



## Сентябрь

| Содержание организованной образовательной деятельности   |   |   |   |  | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|---|---|--|--|
| Темы<br>Этапы занятия  | 1-я неделя  | 2-я неделя  | 3-я неделя<br>«Овощи на огороде»  | 4-я неделя<br>«Фрукты и ягоды в саду и лесу»   |  |
| <p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице</p> |   |   |   |  | <p><b>Здоровье:</b><br/>формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.</p> <p><b>Безопасность:</b><br/>формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p><b>Труд:</b> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду.</p> <p><b>Познание:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения</p> |
| <b>Вводная часть</b>   | Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена  |   |   |  |  |
| <b>ОРУ</b>   | Без предметов   | С флажками  | С мячом   | С обручем  |  |
| <b>Основные виды движений</b>  | 1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см).<br>2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).<br>3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см).<br>4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка. | 1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».<br>2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях.<br>3. Повтор подпрыгивания.<br>4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. | 1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях.<br>2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.<br>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.<br>4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.<br>5. Прыжки на двух ногах между кеглями | 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.<br>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.<br>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.<br>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах |  |
| <b>Подвижные игры</b>  | «Найди себе пару»   | «Пробеги тихо»  | «Огуречик, огуречик»  | «Подарки»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>  | «Гуси идут купаться».<br>Ходьба в колонне   | «Карлики и великаны»  | «Капуста - редиска».  | «Пойдём в гости»   |  |

|  |           |  |  |  |  |
|--|-----------|--|--|--|--|
|  | по одному |  |  |  |  |
|--|-----------|--|--|--|--|

## ОКТАБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |  |  |   | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|--|--|---|--|
| Темы<br>Этапы занятия   | 1-я неделя<br>«Лес: деревья и кустарники»  | 2-я неделя<br>«Лес: ягоды и грибы»   | 3-я неделя<br>«Осень»  | 4-я неделя<br>«Играем в цирк»   |  |
| <p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»</p> |  |  |  |   | <p><b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.</p> <p><b>Познание:</b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p><b>Музыка:</b> разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.</p> <p><b>Труд:</b> учить готовить</p> |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба в рассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках   |  |  |   |  |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов  | Со скакалками  | С кубиками   | С султанчиками  |  |
| <b>Основные виды движений</b>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.</li> <li>2. Прыжки на двух ногах до предмета.</li> <li>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</li> <li>2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.</li> <li>3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</li> <li>2. Подлезание под дуги.</li> <li>3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.</li> <li>2. Прокатывание мяча по дорожке.</li> <li>3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.</li> <li>4. Игровое задание «Кто быстрее».</li> </ol> |  |

|                           |                          |  |                 |                                      |  |
|---------------------------|--------------------------|--|-----------------|--------------------------------------|--|
| <b>Подвижные игры</b>     | «Кот и мыши»             | «Цветные автомобили»                               | «Совушка»,      | «Мы – весёлые ребята»,<br>«Карусель» | инвентарь перед началом проведения занятий и игр |
| <b>Малоподвижные игры</b> | «Дерево, кустик, травка» | Ходьба в рассыпную по залу<br>«По грибы, по ягоды» | «Повстречались» | «Пропавшие ручки».                   |  |

### НОЯБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности        |   |               |                  |                | Интеграция образовательных областей |
|---|---|---------------|------------------|----------------|-------------------------------------|
| Темы  | 1-я - 2-я неделя  |               | 3-я - 4-я неделя |                |                                     |
| <b>Этапы занятия</b>  | «Одежда и обувь+ материалы для них»   |               | «Дикие животные» |                |                                     |
| <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> | <p>знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p> |               |                  |                | <p><b><u>Безопасность:</u></b></p>  |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал  |               |                  |                |                                     |
| <b>ОРУ</b>  | Без предметов   | Со скакалками | С кубиками       | С султанчиками |                                     |

|                               |  |   |   |   |   |
|-------------------------------|--|---|---|---|---|
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.<br>2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м).<br>3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.<br>4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м) | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.<br>4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м) | 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.<br>2. Прыжки через бруски (взмах рук).<br>3. Ходьба по шнуру (по кругу).<br>4. Прыжки через бруски.<br>5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.<br>2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.<br>3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю» | формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.<br><b>Познание:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз |
| <b>Подвижные игры</b>         | «Быстрее к своему флажку»  | «Подарки»   | «Лиса в курятнике»  | «У медведя во бору»   |   |
| <b>Малоподвижные игры</b>     | игра «Назови одежду и обувь» (игры с мячом)  | «На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим.   | «Звериная зарядка»,   | «Три медведя»   |   |

### ДЕКАБРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности        |  |            |             |  | Интеграция образовательных областей   |
|---|--|------------|-------------|--|---|
| Темы  | 1-я - 2-я неделя   | 3-я неделя | 4-я неделя  |  |   |
| <b>Этапы занятия</b>  | «Птицы»  | «Зима»     | «Новый год» |  | <b>Здоровье:</b><br>рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. |
| <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> | владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям |            |             |  |   |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне  |            |             |  | <b>Коммуникация:</b>  |

| ОРУ                           | Без предметов  | С малым мячом  | С кубиками  | С султанчиками   |   |
|-------------------------------|--|--|---|--|---|
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Прыжки со скамейки (20см).<br>2. Прокатывание мячей между набивными мячами.<br>3. Прыжки со скамейки (25см).<br>4. Прокатывание мячей между предметами.<br>5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см) | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.<br>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.<br>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей | 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз).<br>2. Ходьба по скамейке, руки на поясе.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.<br>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | 1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом).<br>2. Перепрыг. через кубики на двух ногах.<br>3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола.<br>4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).<br>5. Спрыгивание с гимнастической скамейки | обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.<br><b>Безопасность:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.<br><b>Социализация:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками |
| <b>Подвижные игры</b>         | «Птички и птенчики»  | «Птички в гнздышках»   | «Снежинки-пушинки»  | «Мороз красный нос»  |   |
| <b>Малоподв. игры</b>         | «Найдем воробышка»   | «Летает – не летает»   | «Кто дальше бросит снежок»  | «Елочка»   |   |

### ЯНВАРЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности |   |            |  |  | Интеграция образовательных областей  |
|--|---|------------|--|--|--|
| Темы   | 1-я неделя  | 2-я неделя | 3-я неделя<br>«Обитатели уголка природы» | 4-я/5-я неделя<br>«Комнатные растения» |  |
| Этапы занятия  |   |            |  |  | <b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.<br><b>Коммуникация:</b> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать |
|  | <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх |            |  |  |  |
| <b>Вводная часть</b>                                   | Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий  |            |  |  |  |

| ОРУ                           | С мячом  | С веревкой   | С обручем  | Без предметов  | словарь.   |
|-------------------------------|--|--|--|--|--|
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками.<br>2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.<br>3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.<br>4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу) | 1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза).<br>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза) | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.<br>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.<br>4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.<br>2. Перешагивание через кубики.<br>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).<br>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу) | <b>Труд:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.<br><b>Социализация:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.<br><b>Познание:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.<br><b>Музыка:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки |
| <b>Подвижные игры</b>         | «Найди себе пару»  | «Самолёты»   | «Зайка беленький сидит»  | «Собери букет»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>     | «Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)  | «Зимушка-зима». Танцевальные движения  | «Жили – были зайчики»  | «Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)   |  |

## ФЕВРАЛЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности  |  |                     |              |             | Интеграция образовательных областей  |
|---|--|---------------------|--------------|-------------|--|
| Темы  | 1-я неделя   | 2-я неделя          | 3-я неделя   | 4-я неделя  |  |
| <b>Этапы занятия</b>  | «Играем в музей»   | «Домашние животные» | «Наша армия» | «Профессии» | <b>Здоровье:</b> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании.<br><b>Труд:</b> учить самостоятельно готовить и убирать место |
| <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры |  |                     |              |             |  |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег враспынную с остановкой, перестроение в звенья |                     |              |             |  |

|                               |   |  |  |  |  |
|-------------------------------|---|--|--|--|--|
| <b>ОРУ</b>                    | Без предметов   | С мячом  | С гантелями  | Без предметов  | <p>проведения занятий и игр.</p> <p><b>Социализация:</b> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.</p> <p><b>Познание:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу</p> |
| <b>Основные виды движений</b> | <p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.).</p> <p>4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)</p> | <p>1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке</p> | <p>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.</p> <p>2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см).</p> <p>4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)</p> | <p>1. Ходьба и бег по наклонной доске.</p> <p>2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».</p> <p>3. Игровое задание «Пробеги по мостику».</p> <p>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p> |  |
| <b>Подвижные игры</b>         | «Поход в музей»   | «Лохматый пес»   | Эстафетная игра «Наша армия сильна»  | «Плотники»   |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>     | Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»  | «Кошечка крадется»   | «Танки»  | «Маляры»   |  |

**МАРТ**

| Содержание организованной образовательной деятельности  |   |                  |                  |           | Интеграция образовательных областей   |  |
|---|---|------------------|------------------|-----------|---|--|
| Темы  | 1-я неделя  | 2-я неделя       | 3-я - 4-я неделя |           |   |  |
| Этапы занятия   | «Посуда + материалы для посуды»   | «Мамин праздник» | «Весна»          |           | <p><b>Здоровье:</b> формировать навык оказания первой помощи при травме.</p> <p><b>Безопасность:</b> учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы</p> |  |
| <p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперед, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»</p> |   |                  |                  |           |   |  |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, враспынную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три |                  |                  |           |   |  |
| <b>ОРУ</b>  | С обручем   | С малым мячом    | С флажками       | С лентами |   |  |

|                               |   |   |   |   |   |
|-------------------------------|---|---|---|---|---|
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Прыжки в длину с места (фронтально).<br>2. Перебрасывание мешочков через шнур.<br>3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).<br>4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь) | 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м).<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.<br>3. Прокатывание мячей между предметами.<br>4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине | 1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.<br>2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.<br>3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию.<br>4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз.<br>5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.<br>6. Прыжки на двух ногах через шнуры | 1. Ходьба и бег по наклонной доске.<br>2. Перешагивание через набивные мячи.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.<br>4. Прыжки на двух ногах через кубики | и бега по наклонной доске.<br><b>Коммуникация:</b> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры.<br><b>Познание:</b> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор |
| <b>Подвижные игры</b>         | Эстафетная игра «Собери набор»  | «Мы веселые ребята»   | «Ручеек»  | «Бег по дорожке»  |   |
| <b>Малоподв. игрв</b>         | «Пузыри в стакане»  | «Мама спит, она устала»   | «Подснежники»   | «По камушкам»   |   |

### АПРЕЛЬ

| Содержание организованной образовательной деятельности        |   |                                    |                                |                 | Интеграция образовательных областей   |
|---|---|------------------------------------|--------------------------------|-----------------|---|
| Темы  | 1-я неделя  | 2-я неделя                         | 3-я неделя                     | 4-я/5 -я неделя |   |
| <b>Этапы занятия</b>  | «Достопримечательности нашего посёлка»  | «Бытовые приборы – наши помощники» | «Человек –его тело и здоровье» | «На лугу»       | <b>Здоровье:</b> рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко.<br><b>Безопасность:</b> учить правилам безопасности при метании предметов |
| <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> | соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз |                                    |                                |                 |   |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; в рассыпную между предметами, не задевая их   |                                    |                                |                 |   |

|                               |   |   |  |   |  |
|-------------------------------|---|---|--|---|--|
| <b>ОРУ</b>                    | Без предметов   | С мячом   | С косичкой   | Без предметов   | разными способами в цель.  |
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Прыжки в длину с места (фронтально).<br>2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно.<br>3. Метание мячей в вертикальную цель.<br>4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз | 1. Метание мешочков на дальность.<br>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.<br>3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.<br>2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.<br>3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти | 1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см).<br>2. Прыжки в длину с места.<br>3. Перебрасывание мячей друг другу.<br>4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками | <b>Музыка:</b> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.<br><b>Чтение:</b> подобрать стихи на тему «Журавли летят» и «Весёлые лягушата», учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение |
| <b>Подвижные игры</b>         | «Совушка»   | «Найди свой цвет»   | «Зайка серый умывается»  | «Прыжки на травке»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>     | «Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках   | Игра с мячом «Назови бытовые приборы»   | «Будем здоровыми»  | «Дом»   |  |

### МАЙ

| Содержание организованной образовательной деятельности        |   |  |                                |                      | Интеграция образовательных областей   |
|---|---|--|--------------------------------|----------------------|---|
| Темы  | 1-я неделя<br>«Насекомые»   | 2-я неделя<br>«Цветы и травянистые растения» | 3-я неделя<br>«Пресмыкающиеся» | 4-я неделя<br>«Лето» |   |
| Этапы занятия   |   |  |                                |                      | <b>Здоровье:</b> учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.<br><b>Безопасность:</b> учить соблюдать правила безопасности во время лазания по |
| <b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> | владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде |  |                                |                      |   |
| <b>Вводная часть</b>  | Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»  |  |                                |                      |   |

| ОРУ                           | С кубиками  | С обручем  | С гимнастической палкой   | Без предметов   | гимнастической стенке разными способами.   |
|-------------------------------|---|--|---|---|--|
| <b>Основные виды движений</b> | 1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.<br>2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м).<br>3. Метание правой и левой рукой на дальность | 1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.<br>2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.<br>3. Прыжки через скакалку.<br>4. Подвижная игра «Удочка» | 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше.<br>2. Прыжки на двух ногах между предметами.<br>3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек | 1. Прыжки на двух ногах через шнуры.<br>2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.<br>3. Игровое задание «Один – двое».<br>4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока | <b>Социализация:</b><br>формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды.<br><b>Коммуникация:</b><br>формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры |
| <b>Подвижные игры</b>         | «Пчелки»  | «Собери букет»   | «Лягушки»   | «Прыжки на травке»  |  |
| <b>Малоподвижные игры</b>     | «Муравьишки»  | Дыхательное упражнение «Одуванчик»   | «Угадай, где спрятано»  | «По дорожке»  |  |

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Планирование занятий по физическому воспитанию дошкольников средней группы отвечает следующим программным требованиям:

- продолжать работу по укреплению и охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков;
  - совершенствовать пространственную ориентировку детей;
- поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

**К концу года дети могут:**

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.

- Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой.
- Ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, стопы и ладони.
- Принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1.5 м.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии до 500 м., выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
- Ориентироваться в пространстве, находить правую и левую стороны.
- Выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.