

**Физическое развитие – младшая группа (3-4 лет)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата месяц | Тема недели | Цель недели | Тема занятий | Цель занятия |
| Сентябрь  1-2 | Здравствуй, детский сад! | Адаптация детей к условиям детского сада и формирование положительных эмоций к близкому социальному окружению детей. | «Разноцветные мячи» | Оказание помощи детям узнать на собственном чувственном опыте свойства мяча. |
| Сентябрь  5-9 | Кладовая природы. Труд людей осенью. | Ознакомление детей с понятием овощи, грибы, ягоды, трудом людей осенью. | «Разноцветные мячи» | Обеспечение условий для освоения двигательных действий с мячом. |
| Сентябрь  12-16 | Семья и семейные традиции. | Развитие представления детей о семье как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге. | «Разноцветные мячи» | Обучение бросания мяча об пол двумя руками, бросание мяча вперед двумя руками от груди и бег за ним. |
| Сентябрь  19-23 | Мой город. | Развитие элементарных представлений о родном городе. | «Разноцветные мячи» | Развитие ориентировки в пространстве в играх с мячом. |
| Сентябрь  26-30 | Неделя безопасности. | Развитие навыков безопасного поведения дома, на улице, на игровой площадке, | «Разноцветные мячи» | Формирование элементов произвольности в играх с мячом. |
| Октябрь  3-7 | Золотая осень. | Развитие представлений детей о времени года «Осень» и ее признаках | «В гости к мячам» | Способствование освоению техники катания мяча, бега на ним. |
| Октябрь  10-14 | Природа Красноярского края | Ознакомление детей с природой Красноярского края. | «В гости к мячам» | Развитие умения прыгать на двух ногах. |
| Октябрь  17-21 | Профессии. | Ознакомление детей с несколькими видами профессий (доктор, парикмахер, повар). | «В гости к мячам» | Содействие развитию быстроты, ловкости, координации движений. |
| Октябрь 24-28 | Родная страна – Россия. | Формирование первоначальных знаний и представлений о родине | «В гости к мячам» | Создание условий для гармоничного физического и психического развития каждого ребенка. |
| Октябрь -Ноябрь  31-4 | Животный мир. | Развитие представлений у детей о диких животных, их внешнем виде. | «Мячи-колобки» | Развитие техники ходьбы и бега, катания и метания мяча, изменяя способы их выполнения. |
| Ноябрь  7-11 | Неделя творчества. | Развитие эстетического восприятия, эстетических эмоций и чувств. | «Мячи-колобки» | Развитие координационных способностей, внимания, памяти. |
| Ноябрь  14-18 | Уроки вежливости и этикета. | Формирование у детей первичных представлений о нравственных нормах отношений с окружающими. | «Мячи-колобки» | Поддержание интереса к двигательной деятельности с нетрадиционным оборудованием. |
| Ноябрь 21-25 | Спорт. | Формирование представлений о здоровом образе жизни | «Мячи-колобки» | Формирование умения бросать мяч вперед двумя руками от груди и бег за ним. |
| Ноябрь Декабрь  28-2 | Зимушка – зима. | Обучение умению детей различать смену времен года, выделять характерные приметы зимы. | «Мячи-колобки» | Создание психоэмоционального комфорта. |
| Декабрь  5-9 | Неделя сказки. | Формирование представлений о народных сказках, устном народном творчестве. | «Мячи-шалунишки» | Развитие умения использовать знакомые предметы в незнакомых ситуациях. |
| Декабрь  12-16 | Мастерская Деда Мороза. | Формирование представлений детей о празднике Новый год. | «Мячи-шалунишки» | Обучение умению бросать и ловить мяч. |
| Декабрь  19-23 | Зимние чудеса. Новогодний праздник. | Побуждение детей видеть и эмоционально воспринимать красоту зимней природы, многообразие природного мира; развитие интереса к новогоднему празднику. | «Мячи-шалунишки» | Развитие ловкости. |
| Декабрь  26-30 | Русские народные игры. | Развитие у детей дошкольного возраста устойчивый интерес к русской народной культуре. | «Мячи-шалунишки» | Развитие устойчивого интереса у действиям с мячом. |
| Январь  9-13 | Продукты | Расширение представлений детей о продуктах питания. | «Чудесный мешочек» | Закрепление умения закатывать маленький мяч в обруч. |
| Январь  16-20 | Одежда | Продолжение ознакомления детей с предметами одежды, различать по сезону. | «Чудесный мешочек» | Обучение умению бросать мяч одной рукой вдаль. |
| Январь 23-27 | Искусство и культура | Формирование представлений детей о видах искусства, о роли искусства в жизни человека. | «Чудесный мешочек» | Развитие быстроты реакции, ориентировку в пространстве, зрительно-двигательную координацию. |
| Январь - Февраль  30-3 | Деревья и кустарники | Ознакомление с особенностями внешнего вида и названием деревьев и кустарников (берёза, сосна.акация). | «Большие и маленькие мячи» | Закрепление умения бросать мяч двумя руками об пол. |
| Февраль  6-10 | Неделя книги | Приобщение детей к художественной литературе. | «Большие и маленькие мячи» | Развитие умения катать мяч в парах. |
| Февраль  13-17 | Мальчики и девочки | Формирование понятия о гендерной принадлежности, видеть сходство и различия между мальчиками и девочками. | «Большие и маленькие мячи» | Развитие быстроты реакции, ориентирование в пространстве. |
| Февраль 20-24 | Защитники Отечества | Ознакомление детей с военными профессиями (летчик, моряк, танкист и т.д.), с военной техникой (корабль, самолет, танк). | «Большие и маленькие мячи» | Формирование зрительно-двигательной координации. |
| Февраль - Март  27-3 | Весна пришла! | Формирование и систематизация знаний детей о характерных признаках весны. | «Большие и маленькие мячи» | Укрепление опорно-двигательного аппарата. |
| Март  6-10 | Международный женский день | Способствование формированию представлений у детей о празднике 8 марта. | «Мячи-великаны» | Обогащение и разнообразие двигательного опыта детей в игровых упражнениях с фитнес-мячами. |
| Март  13-17 | Правила поведения на дорогах | Формирование элементарных представлений о правилах дорожного движения. | «Мячи-великаны» | Создание ситуаций, побуждающих детей к изменению способов выполнения движений. |
| Март  20-24 | Единство и дружба народов планеты Земля | Формирование первичных представлений о многообразии народов, живущих на земле; показать различия и сходство народов разныхрас. | «Мячи-великаны» | Развитие ориентировки в пространстве. |
| Март-  27-31 | Предметы обихода | Ознакомление детей с предметами домашнего обихода: посуда. | «Мячи-великаны» | Формирование навыков безопасного поведения в играх с фитнес-мячами. |
| Апрель  3-7 | Транспорт | Формирование  элементарных представления о транспорте и его основных частях, | «Мячи-ежики» | Закрепление в игровой форме основных видов движений (ходьба, бег, ползание, метание) |
| Апрель  10-14 | Космические просторы | Ознакомление детей: с понятием космос в игровой форме, в космосе находятся планеты: солнце, луна и другие; в космос летают ракеты с космонавтами. | «Мячи-ежики» | Обогащение и разнообразие двигательного опыта детей. |
| Апрель  17-21 | Подводный мир | Формирование знаний детей о представителях подводного мира, их жизни в водной среде | «Мячи-ежики» | Развитие внимания, познавательной активности. |
| Апрель  24-28 | Мир птиц | Обогащение представлений детей о птицах, об образе жизни. | «Мячи-ежики» | Развитие умения действовать по правилам, играть в детском коллективе. |
| Май  1-5 | Мир насекомых | Формирование представления о жизни насекомых. | «Мячи-великаны» и «мячи-малыши» | Закрепление умения катать маленький мяч вокруг большого одной рукой. |
| Май  8-12 | День великой Победы | Формирование элементарных представлений о празднике победы. | «Мячи-великаны» и «мячи-малыши» | Формирование умения бросать маленький мяч одной рукой в цель (цель – большой мяч). |
| Май  15-19 | Игрушки | Формирование знаний детей об игрушках. | «Мячи-великаны» и «мячи-малыши» | Развитие быстроты реакции, ориентировки в пространстве, зрительно-двигательную координацию. |
| Май  22-26 | Неделя здоровья | Формирование первоначальных представлений об охране жизни и сохранения здоровья. | «Мячи-великаны» и «мячи-малыши» | Укрепление опорно-двигательного аппарата. |

**Физическое развитие – средняя группа (4-5 лет)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата месяц | Тема недели | Цель недели | Тема занятий | Цель занятия |
| Сентябрь  1-2 | Здравствуй, детский сад! | Адаптация детей к условиям детского сада и формирование положительных эмоций к близкому социальному окружению детей. | Построение в шеренгу, проверка равновесия. Перестроение в три колонны. | Формирование умений детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. |
| Сентябрь  5-9 | Кладовая природы. Труд людей осенью. | Ознакомление детей с понятием овощи, грибы, ягоды, трудом людей осенью. | Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу. | Формирование умений детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. |
| Сентябрь  12-16 | Семья и семейные традиции. | Развитие представления детей о семье как о людях, которые живут вместе, любят друг друга, заботятся друг о друге. | Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании). | Формирование умений детей в ходьбе колонной по одному, беге в рассыпную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. |
| Сентябрь  19-23 | Мой город. | Развитие элементарных представлений о родном городе. | Ходьба в колонне по одному; бег врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании). Перестроение в три колонны. | Закрепление умений детей останавливаться по сигналу во время ходьбы, закреплять умение группироваться при лазании под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |
| Сентябрь  26-30 | Неделя безопасности. | Развитие навыков безопасного поведения дома, на улице, на игровой площадке, | Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры. | Формирование умений детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. |
| Октябрь  3-7 | Золотая осень. | Развитие представлений детей о времени года «Осень» и ее признаках | Построение в шеренгу. | Формирование умений детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. |
| Октябрь  10-14 | Природа Красноярского края | Ознакомление детей с природой Красноярского края. | Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. | Повторение ходьбы в колонне по одному, развитие глазомера и ритмичности при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазании под дугу. |
| Октябрь  17-21 | Профессии. | Ознакомление детей с несколькими видами профессий (доктор, парикмахер, повар). | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную | Формирование умений детей в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазание под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. |
| Октябрь 24-28 | Родная страна – Россия. | Формирование первоначальных знаний и представлений о родине | Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. |
| Октябрь -Ноябрь  31-4 | Животный мир. | Развитие представлений у детей о диких животных, их внешнем виде. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, переход на обычную ходьбу. | Формирование умений детей в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. |
| Ноябрь  7-11 | Неделя творчества. | Развитие эстетического восприятия, эстетических эмоций и чувств. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление; ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную. | Формирование умений детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. |
| Ноябрь  14-18 | Уроки вежливости и этикета. | Формирование у детей первичных представлений о нравственных нормах отношений с окружающими. | Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную – по сигналу остановиться и принять какую-либо позу | Формирование умений детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. |
| Ноябрь 21-25 | Спорт. | Формирование представлений о здоровом образе жизни | Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала; ходьба и бег врассыпную по сигналу перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне. | Развитие внимания детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. |
| Ноябрь Декабрь  28-2 | Зимушка – зима. | Обучение умению детей различать смену времен года, выделять характерные приметы зимы. | Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу. | Формирование умений детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. |
| Декабрь  5-9 | Неделя сказки. | Формирование представлений о народных сказках, устном народном творчестве. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную. | Формирование умений детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. |
| Декабрь  12-16 | Мастерская Деда Мороза. | Формирование представлений детей о празднике Новый год. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную. | Формирование умений детей в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. |
| Декабрь  19-23 | Зимние чудеса. Новогодний праздник. | Побуждение детей видеть и эмоционально воспринимать красоту зимней природы, многообразие природного мира; развитие интереса к новогоднему празднику. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную. | Формирование умений детей в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. |
| Декабрь  26-30 | Русские народные игры. | Развитие у детей дошкольного возраста устойчивый интерес к русской народной культуре. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными врассыпную по всему залу. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами, не задавая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. |
| Январь  9-13 | Продукты | Расширение представлений детей о продуктах питания. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными врассыпную по всему залу. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами, не задавая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. |
| Январь  16-20 | Одежда | Продолжение ознакомления детей с предметами одежды, различать по сезону. | Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную. | Формирование умений детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. |
| Январь 23-27 | Искусство и культура | Формирование представлений детей о видах искусства, о роли искусства в жизни человека. | Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную (2-3 раза). | Формирование умений детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. |
| Январь - Февраль  30-3 | Деревья и кустарники | Ознакомление с особенностями внешнего вида и названием деревьев и кустарников (берёза, сосна, акация). | Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег врассыпную. | Повторение ходьбы и бега между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. |
| Февраль  6-10 | Неделя книги | Приобщение детей к художественной литературе. | Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег врассыпную. | Повторение ходьбы и бега между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. |
| Февраль  13-17 | Мальчики и девочки | Формирование понятия о гендерной принадлежности, видеть сходство и различия между мальчиками и девочками. | Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. | Формирование умений детей в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать по шнур. |
| Февраль 20-24 | Защитники Отечества | Ознакомление детей с военными профессиями (летчик, моряк, танкист и т.д.), с военной техникой (корабль, самолет, танк). | Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. | Формирование умений детей в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать по шнур. |
| Февраль - Март  27-3 | Весна пришла! | Формирование и систематизация знаний детей о характерных признаках весны. | Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5- 6 штук; ходьба и бег врассыпную. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. |
| Март  6-10 | Международный женский день | Способствование формированию представлений у детей о празднике 8 марта. | Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5- 6 штук; ходьба и бег врассыпную. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. |
| Март  13-17 | Правила поведения на дорогах | Формирование элементарных представлений о правилах дорожного движения. | Ходьба в колонне по одному, на сигнал остановиться поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удержать равновесие, затем продолжить ходьбу. | Формирование умений детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, прыжка из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. |
| Март  20-24 | Единство и дружба народов планеты Земля | Формирование первичных представлений о многообразии народов, живущих на земле; показать различия и сходство народов разных рас. | Ходьба в колонне по одному; по сигналу переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании. | Формирование умений детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. |
| Март-  27-31 | Предметы обихода | Ознакомление детей с предметами домашнего обихода: посуда. | Ходьба в колонне по одному. По сигналу идти через середину зала к стойке, затем в противоположную сторону к двери, потом к окну. | Формирование умений детей в ходе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. |
| Апрель  3-7 | Транспорт | Формирование  элементарных представления о транспорте и его основных частях, | Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. | Формирование умений детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и бег врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| Апрель  10-14 | Космические просторы | Ознакомление детей: с понятием космос в игровой форме, в космосе находятся планеты: солнце, луна и другие; в космос летают ракеты с космонавтами. | Ходьба в колонне по одному. | Формирование умений детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную. |
| Апрель  17-21 | Подводный мир | Формирование знаний детей о представителях подводного мира, их жизни в водной среде | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде. | Формирование умений детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке. |
| Апрель  24-28 | Мир птиц | Обогащение представлений детей о птицах, об образе жизни. | Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановиться. | Формирование умений детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. |
| Май  1-5 | Мир насекомых | Формирование представления о жизни насекомых. | Ходьба в колонне по одному. | Формирование умений детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. |
| Май  8-12 | День великой Победы | Формирование элементарных представлений о празднике победы. | Ходьба в колонне по одному в обход зала | Формирование умений детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метание мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. |
| Май  15-19 | Игрушки | Формирование знаний детей об игрушках. | Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную. | Формирование умений детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| Май  22-26 | Неделя здоровья | Формирование первоначальных представлений об охране жизни и сохранения здоровья. | Ходьба в колонне по одному. | Развитие ловкости и глазомера при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. |

**Физическое воспитание старшая группа (5-6 лет)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема недели** | **Цели недели** | **Тема занятия** | | **Цель занятия** | |
| Сентябрь 1-2 | «Здравствуй, детский сад!» | Формирование представлений и положительного отношения к профессии воспитателя, другим профессиям дошкольных работников, детскому саду как ближайшему социуму. |  | |  | |
| Сентябрь  5-9 | «Кладовая природы. Труд людей осенью» | Обобщение и расширение знания детей старшего дошкольного возраста об осенних явлениях природы, об осеннем урожае и сельскохозяйственных работах. |  | |  | |
| Сентябрь  12-16 | «Семья и семейные традиции» | Расширение представления детей старшего дошкольного возраста о родственных отношениях, формирование интереса к своей родословной, представления о семейных традициях. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному (прыжком). | Формирование умений детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры | |
| Сентябрь  19-23 | «Мой город» | Расширение представления о понятии «родной город», об истории города Канска и выдающихся горожанах. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному. | Разучивание ходьбы и бега с изменением темпа движения по сигналу инструктора; разучивание пролезания в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. | |
| Сентябрь  26-30 | «Неделя безопасности» | Овладение элементарными правилами безопасного поведения дома, на улице, в общественных местах, в том числе в экстремальных ситуациях. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному | Разучивание поворота по сигналу инструктора во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. | |
| Октябрь  3-17 | «Золотая осень» | Расширение знаний детей старшего дошкольного возраста об осени как времени года, о понятии «Золотая осень» | Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Бег врассыпную. | Повторение ходьбы с изменением темпа движения; развитие координации движений и глазомера при метании в цель; упражнять в равновесии. | |
| Октябрь  10-14 | «Природа Красноярского края» | Формирование представления о родном крае как о Малой Родине. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по два. | Формирование умений детей в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. | |
| Октябрь  17-21 | «Профессии» | Расширение и закрепление знаний детей старшего дошкольного возраста о профессиях, их особенностях и значимости в жизни людей. | Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами, поставленными в одну линию. | Повторение ходьбы с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах | |
| Октябрь  24-28 | «Родная страна Россия» | Закрепление знания детей старшего дошкольного возраста о государственной символике, ознакомление с историей, культурой, языком, традициями, природой, достопримечательностями родной страны, со столицей и другими крупными городами России. | Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами, поставленными в одну линию. | Повторение ходьбы с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах | |
| Ноябрь  1-3 | «Животный мир» | Расширение и систематизация знаний о домашних и диких животных. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения. Бег между кубиками, поставленными в один ряд. Ходьба и бег в чередовании, перестроение в колонну по трое. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами | |
| Ноябрь  7-11 | «Неделя творчества» | Развитие интереса к предметам рукотворного мира. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения. Бег между кубиками, поставленными в один ряд. Ходьба и бег в чередовании, перестроение в колонну по трое. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами | |
| Ноябрь  14-18 | «Уроки вежливости и этикета» | Формирование доброжелательности, вежливости, уважения к окружающим. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в один ряд. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом | |
| Ноябрь  21-25 | «Спорт» | Формирование знания детей старшего дошкольного возраста о спорте, видах спорта. | Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в один ряд. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом | |
| Декабрь  28-2 | «Зимушка – зима» | Развитие познавательного интереса к зимней природе. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба | Повторение ходьбы с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках | |
| Декабрь  5-9 | «Неделя сказки» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста интереса к сказкам. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба | Повторение ходьбы с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках. | |
| Декабрь  12-16 | «Мастерская Деда Мороза» | Развитие познавательного интереса к «Мастерской Деда Мороза». | Построение в одну шеренгу, проверка равнения и осанки. Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами с соблюдением определенной дистанции друг от друга. Ходьба и бег в чередовании | Формирование умений детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. | |
| Декабрь  19-23 | «Зимние чудеса. Новогодний праздник» | Обобщение и уточнение знаний детей старшего дошкольного возраста о зиме и зимних забавах, о празднике «Новый год», о традиции, объединяющей людей всего мира. | Общеразвивающие упражнения с обручем. | Формирование умений детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча | |
| Декабрь  26-30 | «Русские народные игры» | Знакомство детей старшего дошкольного возраста с традициями русского народа, с подвижными играми. | Общеразвивающие упражнения с флажками | Формирование умений детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. | |
| Январь  9-13 | «Продукты» | Закрепление знаний о продуктах питания, о профессиях людей, которые участвуют в изготовлении продуктов питания и их реализации. | Общеразвивающие упражнения с флажками | Формирование умений детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. | |
| Январь  16-20 | «Одежда» | Расширение представлений об одежде, обуви, её назначении, деталях, из которых она состоит. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. ходьба врассыпную на команду «Сделай фигуру» | Формирование умений детей в сохранении устойчивого равновесия. | |
| Январь  23-27 | «Искусство и культура» | Расширение представления детей старшего дошкольного возраста о видах искусства, о роли искусства в жизни человека; приобщение детей к истокам отечественной культуры. | Общеразвивающие упражнения с кубиком | Формирование устойчивого равновесия при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. | |
| Февраль  30-3 | «Деревья и кустарники» | Совершенствование знаний детей старшего дошкольного возраста о деревьях и кустарниках (названия, строение). | Общеразвивающие упражнения с веревкой | Повторение ходьбы и бега по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой | |
| Февраль  6-10 | «Неделя книги» | Развитие интереса к художественной литературе. | Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке | Повторение ходьбы и бега между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. | |
| Февраль  13-17 | «Мальчики и девочки» | Формирование гендерной принадлежности у детей старшего дошкольного возраста. | Общеразвивающие упражнения с обручем | Повторение ходьбы и бега между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. | |
| Февраль  20-22 | «Защитники Отечества» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста чувства патриотизма, гордости и уважения за Российскую армию. | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой | Формирование умений детей в ходьбе и беге в рассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. | |
| Март  27-3 | «Весна пришла!» | Закрепление знаний о весенних изменениях в природе. | Общеразвивающие упражнения с большим мячом. | Повторение ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. | |
| Март  6-10 | «Международный женский день» | Воспитание у детей старшего дошкольного возраста нравственных чувств, уважение к женщинам. | Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами; разучивание метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. | |
| Март  13-17 | «Правила поведения на дорогах» | Закрепление знаний детей старшего дошкольного возраста о правилах дорожного движения. | Общеразвивающие упражнения с малым мячом | Разучивание ходьбы по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер | |
| Март  20-24 | «Единство и дружба народов планеты Земля» | Формирование знаний детей старшего дошкольного возраста, о многообразии народов, живущих на Земле; о различии и сходстве народов разных рас. | Общеразвивающие упражнения | Повторение ходьбы и бега по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. | |
| Март  27-31 | «Предметы обихода» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста представлений о предметах быта, их роли в жизни человека. | Общеразвивающие упражнения с обручем. | Формирование умений детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. | |
| Апрель  3-7 | «Транспорт» | Закрепление знаний о видах транспорта и его назначении (наземный, подземный, водный, воздушный). | Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой; бег врассыпную. | Повторение ходьбы и бега по кругу, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании | |
| Апрель  10-14 | «Космические просторы» | Формирование представления о космических просторах, о выдающихся людях. | Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой | Повторение ходьбы и бега между предметами; разучивание прыжков с короткой скакалкой | |
| Апрель  17-21 | «Подводный Мир» | Формирование знаний детей старшего дошкольного возраста об обитателях подводного мира. | Общеразвивающие упражнения с малым мячом. | Повторение метания в вертикальную цель, развитие ловкости и глазомер; | |
| Апрель  24-28 | «Мир птиц» | Развитие у детей старшего дошкольного возраста познавательного интереса к жизни птиц. | Общеразвивающие упражнения. | Закрепление навыков лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. | |
| Май  2-5 | «День великой Победы» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста представления о празднике – «9 мая», осуществление патриотического воспитания; воспитание уважения к ветеранам войны. | Общеразвивающие упражнения. | Закрепление навыков лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. | |
| Май  10-12 | «Мир насекомых» | Развитиеу детей старшего дошкольного возраста познавательного интереса к жизни насекомых. | Общеразвивающие упражнения | Формирование умений детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. | |
| Май  15-19 | «Игрушки» | Расширение представления детей старшего дошкольного возраста об игрушках, о видах игрушек, о материалах из которых они сделаны. Воспитывать бережное отношение к ним. | Общеразвивающие упражнения | Формирование умений детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. | |
| Май  22-31 | «Неделя здоровья» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни. | Общеразвивающие упражнения | Формирование умений детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. | |

**Физическое воспитание подготовительная группа (6 -7 лет)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Тема недели** | **Цели недели** | **Тема занятия** | | **Цель занятия** |
| Сентябрь 1-2 | «Здравствуй, детский сад!» | Формирование представлений и положительного отношения к профессии воспитателя, другим профессиям дошкольных работников, детскому саду как ближайшему социуму. |  | |  |
| Сентябрь  5-9 | «Кладовая природы. Труд людей осенью» | Обобщение и расширение знания детей старшего дошкольного возраста об осенних явлениях природы, об осеннем урожае и сельскохозяйственных работах. |  | |  |
| Сентябрь  12-16 | «Семья и семейные традиции» | Расширение представления детей старшего дошкольного возраста о родственных отношениях, формирование интереса к своей родословной, представления о семейных традициях. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному (прыжком). | Формирование умений детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры | |
| Сентябрь  19-23 | «Мой город» | Расширение представления о понятии «родной город», об истории города Канска и выдающихся горожанах. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному. | Формирование умений детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения по сигналу инструктора; разучивание пролезания в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках. | |
| Сентябрь  26-30 | «Неделя безопасности» | Овладение элементарными правилами безопасного поведения дома, на улице, в общественных местах, в том числе в экстремальных ситуациях. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному | Разучивание поворота по сигналу инструктора во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. | |
| Октябрь  3-17 | «Золотая осень» | Расширение знаний детей старшего дошкольного возраста об осени как времени года, о понятии «Золотая осень» | Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Бег врассыпную. | Повторение ходьбы с изменением темпа движения; развитие координации движений и глазомера при метании в цель; упражнять в равновесии. | |
| Октябрь  10-14 | «Природа Красноярского края» | Формирование представления о родном крае как о Малой Родине. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по два. | Формирование умений детей в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. | |
| Октябрь  17-21 | «Профессии» | Расширение и закрепление знаний детей старшего дошкольного возраста о профессиях, их особенностях и значимости в жизни людей. | Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами, поставленными в одну линию. | Повторение ходьбы с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах | |
| Октябрь  24-28 | «Родная страна Россия» | Закрепление знания детей старшего дошкольного возраста о государственной символике, ознакомление с историей, культурой, языком, традициями, природой, достопримечательностями родной страны, со столицей и другими крупными городами России. | Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами, поставленными в одну линию. | Повторение ходьбы с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах | |
| Ноябрь  1-3 | «Животный мир» | Расширение и систематизация знаний о домашних и диких животных. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения. Бег между кубиками, поставленными в один ряд. Ходьба и бег в чередовании, перестроение в колонну по трое. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами | |
| Ноябрь  7-11 | «Неделя творчества» | Развитие интереса к предметам рукотворного мира. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения. Бег между кубиками, поставленными в один ряд. Ходьба и бег в чередовании, перестроение в колонну по трое. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами | |
| Ноябрь  14-18 | «Уроки вежливости и этикета» | Формирование доброжелательности, вежливости, уважения к окружающим. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в один ряд. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом | |
| Ноябрь  21-25 | «Спорт» | Формирование знания детей старшего дошкольного возраста о спорте, видах спорта. | Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу; бег между предметами, поставленными в один ряд. | Формирование умений детей в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом | |
| Декабрь  28-2 | «Зимушка – зима» | Развитие познавательного интереса к зимней природе. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба | Повторение ходьбы с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках | |
| Декабрь  5-9 | «Неделя сказки» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста интереса к сказкам. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба | Повторение ходьбы с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках. | |
| Декабрь  12-16 | «Мастерская Деда Мороза» | Развитие познавательного интереса к «Мастерской Деда Мороза». | Построение в одну шеренгу, проверка равнения и осанки. Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами с соблюдением определенной дистанции друг от друга. Ходьба и бег в чередовании | Формирование умений детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. | |
| Декабрь  19-23 | «Зимние чудеса. Новогодний праздник» | Обобщение и уточнение знаний детей старшего дошкольного возраста о зиме и зимних забавах, о празднике «Новый год», о традиции, объединяющей людей всего мира. | Общеразвивающие упражнения с обручем. | Формирование умений детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча | |
| Декабрь  26-30 | «Русские народные игры» | Знакомство детей старшего дошкольного возраста с традициями русского народа, с подвижными играми. | Общеразвивающие упражнения с флажками | Формирование умений в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. | |
| Январь  9-13 | «Продукты» | Закрепление знаний о продуктах питания, о профессиях людей, которые участвуют в изготовлении продуктов питания и их реализации. | Общеразвивающие упражнения с флажками | Формирование умений в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. | |
| Январь  16-20 | «Одежда» | Расширение представлений об одежде, обуви, её назначении, деталях, из которых она состоит. | Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. ходьба врассыпную на команду «Сделай фигуру» | Формирование умений детей в сохранении устойчивого равновесия. | |
| Январь  23-27 | «Искусство и культура» | Расширение представления детей старшего дошкольного возраста о видах искусства, о роли искусства в жизни человека; приобщение детей к истокам отечественной культуры. | Общеразвивающие упражнения с кубиком | Формирование устойчивого равновесия при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. | |
| Февраль  30-3 | «Деревья и кустарники» | Совершенствование знаний детей старшего дошкольного возраста о деревьях и кустарниках (названия, строение). | Общеразвивающие упражнения с веревкой | Повторение ходьбы и бега по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой | |
| Февраль  6-10 | «Неделя книги» | Развитие интереса к художественной литературе. | Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке | Повторение ходьбы и бега между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. | |
| Февраль  13-17 | «Мальчики и девочки» | Формирование гендерной принадлежности у детей старшего дошкольного возраста. | Общеразвивающие упражнения с обручем | Повторение ходьбы и бега между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии. | |
| Февраль  20-22 | «Защитники Отечества» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста чувства патриотизма, гордости и уважения за Российскую армию. | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой | Формирование умений детей в ходьбе и беге в рассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. | |
| Март  27-3 | «Весна пришла!» | Закрепление знаний о весенних изменениях в природе. | Общеразвивающие упражнения с большим мячом. | Повторение ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. | |
| Март  6-10 | «Международный женский день» | Воспитание у детей старшего дошкольного возраста нравственных чувств, уважение к женщинам. | Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке. | Формирование умений детей в ходьбе и беге между предметами; разучивание метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. | |
| Март  13-17 | «Правила поведения на дорогах» | Закрепление знаний детей старшего дошкольного возраста о правилах дорожного движения. | Общеразвивающие упражнения с малым мячом | Разучивание ходьбы по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер | |
| Март  20-24 | «Единство и дружба народов планеты Земля» | Формирование знаний детей старшего дошкольного возраста, о многообразии народов, живущих на Земле; о различии и сходстве народов разных рас. | Общеразвивающие упражнения | Повторение ходьбы и бега по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. | |
| Март  27-31 | «Предметы обихода» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста представлений о предметах быта, их роли в жизни человека. | Общеразвивающие упражнения с обручем. | Формирование умений детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. | |
| Апрель  3-7 | «Транспорт» | Закрепление знаний о видах транспорта и его назначении (наземный, подземный, водный, воздушный). | Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой; бег врассыпную. | Повторение ходьбы и бега по кругу, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании | |
| Апрель  10-14 | «Космические просторы» | Формирование представления о космических просторах, о выдающихся людях. | Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой | Повторение ходьбы и бега между предметами; разучивание прыжков с короткой скакалкой | |
| Апрель  17-21 | «Подводный Мир» | Формирование знаний детей старшего дошкольного возраста об обитателях подводного мира. | Общеразвивающие упражнения с малым мячом. | Повторение метания в вертикальную цель, развитие ловкости и глазомер; | |
| Апрель  24-28 | «Мир птиц» | Развитие у детей старшего дошкольного возраста познавательного интереса к жизни птиц. | Общеразвивающие упражнения. | Закрепление навыков лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. | |
| Май  2-5 | «День великой Победы» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста представления о празднике – «9 мая», осуществление патриотического воспитания; воспитание уважения к ветеранам войны. | Общеразвивающие упражнения. | Закрепление навыков лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. | |
| Май  10-12 | «Мир насекомых» | Развитиеу детей старшего дошкольного возраста познавательного интереса к жизни насекомых. | Общеразвивающие упражнения | Формирование умений детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. | |
| Май  15-19 | «Игрушки» | Расширение представления детей старшего дошкольного возраста об игрушках, о видах игрушек, о материалах из которых они сделаны. Воспитывать бережное отношение к ним. | Общеразвивающие упражнения | Формирование умений детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. | |
| Май  22-31 | «Неделя здоровья» | Формирование у детей старшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни. | Общеразвивающие упражнения | Формирование умений детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. | |

**Планируемые мероприятия:**

1. Музыкально-спортивное развлечение «День знаний!» (для всех возрастных групп).
2. Веселые старты – городские соревнования (подготовительные группы).
3. Развлечение «Встреча друзей» (Детский дом им. Ю.А.Гагарина и подготовительная группа).
4. Развлечение «Зов джунглей» (старшая и разновозрастная группы).
5. Развлечение «В гости к нам пришёл Айболит» (ясельная и младшая группы).
6. Развлечение «23 февраля» (подготовительные группы.)
7. Развлечение «Мои любимые игрушки » (ясельная и младшая группы).
8. Неделя здоровья (для всех возрастных групп).

**Список использованной литературы:**

1. Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. Образовательная деятельность на прогулках. Старшая группа. Картотека прогулок на каждый день по программе «Детство», для воспитателей и руководителей ДОУ/Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2017. – 321с.

2.Волошина Л.Н., Серых Л.В., Курилова Т.В. Парциальная программа и авторская технология «Мой веселый звонкий мяч. Физическое развитие детей раннего возраста /Волошина Л.Н., Серых Л.В., Курилова Т.В. – М.:Издательский дом «Цветной мир», 2020.– 64 с.

3. Гуськова А.А. Подвижные и речевые игры для детей 5 -7 лет. Развитие моторики, коррекция координации движений и речи /Гуськова А.А. – Волгоград: Учитель, 2014.– 188 с.

4. Ермак Н.Н. Физкультурные занятия в детском саду: творческая школа для дошколят / Серия «Мир вашего ребенка» /Ермак Н.Н. - Ростов н/Д.: «Феникс», 2004. – 288с.

5. Ефименко Н. Театр физического развития и оздоровления дошкольников / Ефименко Н. - Москва, 2014.

6. Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник / Змановский Ю.Ф. - М.: ТЦ Сфера, 2015. – 78с.

7. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет /Картушина М.Ю. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 96 с. (Серия «Вместе с детьми»).

8. Л.В. Кочеткова (под. ред.) Оздоровление детей в условиях детского сада/ Под ред. Л.В. Кочетковой. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 112с. – (Библиотека руководителя ДОУ).

9. Н.В. Сократова( под.ред.) Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. Пособие / Под. общ. ред. Н.В. Сократова. – М.: ТЦ Сфера, 2005.– 224 с. (Учебное пособие).

10. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3- 4 лет / Пензулаева Л.И. - М.: Мозаика – Синтез, 2009. – 78с.

11. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа / Пензулаева Л.И. - М.: Мозаика – Синтез, 2009. – 112 с.

12. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа / Пензулаева Л.И. - М.: Мозаика – Синтез, 2009. – 124с.

13. Подольская Е.И. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы, занятия, физические упражнения. Первая младшая группа / Подольская Е.И. – Волгоград: Учитель, 2011. – 258 с.

14. Прохорова Г.А. Утренняя гимнастика для детей 2 – 7 лет / Прохорова Г.А. – М.: Айрис – пресс, 2004. – 80с. – (Дошкольное воспитание и развитие).

15. Рунова М.А. Движение день за днем. Двигательная активность – источник здоровья детей. (Комплексы физических упражнений и игр для детей 5-7 лет с использованием вариативной физкультурно – игровой среды). Методические рекомендации для воспитателей ГОУ и родителей / Рунова М.А. – М., ЛИНКА-ПРЕСС, 2007. – 96 с. + цв.вкл.16 с.

16. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста /Федорова С.Ю. – М.: Мозайка – Синтез, 2017. – 83 с.

17. Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников /Харченко Т.Е. - СПб.: Детство – Пресс, 2015. – 96 с.