожке»*1 –с.11 Повторить: «Канатоходец» «Совушка»

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 34, 21, 19, 11.

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.141,140, 139.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 59 - 66

МАРТ

Приоритетные задачи		1. Способствовать развитию ловкости и координации ходьбе и беге между предметами, в прыжках через скакалку и в лазании по гимнастической лестнице; 2. Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; 3. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель 4. Формировать умение группироваться при подлезании под шнур;						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1-2	Перестроение в четыре колонны в движении через середину.	Х. в колонне по 1; х. и бег м/д кеглями и кубиками, сохраняя дистанцию, др. от др. и не задевая предметы; ходьба враспынную	Бег м/д кеглями и кубиками, сохраняя дистанцию, др. от др. и не задевая предметы; бег враспынную	Х. по гимн. ск. на встречу др. др. – на середине разойтись сохраняя равновесие Х. в колонне по 1 по гимн.ск. с передачей мяча перед собой и за спиной. О.	Пр. на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе (дист. 10 м) Пр. на правой и левой ноге, продвигаясь вперед П.	Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге». З.		П/И «Ключи» *3 –с.60 Повторить: «Пас на ходу». «Пингвины»
4-5	Перестроение в две шеренги.	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками);	Бег враспынную.		Пр. ч/з короткую скакалку, продвигаясь вперед. Пр.ч/з шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам на одной ноге(дл. шнура 3 м) О.	Перебрасывание мяча ч/з веревку 2-я руками и ловля его после отскока от пола. Переброска мячей в парах; способ по выбору детей П.	Ползание под шнур, не касаясь руками пола (сгруппироваться «в комочек»); Ползание на четвереньках по гимн. ск. (на ладонях и ступнях) З.	П/И «Затейники» *2 –с.82 И.М.П. «Солнышко, заборчик, камешки» *1 –с.21 Повторить: «Мяч над головой». «Стоп!»
7-8	Перестроение в две шеренги.	Ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях;	Бег враспынную	Х. по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют З.		1. Метание мешочков в горизонтальную цель. О.	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. П.	П/И «Жмурки» Повторить: «Пройди – не задень». «Пингвины»
10-11	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнение.	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»;	Бег враспынную с остановкой на сигнал.	Ходьба по прямой с перешагиванием ч/з предметы	Пр. на пр.и лев. ноге м/д предметами. Пр. ч/з короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.	Передача мяча – эстафета «Передача мяча в шеренге».	Лазанье на гимн. стенку. Лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур (высота от пола 40 см).	П/И «Улица» *2 – с.60 Повторить: «Быстро в колонну!» «Стоп!»

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 21

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.82,60.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 72- 81

АПРЕЛЬ

Приоритетные задачи		1. Способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений с ходьбе и беге; 2. Совершенствовать умение построения в пары (колонна по два); 3. Совершенствовать технику в прыжках в длину с разбега; 4. Воспитывать внимательность и собранность в упражнениях с мячом; 5. Развивать и закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по скамейке и выполнении сложно координированных упражнений.						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
13-14	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному;	Х. в колонне по 1- у, х. вокруг кубиков (кубиков на два, меньше количества детей); бег; переход на ходьбу. По сигналу каждый ребенок должен быстро взять кубик.		Х. по гимн.скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. О.	Пр. на 2-х ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. Пр. ч/з коротк. скакалку на месте и продвигаясь вперед. П.	Переброска мячей др. др. в парах (способ по выбору детей). З.		П/И «Хитрая лиса» *2 – с.76
16-17	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному;	Ходьба и бег в колонне по одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.			Прыжки в длину с разбега (энергичный разбег, приземление на обе ноги). О.	Броски мяча друг другу в парах. Эстафета с мячом «Передал – садись». П.	Ползание на четвереньках – «Кто быстрее до кубика» Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур. З.	П/И «Мышеловка» *2 –с.74 И.М.П. «Звериная зарядка» * 1 –с.17
19-20	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; перестроение в пары	Ходьба в колонне по одному. По сигналу перестроение в пары (колонна по два); ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную.		Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.. З.		Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). О.	Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). П.	П/И «Затейники» *2 –с.82
22-23	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному;	Игровое задание «По местам» . Игровое упражнение с бегом «Догони пару» .		Х. на носках м/д предметами с мешочком на голове	Пр. ч/з шнуры на правой и левой ноге попеременно; 1. Прыжки в длину с разбега.	Переброска мячей друг другу в парах И.П. ног – стойка ноги на ширине плеч.		П/И «Совушка» *3 – с.83 И.М.П. «Угадай, кто позвал?» *1 –с.42

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 17,42

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.76,74, 82.

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 81- 88.

МАЙ

Приоритетные задачи		1. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, по кругу; с выполнением заданий по сигналу; 2. Развивать координацию и ловкость в равновесии при ходьбе на ограниченной площади опоры с усложнением; 3. Совершенствовать технику прыжков в длину с места; 4. Закреплять умение метать мешочки на дальность, 5. Воспитывать внимательность и собранность при выполнении лазанья на гимнастическую стенку;						
№ занятия	Перестроение	Ходьба	Бег	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
25-26	Перестроение в пары в движении.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег враспынную.		Х. по гимн. ск., передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. Х. по гимн. ск. навстречу др. др., на середине разойтись, помогая др. др. О.	Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (дистанция 10 м). Пр. на 2 ногах м/д предметами; 2-я шеренгами («Кто быстрее»). П.	Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с доп. заданием. Броски мяча верх 1 рукой и ловля его 2-я руками. 3.		<i>П/И «Совушка» *2 – с.133 И.М.П. «Три, тринадцать, тридцать» *1 –с.33</i>
28-29	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному;	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег враспынную.		Ходьба между предметами с мешочком на голове.	Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега.	Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом Метание мешочков в вертикальную цель	Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча	<i>П/И «Где купался, Иванушка» *2 –с.57 И.М.П. «К речке быстро мы спустились» *1 –с. 18</i>
31-32	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; Перестроение в круг	Ходьба в колонне по одному; ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без остановки); ходьба и бег враспынную.		Х. по рейке гимн.ск., приставляя пятку 1 ноги к носку др., руки за голову. 3.		Метание мешочков на дальность правой и левой рукой – «Кто дальше бросит». О.	Ползание по гимн. ск. на четвереньках Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, П.	<i>П/И «Воробьи и кошка» *3 –с.93 И. М. П. «Летает, не летает» *1 –с.20</i>
33-34	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному;	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу педагога Ходьба и бег враспынную, используя все пространство зала.		Х. с перешагиванием ч/з предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове 3.	Пр. м/д предметами на правой и левой ноге, на 2-х ногах П.		Лазанье по гимн.стенке с переходом на др. пролет, х. по рейке (4-ая рейка) и спуск вниз. О.	<i>П/И «Охотники и утки» *2 –с.140</i>

* 1. М. М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - стр. 33, 18, 20

2. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - стр.133,57,140

3. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» - стр. 88- 96

Конспекты физкультурных развлечений
Старшая группа (5-6 лет)

Развлечение № 1

ВСТРЕЧА С ДОКТОРОМ АЙБОЛИТОМ

Задачи: закреплять знания детей о глазах, ушах, зубах и о правилах ухода за ними; воспитывать интерес к здоровому образу жизни; упражнять в ходьбе, беге, подлезании; доставить детям чувство радости.

Оборудование: декорации (дом в виде глаза, а за шторой - зрачок); картинка с цветком; наклонная доска; две дуги (высота - 50 см); гимнастическая скамья; кегли (6 шт.); зубные щётки - по количеству детей; ленточки - по количеству детей; витамины - на каждого ребенка.

Персонаж: доктор Айболит (его роль исполняет взрослый) _____

Ход

Дети входят на площадку под музыку и строятся в шеренгу.

Инструктор сообщает, что почтальон принес в детский сад телеграмму, в ней написано, что доктор Айболит спешит на встречу с ребятами.

Стук в дверь. Входит доктор Айболит.

Айболит. Здравствуйте, ребята, я прилетел к вам прямо из Африки, где помогал зверям. Они, бедные, заболели все сразу и ангиной, и скарлатиной, и бронхитом, и другими болезнями. Вас я хочу пригласить в сказочную страну. В ней есть три города, и сейчас мы войдем в первый город. *Дети идут по залу за доктором Айболитом и подходят к декорации - дому в виде глаза, а за шторой - зрачок.*

Айболит. Отгадав загадку, вы узнаете, в какой город мы пришли. «Два братца через дорожку живут, а друг друга не видят». Верно, это глаза. И город называется «Глазоград». Как вы думаете, кто из животных самый зоркий? (*Орел, сова.*)

А зачем нужны человеку глаза? (*Помогают видеть и различать предметы, их цвет, форму.*)

Посмотрите друг другу в глаза. Какого они цвета? (*Голубые, серые, зеленые, карие.*)

Айболит открывает штору в домике, дети видят изображение глаз, различных по форме, цвету, расположению, рассматривают их. Затем Айболит открывает «веко» глаза - окошко.

Айболит. Что можно увидеть, рассматривая глаз? Цветное колечко - радужная оболочка или радужка. В центре глаза виден кружок чёрного цвета. Он то расширяется, то сжимается. Это зрачок. Давайте понаблюдаем за зрачком. Посмотрите друг другу в глаза. (*дети закрывают и открывают глаза.*) Что произошло со зрачком в темноте? Он расширился. А при свете? Зрачок сужается. Глаза очень нежные, поэтому они нуждаются в защите. У каждого глаза есть стражи (веки, ресницы, брови). Они защищают глаза от пыли, ветра и пота. Есть ещё один страж. Он вам всем очень хорошо знаком - это слёзы. Они тоже защищают глаза от попадания в них соринки. Глаза надо не только защищать, но и ухаживать за ними. По утрам и вечерам умывать. Глазам, как и нам, надо заниматься физкультурой. Называется такая физкультура - гимнастика для глаз.

1. «Чтобы зоркими нам быть,

Нужно глазками крутить».

Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды (10 раз).

2. «Зорче глазки чтоб глядели,

Разотрём их еле-еле».

Массировать верхние и нижние веки (1 минута).

3. «Нарисуем большой круг

И осмотрим всё вокруг».

Глазами делать круговые движения (10 раз).

4. «Чтобы зоркими нам стать,

Нужно на глаза нажать».

Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко соответствующего глаза и держать 2-3 секунды.

5. «Глазки нужно открывать,

Чудо чтоб не прозевать».

Широко открывать и закрывать глаза с интервалом в 30 секунд (10 раз).

б. «Быстро-быстро поморгай,

Потом глазкам отдых дай».

Быстро моргать в течение 1-2 минут.

А й б о л и т . Эту гимнастику надо проводить каждый день.

А теперь пришло время отправиться в другой город. Но путь к нему сложен и требует сноровки.

Дети преодолевают полосу препятствий:

1. *ходьба по наклонной доске вверх и вниз.*
2. *подлезание под дуги;*
3. *ходьба по гимнастической скамье, руки в стороны;*
4. *ходьба между кеглями «змейкой».*

А й б о л и т . Вот мы и пришли в город под названием «Ухо-град». О чём поведём беседу? Верно, об органах слуха - ушах. Органы слуха есть и у животных, и у человека. Животным слух помогает поймать добычу, найти друг друга, избежать опасности. А зачем нужны уши человеку? Попробуйте закрыть уши руками. Что произошло? Плохо слышны звуки, стало труднее общаться с вами. Как же надо ухаживать за ушами? (*Чистить их раз в 3-4 дня.*) Давайте посмотрим, все ли дети в нашей группе хорошо слышат?

Игра «Не попадись лисе».

Цель игры: *проверить слух; упражнять в ходьбе на носках, в беге враспынную.*

Ход игры : *лиса с закрытыми глазами должна услышать и поймать зайцев, которые решили пробраться к ней в огород. Зайцы должны как можно тише пройти мимо лисы, чтобы она не услышала их.*

А й б о л и т . За огородом лисы находится последний город, он называется «Зубоград». В нём мы поговорим о зубах. Что помогает нам переваривать пищу? Пища во рту смачивается слюной и измельчается зубами. Первые зубы - молочные. К десяти годам молочные зубы выпадают, а на их месте вырастают постоянные. Как вы думаете, у кого болят зубы? Верно, у того, кто ест много сладкого. Есть ли у зубов защитник? Есть! Это зубная эмаль. Она твёрдая, белая. Надо её стараться не повредить. Что надо делать, если заболел зуб? Срочно идти к врачу. Как же следует ухаживать за зубами?

Доктор Айболит раздаёт проводит динамическую паузу «Чистка зубов».

Чистить внешнюю поверхность зубов. Зубная щётка располагается вдоль линии дёсен (верхних и нижних). Движения - сверху-вниз. Делать движения щёткой сверху-вниз.

Чистить жевательную поверхность каждого зуба. Движения щётки - вперёд-назад.

Кончиком щётки чистить внутреннюю сторону зубов круговыми движениями.

А й б о л и т . Какие вы молодцы! Но пора собираться в дорогу. Она проходит через солнечную полянку, где живет много солнечных зайчиков. Поиграем в игру «Поймай солнечного зайчика».

Игра «Поймай солнечного зайчика».

Цели игры: *упражнять в беге враспынную; развивать быстроту, ловкость.*

Ход игры : *на ленточки пришить изображения солнышка или зайчика. Игра проводится по типу «Ловишки с лентами».*

А й б о л и т . Вот и мы вернулись в детский сад. Я вам дам задание: нарисуйте, как вы дома ухаживаете за глазами, ушами и зубами. А я вам подарю волшебные витамины, которые сделают вас здоровыми и сильными. Никогда не будете болеть! (*Раздаёт витамины.*)

До скорых встреч! (Уходит.)

Инструктор . Вот сколько нового мы сегодня с вами узнали! А теперь нам надо идти в группу - выполнять задание доктора Айболита.

Дети выходят с площадки под музыку

Развлечение № 2.

ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ

З а д а ч и : прививать любовь к спорту и физкультурным упражнениям; подвести детей к пониманию того, что каждый человек должен сам заботиться о своем здоровье с детства; повышать защитные силы организма через массаж, дыхательную, ки-незиологическую и вибрационную гимнастику; закрепить знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины; доставить детям чувство радости.

Оборудование: фотографии детей, занимающихся спортом; картинки полезных и вредных продуктов.

Персонаж: Петя Болейкин (в шапке, шарфе и перчатках).

Ход

Дети входят под музыку в зал и строятся в круг.

Инструктор. Ребята, сегодня мы поговорим о здоровье. Кто хочет быть здоровым?

Дети. Все!

Инструктор. Какого человека можно назвать здоровым?

Дети. Веселого, подвижного, неболеющего.

Стук в дверь. Входит Петя Болейкин.

Инструктор. Здравствуй, мальчик! Ты кто? Из какой ты группы?

Петя. Я не из группы. Я сам по себе.

Петя я, Болейкин я.

Только болен я, друзья!

У меня усталый вид,

Очень голова болит.

Ломит спину, колет бок.

Нужен врач, он мне б помог!

Инструктор. Хватит охать и реветь!

Стыдно мальчику болеть!

Приходи к нам в детский сад,

Здесь узнаешь от ребят:

Как здоровым, сильным быть,

Как без грусти день прожить.

Правда, дети? Мы ведь сможем?

Пете, мы в беде поможем?

Дети. Да!

Инструктор. Какая у тебя странная фамилия – Болейкин.

Петя. А мне нравится моя фамилия. Она мне как раз подходит, потому что я постоянно болею.

Я сегодня в детский сад пришёл, а завтра я заболею, и буду опять сидеть дома!

Инструктор. Что-то непонятное с тобой творится! Неужели тебе нравится все время болеть, ходить по больницам, пить таблетки? А вы, ребята, любите болеть?

Дети. Нет!

Инструктор. А почему?

Дети. Скучно сидеть дома, лежать в постели.

Инструктор. Наши дети умеют гораздо интереснее проводить время. Иногда бывает так, что дети болеют, но надо стараться быть здоровым. Дети, а что надо делать, чтобы быть здоровым?

Дети. Закаляться, делать зарядку, заниматься спортом, кушать полезные продукты.

Инструктор. Действительно. Каждый человек может сам себе укрепить здоровье. Недаром говорится: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу». Давайте выучим и запомним эти слова. Ну а сейчас поспешим на утреннюю разминку. А ты, Петя, присоединяйся к нам. Снимай свои перчатки, шарф и шапку.

Петя. Нет, я боюсь, заболею! У вас здесь сквозняки.

Инструктор. А ты попробуй!

Петя встает в круг с детьми и выполняет разминку.

Инструктор

Сделаем разминку,

Держим ровно спинку.

Голову назад, вперед,

Вправо, влево, поворот.

Руки вверх поднять прямые,
Вот высокие какие!
Ещё выше потянитесь,
Вправо, влево повернитесь.
А теперь танцует таз,
Посмотрите-ка на нас.
Этим славным упражнением
Поднимаем настроенье.
Дальше будем приседать:
Дружно сесть и дружно встать!
Прыгать нам совсем не лень,
Словно мячик, целый день.
Ребята, а теперь попробуйте, крепче ли стали ваши мышцы? И ты, Петя, попробуй и скажи, как ты себя чувствуешь?

Петя. Почему-то жарко стало. Но мне очень понравилось заниматься.

Инструктор. Ребята, сегодня мы уже говорили, что очень хорошо укреплять здоровье. Давайте расскажем Пете, как мы с вами закаляемся. (*Рассматривание фотографий.*) Сначала мы раздеваемся до трусиков, ходим по разным колючим дорожкам, затем встаём в таз с тёплой водой, затем - с холодной, потом сушим ножки, выполняя разные упражнения.

Петя. Мне тоже нравится закаляться. Только я боюсь, вдруг у меня ноги замерзнут в холодной воде и я заболую?

Инструктор. Закалять свой организм надо постепенно. Давайте скажем правило, которого надо придерживаться при закаливании.

Дети. Крепким стать нельзя мгновенно,
Закаляйся постепенно.

Инструктор. Дети, расскажите Болейкину, как можно закаляться летом.

Дети. Бегать босиком по траве, песочку, купаться в речке и т. д.

Петя. А зимой можно закаляться? А то я часто сижу дома, не хожу в детский сад.

Дети. Много гулять, обливаться холодной водой в ванне, кататься на лыжах, коньках, санках.

Инструктор. А можно еще делать точечный массаж, виброгимнастику. Мы тебе сейчас, Петя, покажем. Я предлагаю вам отправиться в Страну Здоровья на лошадках. Сейчас каждый из нас превратится в лошадку.

Дети поют песенку лошадки «и-и-и», постукивая себя ладошками по груди...

Потряхивают головой вперед-назад, вправо-влево.

Стучат «копытцами», изображая бег на месте.

Инструктор. Хватит скакать на разных лошадках. Гораздо веселее ехать всем на одной.

Сейчас я буду лошадкой, а вы - моими пассажирами. Садитесь в тележку. Вытяните ножки вперед, обопритесь руками об пол и поехали.

Дети прыгают вверх-вниз.

Раскачиваются вправо-влево.

Едут по ровненькой дорожке.

Раскачиваются вперед-назад.

Инструктор. Дальше наша лошадка ехать не может. Впереди луг с высокой травой. Лошадка не видит тропинки и сбилась с пути. Давайте встанем друг за другом и проложим лошадке тропинку.

Дети кладут друг другу ладони на плечи и двигаются, часто топя ступнями.

Петя. Как здорово! Но мне уже пора домой. Надо ещё зайти в магазин и купить чего-нибудь вкусенького.

Инструктор. Петя, а что ты любишь кушать?

Петя. Конфеты, печенье, торт, кока-колу, лимонад, жвачки, чипсы, фанту.

Инструктор. Это все вкусно, ребята?

Дети. Да!

Инструктор. А полезно?

Дети. Нет!

Инструктор. А какие продукты полезны для вашего здоровья?

Дети. Молоко, творог, фрукты, овощи, лук, чеснок.

Инструктор. А, чем они полезны?

Дети. В них много витаминов.

Инструктор. А, что такое витамины?

Дети. Полезные вещества, которые необходимы нашему организму. Они помогают нашему организму расти, повышают работоспособность.

Инструктор. А что случается, если человек ест пищу, в которой мало витаминов?

Дети. Он становится вялым, грустным, часто болеет, быстро устаёт.

Инструктор. Теперь, Петя, ты понял, какие надо есть продукты, а какие нет?

Петя. Да! Я сейчас приду домой и попрошу маму сварить мне молочную кашу, потереть сырую морковку, и у меня в организме будут витамины.

Инструктор. Я смотрю, Петя, тебе пошло на пользу общение с нашими ребятами. Мы очень рады, что смогли тебе помочь. Ты сегодня очень много узнал о здоровье, и мы видим на твоём лице улыбку. А улыбка - это хорошее настроение и залог здоровья. Улыбаясь, мы дарим друг другу здоровье и радость. А угрюмый и злой человек может принести здоровье?

Дети. Нет!

Инструктор. Так давайте подарим друг другу свои улыбки и хорошее настроение. А тебе, Болейкин, мы хотим напомнить, как можно укрепить здоровье.

1 ребёнок. Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать.

2 ребёнок. В мире нет рецепта лучше -

Будь со спортом неразлучен.

Проживешь сто лет, вот и весь секрет.

3 ребёнок. Приучай себя к порядку,

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей, будешь здоровей.

4 ребёнок. Чтоб здоровым быть - учтите вы заранее,

Что всем необходимо полезное питание.

И помните об этом, идя по магазинам,

Не сладости ищите, ищите витамины.

Инструктор. Запомни это, Болейкин. И не болей! И вы ребята, будьте здоровы!

Дети благодарят и выходят с площадки.

Развлечение № 3

ПУТЕШЕСТВИЕ В ДЖУНГЛИ

Задачи: определить проявление борцовско-волевых качеств в спортивных соревнованиях, играх и эстафетах; совершенствовать двигательные способности детей; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости.

Оборудование: кубики (по 5 штук для каждой команды); две пары сапог; две игрушки; два стула; две ленточки; два стола с игрушками (по 10 шт.) для каждой команды (столы накрыты простыней); четыре малых обруча; две верёвки с кеглей на конце; два велосипеда; эмблемы с дикими и травоядными животными на футболках; «бананы» и «косточки» из бумаги, которыми жюри будет «отмечать» очки.

Ход

Дети под музыку входят на площадку, стилизованный под джунгли, и строятся в одну шеренгу.

Инструктор. Сегодня вы не просто дети. Сегодня вы превратитесь в животных и станете хищниками и травоядными. Справа от меня будет команда хищников, а слева - травоядных. А судить наши соревнования будет жюри (*представление жюри*). Итак, команды, по местам шагом марш!

Эстафеты.

«Пройди по болоту».

Пройти по кубикам до ориентира, обратно вернуться бегом.

«Сапоги-скороходы».

Обуть сапоги, с игрушкой добежать до ориентира, обежать вокруг, вернуться бегом и передать игрушку следующему участнику команды.

«Завяжи и развяжи».

На расстоянии 4 м от каждой команды стоит стул, к которому привязана узлом цветная лента. По сигналу первый в команде бежит и развязывает ленту, возвращается и передаёт ленту следующему участнику команды и становится последним. Игрок с лентой бежит к стулу и завязывает её узлом, возвращается. И так до последнего игрока.

«Будь внимательным».

На одну секунду открыть стоящие на столе предметы и показать командам (для каждой - разные предметы и свой стол). Затем закрыть. Дети по очереди по памяти называют по одному предмету, стоящему на столе.

«Словесная дуэль».

Чья команда назовёт больше животных.

«Переберись на другой берег».

В действии по два малых обруча у каждой команды. Через зал пройти к линии финиша, наступая или в обруч, или на его край, передавая обручи. Должна перейти вся команда.

«Вызволи из плена».

Дети стоят в кругу (у каждой команды - свой круг) и закидывают длинную верёвку с привязанной на конце пластмассовой кеглей ребёнку, сидящему на велосипеде в стороне (расстояние - 2, 5 м), чтобы он поймал эту кеглю. Дети не должны не выходить из круга. Затем за эту верёвку они подтягивают его с велосипедом к своему кругу.

Подведение итогов.

Награждение.

Дети проходят круг почёта и выходят из зала под музыку.

Развлечение № 4

МЫ ЛЮБИМ СПОРТ

З а д а ч и : развивать умение ставить перед собой цель и достигать ее, преодолевая препятствия; учить выдержке и умению проигрывать с чувством собственного достоинства; совершенствовать физические качества (ловкость, быстроту, выносливость); развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости.

Оборудование: два мяча; два кубика (для ориентира); два ведёрка; два обруча; шишки - по количеству детей; две гимнастические палки; две кегли; эмблемы на футболках; дипломы; султанчики - по количеству детей.

Площадка украшена картинками на спортивную тему, шарами, флажками.

Ход

Дети входят на площадку под музыку и строятся в одну шеренгу.

Инструктор. Ребята, вы любите спорт? (*Ответы детей.*) Давайте сегодня посоревнуемся и поиграем. У нас сегодня праздник во славу спорта! Посмотрим, какая из команд самая ловкая, самая сильная. Согласны? Но сначала я проверю, как вы умеете разгадывать загадки.

Я начну - а вы заканчивайте,

Дружно хором отвечайте:

Игра весёлая - футбол!

Уже забили первый... (гол).

Вот пробежался быстро кто-то

И без мяча попал... (в ворота).

А Петя мяч ногою - хлоп!

И угодил мальчишке... (влоб).

Хохочет весело мальчишка,

Растёт на лбу большая... (шишка).

Но парню шишка нипочём,

Опять бежит он... (за мячом).

Молодцы, с этим заданием вы справились, теперь предлагаю размяться.

Разминка с султанчиками.

1. *И. п.* - основная стойка.

1- 2 - ногу назад на носок, руки с султанчиками вверх;

3-4 - и. п., сменить ногу (6 раз).

2. И. п. - ноги врозь.

1-2 - правая рука с султанчиком вперёд;

3-4 - вверх;

5-6 - левая рука с султанчиком вперёд;

7-8 - вверх;

9-10 - правая рука с султанчиком вперёд;

11-12 - вниз;

13-14 - левая рука с султанчиком вперёд;

15-16 - вниз (4 раза).

3. И. п. - ноги на ширине плеч.

1-2 - поворот туловища в правую сторону, руки с султанчиками в стороны;

3-4 - и. п.;

5-6 - поворот туловища в левую сторону, руки с султанчиками в стороны;

7-8 - и. п. (4 раза).

4. И. п. - основная стойка.

1-2 - поднять правую ногу, согнуть в колене, дотронуться правой рукой с султанчиком до колена;

3-4 - и. п.

То же левой ногой и рукой (4 раза).

5. «Подуй на султанчики» - упражнение на дыхание (2 раза).

Инструктор. Молодцы! Теперь все готовы к соревнованиям. В две колонны разойдись!

Дети перестраиваются в две колонны.

Конкурсная программа.

1. «Передай мяч над головой».

Дети передают в своей колонне мяч над головой вперёд, затем - назад.

2. «Передай мяч между ногами».

Дети передают мяч в своей колонне вперёд, потом - назад между широко расставленными ногами. Следить, чтобы не прокатывали мяч по полу.

3. «Докати мяч до кегли».

Головой докатить мяч до кегли (расстояние - 3 м), бегом вернуться с мячом в руках обратно и передать его следующему игроку.

4. «Кавалеристы».

Бежать галопом, зажав гимнастическую палку между ног, до кубика, обежать его и вернуться назад. Передать палку следующему игроку.

5. «Кто быстрее соберет шишки».

Дети по одному бегут с ведёрком к обручу (расстояние - 3 м), в котором лежат шишки по количеству человек в колонке. Берут одну шишку, кладут в ведёрко и возвращаются бегом назад. Передают ведёрко следующему игроку.

6. «Репка».

На кубике (расстояние - 3 м) стоит «репка» (кегля). Сначала бежит «дедушка», обегает вокруг кубика и возвращается назад, берёт за руку «бабушку», и они бегут вдвоём, затем возвращаются за «внучкой» - бегут втроём и т. д. «Мышка» забирает «репку». Выигрывает команда, которая не разорвала «цепочку» и прибежала первой с «репкой».

Подведение итогов.

Награждение. Дети проходят круг почёта и выходят под музыку с площадки.

Развлечение № 5

ДЖУНГЛИ ЗОВУТ

Задачи: совершенствовать двигательные способности детей, вызвать интерес к выполнению физкультурных упражнений; воспитывать командные качества; доставить чувство радости.

Оборудование: четыре куба; два обруча; два мяча; две дуги (высота - 50 см); два пенёчка; два колокольчика; четыре палочки; две доски; две подушки; два ведёрка с водой; две половинки от киндерсюрпризов; два стакана; «бананы» и «косточки» из бумаги, которыми жюри будет «отмечать» очки; эмблемы команд (травоядные и хищники).

Ход

Дети под музыку входят на площадку, стилизованный под джунгли.

Инструктор. Сегодня вы все - хищники и травоядные! И вы будете между собой соревноваться. А жюри будет оценивать эти соревнования. У нас две команды: команда хищников (*представление детей*) и команда травоядных (*представление детей*). Итак, начинаем! Джунгли зовут!

Конкурсная программа.

1. «Забрось мяч в обруч».

На расстоянии 3 м от каждой команды на кубе стоит капитан с обручем в руках. Каждый член команды должен забросить мяч в обруч (по очереди).

2. «Закати мяч в ворота».

На расстоянии 4 м от каждой команды стоит дуга. Каждый член команды должен проползти до дуги, толкая перед собой головой мяч, закатить мяч в ворота, взять его и бегом вернуться назад, передав мяч следующему члену команды.

3. «Позвони в звонок».

На расстоянии 4 м от каждой команды - пенёк, на котором стоит колокольчик. Каждый член команды по очереди должен на одной ноге допрыгать до колокольчика, позвонить и обратно вернуться бегом.

4. «Не урони».

На две небольшие палочки положить мяч. Надо пройти к финишу по прямой каждому члену команды до ориентира, не уронив мяч. Обратно вернуться бегом.

5. «Бой подушками».

По одному ребёнку от команды становятся на доски, положенные на два куба, (высота - 40 см) и стараются сбить друг друга подушками.

6. «Кто быстрее наполнит стакан водой».

На стартовой черте стоят кубы, на которых расположены пустые стаканы. На расстоянии 3 м стоят кубы, на которых расположены ведёрки с водой. По одному ребёнку от команды бегут к ведёркам, набирают воду половинкой от киндерсюрприза и бегом возвращаются к кубам со стаканами, выливают туда воду и передают футляр следующему игроку каждой команды. За одну минуту стакан должен быть наполнен водой.

Подведение итогов.

Награждение.

Под музыку дети выходят с площадки.

Развлечение № 6

ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ

Задачи: учить действовать в соответствии с игровыми правилами; развивать физические качества (скорость, силу, выносливость); повышать качество выполнения физических упражнений; укреплять мышечную силу и тонус; развивать вестибулярный аппарат и умение сохранять равновесие во время поворотов и наклонов; развивать глазомер; воспитывать командные качества, чувство долга и ответственности; доставить детям чувство радости.

Оборудование: два мяча; два кубика (для ориентира); две калоши; два обруча; два мешочка с песком; канат; два больших мешка; кегли (4 шт.); две «косички»; флажки - по количеству детей; эмблемы с символами команд; дипломы.

Ход

Дети под музыку входят в зал и строятся в шеренгу.

Инструктор. Ребята, вы любите спорт? (*Ответы детей.*) Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы провести спортивный праздник «Весёлые старты». А судить наши соревнования будет наше уважаемое жюри (*представление жюри*).

На разминку, шагом марш!

Разминка с флажками.

1. *И. п. — основная стойка;*

1-2 - *руки с флажками вперед-вверх;*

3-4 - *и. п. (6 раз).*

2. *И. п. - ноги на ширине плеч.*

1-2 - *руки с флажками через стороны вёрх;*

3-4 - *и. п. (6 раз).*

3. *И. п. - ноги врозь.*

1-2 - *поворот туловища вправо, руки с флажками в стороны;*

3-4 - *и. п.;*

5-6 - *поворот туловища влево, руки с флажками в стороны;*

7-8 - *и. п. (6 раз).*

4. *И. п. - ноги врозь.*

1-2 — *наклон вниз, руки с флажками назад-вверх;*

3-4 - *и. п. (6 раз).*

5. *И. п. - стоя на коленях.*

1-2 - *потянуться вверх, поднять руки с флажками вверх;*

3-4 - *и. п. (6 раз).*

6. *И. п. - основная стойка.*

1-2 - *прыжок «ноги в стороны, руки с флажками в стороны»;*

3-4 - *и. п. (6 раз).*

7. *«Подуем на флажки» - упражнение на дыхание (2 раза).*

Инструктор. А теперь, команды, для приветствия, шагом марш!

Дети перестраиваются в две колонны.

Команда «Силачи». Громко крикнем, детвора, дружное «физкульт-ура!».

Команда «Богатыри». К победе мы вперед идем и дружно песни мы поем!

Инструктор. Итак, приступаем к нашим соревнованиям.

Конкурсная программа.

1. Эстафета «Барон Мюнхгаузен».

Мюнхгаузен, Мюнхгаузен,

Любимый наш герой.

Мы на Луну, Мюнхгаузен,

Хотим лететь с тобой.

Бег с мячом в вытянутых руках до ориентира и обратно.

2. Эстафета «Маленький Мук».

Бежим, как Мук, быстрее всех,

И в беге ждёт нас всех успех.

Бег до ориентира с калошей на одной ноге и обратно.

3. Эстафета «Колобок».

Он от дедушки ушел,

Он от бабушки ушел.

Пробежал он 100 дорог,

От Лисы уйти не смог.

Прокатывание мяча обручем до ориентира. Обратно — обруч и мяч в руках.

4. «Конкурс капитанов».

Метание мешочков с песком (200 г) произвольным способом на дальность.

5. Перетягивание каната.

6. Эстафета «Кот, Петух и Лиса».

От Лисы сбежать он смог,

Наш красавец-петушок.

Прыжки на двух ногах в мешках до ориентира и обратно.

7. Большая эстафета (полоса препятствий):

8. Бег «змейкой» между кеглями (4 шт.).

9. Пролезание в обруч любым способом.

10. Перепрыгивание через «ручейк» из двух «косичек».

Инструктор. Вот и подошли к концу наши соревнования. Пора подводить итоги.

Подведение итогов.

Жюри подводит итоги. Вручение дипломов.

Дети проходят круг почёта и выходят под музыку с площадки.

Развлечение № 1.

ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЧУДЕС

З а д а ч и : совершенствовать навыки ходьбы, бега, прыжков; повысить интерес к физкультуре; в игровой форме развивать основные физические качества (силу, ловкость, выносливость, координацию движений); воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений; формировать мышечно-двигательные навыки и правильную осанку; доставить детям чувство радости.

Оборудование : клубок; дерево; «молодильное» яблоко; избушка; метла; по пять пенёчков; шишки - по количеству детей; два обруча; две корзинки; по шесть малых обручей для каждой команды; канат; домик с «болотом» (голубая ткань) вокруг; «источник» (стул, обтянутый голубой тканью, и на нем - таз с водой); два стакана; два футляра от киндерсюрприза; муляж вороны; письмо; игрушечная лягушка; «пещера»; компас; следы разной формы (сшиты из материи); два костюма зайца.

Действующие лица : Медведь, Кот учёный, (игрушка) Баба Яга, Змей Горыныч (их роли исполняют взрослые), Василиса (роль можно поручить кому-либо из девочек группы), лягушка-игрушка.

Ход

Дети входят на спортивную площадку под музыку В. Шаинского «Когда мои друзья со мной» и строятся полукругом.

Инструктор . Сегодня мы отправимся с вами в необыкновенное путешествие. Куда? Узнаете потом. Вам придётся проявить смелость, ловкость, выносливость. Справитесь? *(Ответы детей.)* Случилась большая беда. Василиса Прекрасная пропала, а вместе с ней - бурый Мишка. Где же их искать?

Воспитатель . Я не знаю. Нужно, по-моему, идти в Страну Чудес.

Инструктор . Дорога туда трудная и опасностей полна. Сможете их осилить? Справитесь? *(Ответы детей.)* Вот и хорошо. Только как мы дорогу туда найдем? Ребята, что может помочь человеку найти правильную дорогу? *(Ответы детей.)*

Верно. Вот у меня как раз есть компас, который и укажет нам дорогу в Страну Чудес.

Дети обходят зал под музыку и подходят к берлоге. Там кто-то рычит и стонет.

Инструктор . Тихо, ребята! Там кто-то есть. *(Подходит, заглядывает.)* Да это же Мишка бурый. Поранился - в лапе заноза. Давай, я помогу тебе.

(Заходит в берлогу и выносит куклу медведя.)

Медведь . Спасибо вам! А вы идёте выручать Василису? Её ведь Змей Горыныч похитил!

Инструктор . Ребята, а ведь Медведь человеческим голосом заговорил! Значит, мы уже близко к сказочной стране подошли! Мишенька, а ты не знаешь, как туда попасть?

Медведь . Как же не знать? Конечно, знаю. У нас в лесу все туда дорогу знают. Только боятся туда ходить.

Инструктор . Боятся? Значит, там опасно? Но мы же не можем Василису в беде оставить! Правда, ребята? *(Ответы детей.)* Так что расскажи нам о Стране Чудес и покажи дорогу.

Медведь . Ну, что же, слушайте.

Читает отрывок из поэмы А. С. Пушкина «Руслан и Людмила».

У лукоморья дуб зелёный;

Златая цепь на дубе том:

И днём, и ночью кот учёный
Всё ходит по цепи кругом;

Идёт направо - песнь заводит,
Налево - сказку говорит.

Там чудеса: там леший бродит,
Русалка на ветвях сидит;

Там на неведомых дорожках
Следы невиданных зверей;

Избушка там на курьих ножках
Стоит без окон, без дверей...

Там царь Кащей над златом чахнет;

Там русский дух... там Русью пахнет!

Инструктор. Как интересно! Хотя и страшновато! Ребята, а вам не страшно? (*Ответы детей.*) Вот, вы какие смелые! Только по какой дороге нам идти?

Медведь. У меня есть волшебный клубочек, он вам укажет дорогу. Вперёд!

Медведь разматывает клубок, а дети идут за ним в колонне по одному.

Инструктор. Смотрите, впереди огромное дерево! Давайте подойдем к нему и посмотрим, кто там живет. Только, чур, неслышно!

Дети на носочках идут за Инструктором, подходят к дереву.

Под деревом лежит Кот на «золотой цепи» (сделана из бумаги).

Инструктор. Вот и первый житель Страны Чудес, о котором рассказывал Мишка. Это - Кот учёный.

Кот (*просыпается*). Мр-р-р! Да, я учёный кот, а вы - кто такие? Куда идете? (*Дети отвечают, что идут спасать Василису, которую похитил Змей Горыныч.*)

Понятно, мр-р-р! Но дорога туда не близкая! Перед такой дорогой полезно отдохнуть. Присядьте на травку, а я вам песенку спою, сказку расскажу.

Дети садятся у дерева, Кот поет русскую народную колыбельную песню «Баю-баюшки-баю».

Инструктор. Ребята, да это же Кот-Баюн! Нельзя ему поддаваться, а то заснёте и не сможете выручить Василису. (*Подзывает к себе детей, шепчется с ними.*) Давайте перехитрим его, споём ему колыбельную. Он уснёт, а мы сможем идти дальше.

Дети поют без музыкального сопровождения.

Уж ты, котенька-коток, котик - серенький лобок,

Ты приходи к нам ночевать, нашу деточку качать.

Уж как я тебе, коту, за работу заплачу,

Дам кувшин молока и кусок пирога.

Кот засыпает, Инструктор срывает с дерева яблоко, и дети на носочках идут дальше.

Инструктор. Смотрите, это «молодильное» яблоко, может пригодиться! Возьмем его с собой.

Впереди разложены следы разной формы (сшиты из материи).

Инструктор. Смотрите, а вот и следы невиданных зверей! Если мы пойдем точно по следам, то они приведут нас куда нужно. Только ступайте точно, след в след.

Дети идут по следам и подходят к избушке Бабы Яги.

Инструктор. Ребята, наверное, это избушка Бабы Яги. Позовём ее.

Дети три раза повторяют: «Избушка, избушка, повернись к лесу задом, ко мне - передом».

Выходит Баба Яга.

Баба Яга. Что же это за незваные гости ко мне пожаловали, да еще и распоряжаются тут?

Да это же детки! Какие хорошенькие, чистенькие, пухленькие! Как вы догадались ко мне в гости прийти?

Дети отвечают, что идут спасать Василису.

Баба Яга. Ага! Понятно! Ишь, прыткие какие! Решили самого Змея Горыныча победить! Ну, я вас испытаю сейчас, какие вы умные и ловкие. Загадаю я вам три загадки, отгадаете - пропущу дальше, может, ещё и помогу чем, а нет... Пеняйте на себя (*облизывается*).

1. Выгляну в окошко - лежит долгий Антошка.

Кабы он встал - до неба бы достал (*Дорога.*)

2. Мать толста, дочь - красна, сын бес, долетел до небес. (*Печь, огонь, дым.*)

3. В брюхе - баня, в носу решето, на голове - пупок, всего одна рука, да и та на спине.

(*Чайник.*)

Баба Яга. Да, вижу, что вы умны и догадливы. А теперь я испытаю вашу ловкость и силу.

Соревнования.

1. «Полёт на метле».

Пробежать «змейкой» с метлой между ног, обегая пенёчки, обратно - бегом.

2. «Заячьи бега».

Надеть шапочку и перчатки зайца, допрыгать до пенёчка, обратно - бегом.

3. «Кто больше шишек наберёт».

В обручах лежат шишки - по количеству детей. Каждый ребёнок (по очереди) с корзинкой бежит к обручу, кладёт одну шишку в корзинку, бежит назад, передаёт корзинку следующему

игроку.

Баба Яга. Ну, не ожидала! А вы и впрямь и умные, и ловкие, и сильные! Но последнее состязание вам не выиграть!

Игра «Бабка Ёжка».

Дети. Бабка Ёжка, костяная ножка.

С печки упала, ножку сломала.

А потом и говорит: «У меня нога болит».

Разбегаются по залу, а Баба Яга старается их догнать. Никого не догоняет, плачет.

Баба Яга. Конечно, обрадовались. Победили старушку и рады! Вы-то молодые и ловкие! А я - старая, несчастная!

Инструктор. Ребята, давайте пожалеем Бабу Ягу. Она совсем не злая. Просто старая и немощная. Придумала! Давайте дадим ей молодильное яблоко! То-то она обрадуется!

Дают Бабе Яге «яблоко», она скрывается в избушке, снимает парик, под лохмотьями нарядная юбка и кофта. Выходит с зеркальцем, любуется на себя.

Баба Яга. Ох и красавица я стала! Прямо как сто лет назад! Ой, спасибо! Вот уж порадовали! Просите за это всё, что хотите!

Инструктор. Покажи нам дорогу к Змею Горынычу.

Баба Яга. Ой, что вы, что вы! Зачем вам туда идти? Оставайтесь лучше со мной.

Инструктор *(вместе с детьми).* Нельзя нам, Баба Яга! Василиса без нас пропадёт. Спешить нам надо!

Баба Яга. Ваша правда! Ну что же, идите. Вы такие смелые и сильные, что обязательно победите Змея Горыныча. А добираться к нему надо так: идите вперёд, задом наперёд, придёте туда - не знаю куда, увидите то - не знаю что.

Дети. Спасибо. *(Собираются уходить.)*

Баба Яга. Погодите, я сегодня очень добрая, поэтому скажу вам один секрет. Даже если вы победите Змея Горыныча, так просто вам Василису Прекрасную не расколдовать! Заколдовал он её страшным колдовством! Больше я вам ничего не скажу! На этом моя доброта заканчивается! Ха-ха-ха!

Убегает в избушку.

Инструктор. Вот ведь какая Баба Яга! Не смогла быть доброй до конца. Но ничего, мы и сами справимся! Верно, ребята? В путь!

Дети идут спиной вперёд и подходят к пещере Змея Горыныча (на ширму натянут кусок материи, покрашенный под каменную стену).

Инструктор. А вот и логовище Змея. Вызываем тебя на смертный бой!

Выходит Змей Горыныч.

Змей. Много слышал я о вашей смелости да ловкости! Ну, что же. Посмотрим, кто кого осилит! Знаю я, зачем вы меня ищете! За Василисой пришли! Ну что же! Проверю я вашу ловкость! Перед вами самое топкое болото во всей Стране Чудес! Сумеете по кочкам перебраться на другую сторону?

Дети по малым обручам друг за другом переходят «болото».

Змей. Ну, молодцы! Вот вам ещё одно испытание. Перетягивание каната *(с одной стороны - дети, с другой - Змей).*

Змей. Нет, с такими богатырями мне не справиться. Уйду- ка я подобра-поздорову. Забирайте свою Василису, если сможете *(уходит).*

Инструктор. Молодцы, ребята! И Змей Горыныча победили! Но где же Василиса? И чем это пугали нас Баба Яга и Змей Горыныч? Надо быть готовыми к любым неожиданностям.

Слышала я, что любит Змей Горыныч превращать людей в лягушек. Болото-то, вот оно!

Стоит домик, кругом - вода, осока, камыши (декорации: ручей - ткань голубая, по краям ткани - выполненная из покрашенного в желтый цвет картона осока, на картоне закреплены камыши).

Из окошка выглядывает лягушка (игрушка).

Инструктор. Змей Горыныч и Василису превратил в Лягушку. Как же нам теперь быть? Ребята, Я вспомнила, что недалеко от пещеры Змея Горыныча есть источник с живой водой. Змей охраняет и источник, и Василису. Давайте подойдем к нему и посмотрим.

Подходят к «пещере», возле неё - источник (стоит стул, обернутый голубой тканью, на нём - таз с водой).

Инструктор. Вот и источник! Только не спешите, здесь какая-то хитрость скрывается. Помните, Баба Яга и Змей Горыныч о чем-то предупреждали?! Давайте внимательно посмотрим вокруг.

На «пещере» - муляж вороны, в клюве — письмо:

«Кто успеет за шестьдесят мгновений набрать достаточное количество воды, тот и спасёт Василису. Кто не успеет - сам лягушкой станет. Но набирать надо в скорлупки яиц волшебной птицы Рух».

Возле домика - «источник» (стоят два стула, на них - два стакана). Около «источника» лежат две «скорлупки» (половинки от футляра киндерсюрприза).

Инструктор. Вот что это за хитрость! Очень опасно всё это! Попробуем, ребята? (*Ответ детей.*) А что же это за «мгновения»?

Дети. Минуты, секунды.

Инструктор. Да, наверное, это секунды. Значит, мы должны за шестьдесят секунд, то есть за одну минуту, набрать воды. Успеем? (*Ответы детей.*) Хорошо, давайте попробуем.

А чтобы было быстрее и воды было больше, давайте разделимся на 2 команды. Я считаю: 1, 2, 3 - начали!

В аудиозаписи начинают звучать удары колокола, отсчитывающие время.

Дети берут по одной «скорлупке» на каждую команду, набирают по очереди воды из «источника» и бегут к стаканам. Переливают в них воду и возвращаются обратно, передавая «скорлупки» следующему члену команды.

Инструктор. Успели! Давайте побрызгаем на лягушку отсюда.

Брызгают водой на лягушку, она исчезает, а из домика выходит Василиса Прекрасная (девочка).

Василиса. Спасибо, люди добрые, что вы освободили меня от чар злого Змея Горыныча.

Низкий вам поклон! Сумею ли я отблагодарить вас? Выведу я вас из Страны Чудес, так как здесь еще много всяких опасностей и ловушек. Идите за мной.

Дети идут за Василисой по залу под музыку и идут в группу, где им предлагается угощение.

Развлечение № 2

НА ПРАЗДНИКЕ У ЖИВОТНЫХ

Задачи: продолжать знакомить детей с окружающим миром, воспитывать любовь и бережное отношение к животным; формировать двигательные умения и навыки; упражнять в звукоподражании; доставить детям чувство радости.

Оборудование: самодельная игрушечная ёлка; сундучок, в нем игрушки: котёнок, щенок, утёнок, телёнок, козлёнок, барашек; обруч; палочка; ёлочные игрушки, сделанные своими руками; эмблемы (кружки) разных цветов; детские (игрушечные) санки (2 шт.); кубики для ориентира (2 шт.); колокольчик.

Ход

Дети входят на спортивную площадку под музыку и подходят к игрушечной ёлке под которой стоит сундучок.

Звучит запись:

Я - красивый сундучок.

Вам, ребята, я дружок.

Очень хочется мне знать,

Как вы любите играть.

Здравствуйте, давайте играть вместе.

Инструктор. Здравствуй, Сундучок! А что ты нам принес?

Сундучок. Я вам принес игрушки.

Дети. Вот спасибо (*хлопают в ладоши*). А какие игрушки ты нам принес?

Сундучок. Я знаю, что вы все любите домашних животных и дружите с ними. Поэтому уверен, что мои игрушки вам понравятся.

Инструктор открывает сундучок, достает игрушки и предлагает детям выполнить движения со звукоподражанием:

1. котёнок, мяукая, тянется вверх, царапая дерево коготками;
2. щенок, лая, приседает (с упором на руки);
3. неуклюжий утёнок, крякая, переваливается с боку на бок;

4. телёнок, мыча, наклоняется вперёд и бодается;
5. козлёнок резво прыгает;
6. барашек блеет (*дети показывают, какие у него закрученные рога*).

Игра «Я учу говорить его».

Котёнок есть во дворе моём, я учу говорить его, а котёнок: «мяу».

Щенок есть во дворе моём, я учу говорить его,

А он в ответ: «Гав-гав», а котёнок: «Мяу-мяу».

Утёнок есть во дворе моём. Я учу говорить его.

А он в ответ: «Кря-кря», а щенок: «Гав-гав», а котёнок: «Мяу-мяу».

Телёнок есть во дворе моём. Я учу говорить его.

А он в ответ: «Му-му-му», а утёнок: «Кря-кря», а щенок: «Гав-гав», а котёнок: «Мяу-мяу».

Козлёнок есть во дворе моем. Я учу говорить его.

А он в ответ: «Ме-ме», а телёнок: «Му-му», а утёнок: «Кря-кря», а щенок: «Гав-гав», а котёнок: «Мяу-мяу».

Барашек есть во дворе моем, я учу говорить его. А он в ответ: «Бе-бе», а козлёнок: «Ме-ме», а телёнок: «Му-му», а утёнок: «Кря-кря», а щенок: «Гав-гав», а котёнок: «Мяу-мяу».

Инструктор. Вот вы научились подражать животным. А могут они подражать людям? Давай те посмотрим.

Выступление «дрессированной овчарки».

Инструктор вызывает «овчарку» (роль исполняет кто-либо из детей), которая садится рядом с хозяином, движется рядом с хозяином (ходьба и бег парами), выполняет команды «сидеть», «лежать», «стоять», прыгает в обруч, бежит за палочкой.

Инструктор. Вот такая дрессированная овчарка у меня! А теперь пусть все ребятки превратятся в щенят и выполнят все команды дрессировщика.

Дети по команде ходят и бегают по кругу парами, садятся, ложатся, прыгают через обручи (один держит в паре, второй прыгает и наоборот).

Инструктор. Ребята, а наш телёнок очень проголодался. Давайте привезём ему сена.

Игра-соревнование «Кто быстрее привезёт сено».

Два ребёнка бегут с игрушечными тележкой до определенного ориентира (кубик) и возвращаются бегом обратно. Затем бежит следующая пара.

Инструктор. Ребята, а вот козлёнок просит, чтобы вы угадали, как зовёт его мама, когда они гуляют вместе. Угадали?

Дети угадывают.

Инструктор. Козлёнок говорит, что мама его зовёт Колокольчиком.

Игра «Колокольчик».

Дети располагаются в центре зала и закрывают глаза. Инструктор отходит от них подальше и звонит в колокольчик, прячет его и возвращается к детям, предлагает найти колокольчик.

Инструктор. А вот теперь барашек хочет, чтобы мы поиграли в его любимую игру, которая называется «Стадо».

Игра «Стадо».

Дети выбирают отважного «пса», который будет охранять «барашков». Дети вместе с ведущим подходят к инструктору - «пастуху» - со словами:

Ой, ду-ду, ду-ду, ду-ду, потерял пастух дуду.

А я дудочку нашла, пастушку я отдала.

Ну-ка, милый пастушок, ты спеши-ка на лужок.

Там овечка лежит, на барашка глядит.

Пастух и пёс выгоняют стадо в поле, по команде «волк» загоняют стадо домой.

Инструктор. Ребята, мы с вами сегодня столько полезного сделали! Познакомились с домашними животными и поиграли с ними! А теперь пора и домой возвращаться.

Дети выходят из зала под музыку.

Развлечение № 3

ПУТЕШЕСТВИЕ В ДЖУНГЛИ

З а д а ч и : определить проявление борцовско-волевых качеств в спортивных соревнованиях, играх и эстафетах; совершенствовать двигательные способности детей; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости.

Оборудование : кубики (по 5 штук для каждой команды); две пары сапог; две игрушки; два стула; две ленточки; два стола с игрушками (по 10 шт.) для каждой команды (столы накрыты простыней); четыре малых обруча; две верёвки с кеглей на конце; два велосипеда; эмблемы с дикими и травоядными животными на футболках; «бананы» и «косточки» из бумаги, которыми жюри будет «отмечать» очки.

Ход

Дети под музыку входят на площадку, стилизованный под джунгли, и строятся в одну шеренгу.

И н с т р у к т о р . Сегодня вы не просто дети. Сегодня вы превратитесь в животных и станете хищниками и травоядными. Справа от меня будет команда хищников, а слева - травоядных. А судить наши соревнования будет жюри (*представление жюри*). Итак, команды, по местам шагом марш!

Эстафеты.

«Пройди по болоту».

Пройти по кубикам до ориентира, обратно вернуться бегом.

«Сапоги-скороходы».

Обуть сапоги, с игрушкой добежать до ориентира, обежать вокруг, вернуться бегом и передать игрушку следующему участнику команды.

«Завяжи и развяжи».

На расстоянии 4 м от каждой команды стоит стул, к которому привязана узлом цветная лента. По сигналу первый в команде бежит и развязывает ленту, возвращается и передаёт ленту следующему участнику команды и становится последним. Игрок с лентой бежит к стулу и завязывает её узлом, возвращается. И так до последнего игрока.

«Будь внимательным».

На одну секунду открыть стоящие на столе предметы и показать командам (для каждой - разные предметы и свой стол). Затем закрыть. Дети по очереди по памяти называют по одному предмету, стоящему на столе.

«Словесная дуэль».

Чья команда назовёт больше животных.

«Переберись на другой берег».

В действии по два малых обруча у каждой команды. Через зал пройти к линии финиша, наступая или в обруч, или на его край, передавая обручи. Должна перейти вся команда.

«Вызволи из плена».

Дети стоят в кругу (у каждой команды - свой круг) и закидывают длинную верёвку с привязанной на конце пластмассовой кеглей ребёнку, сидящему на велосипеде в стороне (расстояние - 2, 5 м), чтобы он поймал эту кеглю. Дети не должны не выходить из круга. Затем за эту верёвку они подтягивают его с велосипедом к своему кругу.

Подведение итогов.

Награждение.

Дети проходят круг почёта и выходят из зала под музыку.

Развлечение № 4

МЫ ЛЮБИМ СПОРТ

З а д а ч и : развивать умение ставить перед собой цель и достигать ее, преодолевая препятствия; учить выдержке и умению проигрывать с чувством собственного достоинства; совершенствовать физические качества (ловкость, быстроту, выносливость); развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать командные качества; доставить детям чувство радости.

Оборудование : два мяча; два кубика (для ориентира); два ведёрка; два обруча; шишки - по количеству детей; две гимнастические палки; две кегли; эмблемы на футболках; дипломы; султанчики - по количеству детей.

Площадка украшена картинками на спортивную тему, шарами, флажками.

Ход

Дети входят на площадку под музыку и строятся в одну шеренгу.

И н с т р у к т о р . Ребята, вы любите спорт? (*Ответы детей.*) Давайте сегодня посоревнуемся и

поиграем. У нас сегодня праздник во славу спорта! Посмотрим, какая из команд самая ловкая, самая сильная. Согласны? Но сначала я проверю, как вы умеете разгадывать загадки.

Я начну - а вы заканчивайте,

Дружно хором отвечайте:

Игра весёлая - футбол!

Уже забили первый... (гол).

Вот разбежался быстро кто-то

И без мяча попал... (в ворота).

А Петя мяч ногою - хлоп!

И угодил мальчишке... (влоб).

Хохочет весело мальчишка,

Растёт на лбу большая... (шишка).

Но парню шишка нипочём,

Опять бежит он... (за мячом).

Молодцы, с этим заданием вы справились, теперь предлагаю размяться.

Разминка с султанчиками.

1. *И. п.* - основная стойка.

2- 2 - ногу назад на носок, руки с султанчиками вверх;

3-5 - *и. п.*, сменить ногу (6 раз).

2. *И. п.* - ноги врозь.

1-2 - правая рука с султанчиком вперёд;

3-4 - вверх;

5-6 - левая рука с султанчиком вперёд;

7-9 - вверх;

9-10 - правая рука с султанчиком вперёд;

11-12 - вниз;

13-14 - левая рука с султанчиком вперёд;

15-17 - вниз (4 раза).

3. *И. п.* - ноги на ширине плеч.

1-2 - поворот туловища в правую сторону, руки с султанчиками в стороны;

3-4 - *и. п.*;

5-6 - поворот туловища в левую сторону, руки с султанчиками в стороны;

7-9 - *и. п.* (4 раза).

4. *И. п.* - основная стойка.

1-2 - поднять правую ногу, согнуть в колене, дотронуться правой рукой с султанчиком до колена;

3-4 - *и. п.*

То же левой ногой и рукой (4 раза).

5. «Подуй на султанчики» - упражнение на дыхание (2 раза).

Инструктор. Молодцы! Теперь все готовы к соревнованиям. В две колонны разойдись!

Дети перестраиваются в две колонны.

Конкурсная программа.

1. «Передай мяч над головой».

Дети передают в своей колонне мяч над головой вперёд, затем - назад.

2. «Передай мяч между ногами».

Дети передают мяч в своей колонне вперёд, потом - назад между широко расставленными ногами. Следить, чтобы не прокатывали мяч по полу.

3. «Докати мяч до кегли».

Гловой докатить мяч до кегли (расстояние - 3 м), бегом вернуться с мячом в руках обратно и передать его следующему игроку.

4. «Кавалеристы».

Бежать галопом, зажав гимнастическую палку между ног, до кубика, обежать его и вернуться назад. Передать палку следующему игроку.

5. «Кто быстрее соберет шишки».

Дети по одному бегут с ведёрком к обручу (расстояние - 3 м), в котором лежат шишки по количеству человек в колонке. Берут одну шишку, кладут в ведёрко и возвращаются бегом назад. Передают ведёрко следующему игроку.

6. «Репка».

На кубике (расстояние - 3 м) стоит «репка» (кегля). Сначала бежит «дедушка», обегает вокруг кубика и возвращается назад, берёт за руку «бабушку», и они бегут вдвоём, затем возвращаются за «внучкой» - бегут втроём и т. д. «Мышка» забирает «репку». Выигрывает команда, которая не разорвала «цепочку» и прибежала первой с «репкой».

Подведение итогов.

Награждение. Дети проходят круг почёта и выходят под музыку с площадки.

Развлечение № 5

ДЖУНГЛИ ЗОВУТ

Задачи: совершенствовать двигательные способности детей, вызвать интерес к выполнению физкультурных упражнений; воспитывать командные качества; доставить чувство радости.

Оборудование: четыре куба; два обруча; два мяча; две дуги (высота - 50 см); два пенёчка; два колокольчика; четыре палочки; две доски; две подушки; два ведёрка с водой; две половинки от киндерсюрпризов; два стакана; «бананы» и «косточки» из бумаги, которыми жюри будет «отмечать» очки; эмблемы команд (травоядные и хищники).

Ход

Дети под музыку входят на площадку, стилизованный под джунгли.

Инструктор. Сегодня вы все - хищники и травоядные! И вы будете между собой соревноваться. А жюри будет оценивать эти соревнования. У нас две команды: команда хищников (представление детей) и команда травоядных (представление детей). Итак, начинаем! Джунгли зовут!

Конкурсная программа.

1. «Забрось мяч в обруч».

На расстоянии 3 м от каждой команды на кубе стоит капитан с обручем в руках. Каждый член команды должен забросить мяч в обруч (по очереди).

2. «Закати мяч в ворота».

На расстоянии 4 м от каждой команды стоит дуга. Каждый член команды должен проползти до дуги, толкая перед собой головой мяч, закатить мяч в ворота, взять его и бегом вернуться назад, передав мяч следующему члену команды.

3. «Позвони в звонок».

На расстоянии 4 м от каждой команды - пенёк, на котором стоит колокольчик. Каждый член команды по очереди должен на одной ноге допрыгать до колокольчика, позвонить и обратно вернуться бегом.

4. «Не урони».

На две небольшие палочки положить мяч. Надо пройти к финишу по прямой каждому члену команды до ориентира, не уронив мяч. Обратно вернуться бегом.

5. «Бой подушками».

По одному ребёнку от команды становятся на доски, положенные на два куба, (высота - 40 см) и стараются сбить друг друга подушками.

6. «Кто быстрее наполнит стакан водой».

На стартовой черте стоят кубы, на которых расположены пустые стаканы. На расстоянии 3 м стоят кубы, на которых расположены ведёрки с водой. По одному ребёнку от команды бегут к ведёркам, набирают воду половинкой от киндерсюрприза и бегом возвращаются к кубам со стаканами, выливают туда воду и передают футляр следующему игроку каждой команды. За одну минуту стакан должен быть наполнен водой.

Подведение итогов.

Награждение.

Под музыку дети выходят с площадки.

Развлечение № 6

ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ

Задачи: учить действовать в соответствии с игровыми правилами; развивать физические качества (скорость, силу, выносливость); повышать качество выполнения физических упражнений; укреплять мышечную силу и тонус; развивать вестибулярный аппарат и умение сохранять равновесие во время поворотов и наклонов; развивать глазомер; воспитывать командные качества, чувство долга и ответственности; доставить детям чувство радости.

Оборудование: два мяча; два кубика (для ориентира); две калоши; два обруча; два мешочка с песком; канат; два больших мешка; кегли (4 шт.); две «косички»; флажки - по количеству детей; эмблемы с символами команд; дипломы.

Ход

Дети под музыку входят в зал и строятся в шеренгу.

Инструктор. Ребята, вы любите спорт? (*Ответы детей.*) Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы провести спортивный праздник «Весёлые старты». А судить наши соревнования будет наше уважаемое жюри (*представление жюри*).

На разминку, шагом марш!

Разминка с флажками.

1. *И. п.* — основная стойка;

1-2 - руки с флажками вперед-вверх;

3-4 - *и. п.* (6 раз).

2. *И. п.* - ноги на ширине плеч.

1-2 - руки с флажками через стороны ввверх;

3-4 - *и. п.* (6 раз).

3. *И. п.* - ноги врозь.

1-2 - поворот туловища вправо, руки с флажками в стороны;

3-4 - *и. п.*;

5-6 - поворот туловища влево, руки с флажками в стороны;

7-8 - *и. п.* (6 раз).

4. *И. п.* - ноги врозь.

1-2 — наклон вниз, руки с флажками назад-вверх;

3-4 - *и. п.* (6 раз).

5. *И. п.* - стоя на коленях.

1-2 - потянуться вверх, поднять руки с флажками вверх;

3-4 - *и. п.* (6 раз).

6. *И. п.* - основная стойка.

1-2 - прыжок «ноги в стороны, руки с флажками в стороны»;

3-4 - *и. п.* (6 раз).

7. «Подуем на флажки» - упражнение на дыхание (2 раза).

Инструктор. А теперь, команды, для приветствия, шагом марш!

Дети перестраиваются в две колонны.

Команда «Силачи». Громко крикнем, детвора, дружное «физкульт-ура!».

Команда «Богатыри». К победе мы вперед идем и дружно песни мы поем!

Инструктор. Итак, приступаем к нашим соревнованиям.

Конкурсная программа.

1. Эстафета «Барон Мюнхгаузен».

Мюнхгаузен, Мюнхгаузен,

Любимый наш герой.

Мы на Луну, Мюнхгаузен,

Хотим лететь с тобой.

2. Эстафета «Маленький Мук». Бежим, как Мук, быстрее всех,
И в беге ждёт нас всех успех.

3. Эстафета «Колобок». Он от дедушки ушел,
Он от бабушки ушел. Пробежал он 100 дорог, От Лисы уйти не смог.

Бег с мячом в вытянутых руках до ориентира и обратно.

Бег до ориентира с калошей на одной ноге и обратно. Прокатывание мяча обручем до ориентира.

Обратно — обруч и мяч в руках.

4. «Конкурс капитанов».

Метание мешочков с песком (200 г) произвольным способом на дальность.

5. Перетягивание каната.

6. Эстафета «Кот, Петух и Лиса».

От Лисы сбежать он смог,
Наш красавец-петушок.

Прыжки на двух ногах в мешках до ориентира и обратно.

7. Большая эстафета (полоса препятствий):

8. Бег «змейкой» между кеглями (4 шт.).

9. Пролезание в обруч любым способом.

10. Перепрыгивание через «ручeyк» из двух «косичек».

Инструктор. Вот и подошли к концу наши соревнования. Пора подводить итоги.

Подведение итогов.

Жюри подводит итоги. Вручение дипломов.

Дети проходят круг почёта и выходят под музыку с площадки.