Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное

 учреждение центр развития ребенка –

 детский сад «Золотая рыбка»

г. Лянтор

*Комплексно - тематическое планирование*

 *по «Физическому развитию»*

 Составил инструктор по

 физической культуре:

 Теренина Ирина Николаевна

СЕНТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на 4-х по прямой (с опорой на ладони и колени),в прокатывании мяча по скамейке от черты, придерживая его одной, двумя руками.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Здравствуй, это я! | Вводная часть: (№1;с.5) Ходьба и бег в одном направлении, бег врассыпную, ходьба.**Комплекс ОРУ «Мы веселые ребята»**1.Дети поднимают мяч в двух руках вверх, затем опускают руки.4-5р.2.Дети выполняют наклоны в стороны, при этом ноги на ширине плеч, мяч в двух руках над головой.3.Сидя на полу, ноги прямые, мяч прижат к груди, наклониться, достать мячом пальцев ног, при этом не сгибать колени. 4-5р4.Стоя на коленях, мяч в выпрямленных руках. Повороты вправо-влево, затем отдых сесть на пятки, мяч опустить. 5. Прыжки на двух ногах с мячом в руках перед грудью. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Прыжки: на двух ногах на месте (подпрыгивание) 2-3 разаМетание: прокатывание мяча по скамейке, придерживая его одной или двумя руками вперед от черты.Лазание: ползание на 4-х по прямой с опорой на ладони и колени на Р-4-5м.П\и «Пойдем гулять». Дети сидят на скамейках. Воспитатель подходит к кому-нибудь из детей и зовет с собой гулять. Названный ребенок становится за воспитателем, следующий за первым ит.д. Воспитатель собирает 6-8 человек и один – два раза обходит с ними площадку. По сигналу: «Домой, домой!» - дети бегут на свои места. Воспитатель подходит к другим детям и игра продолжается. |
| Оборудование: Б.мячи, гимнастические скамейки Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематический план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова.(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
|  2 НЕДЕЛЯ (3-4нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное Содержание | Образовательная: Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах через веревку, в ползании на 4-х по прямой (с опорой на ладони и колени) под дугой,в прокатывании мяча по скамейке от черты, придерживая его одной, двумя руками.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Дружные ребята | Вводная часть: Ходьба и бег в одном направлении, бег врассыпную, ходьба **Комплекс ОРУ «Дружная зарядка»** 1. «Дружно делаем зарядку, все движенья — по порядку» И. п.: о. с, руки согнуты перед грудью. 1-развести руки в стороны -вдох; 2- и. п.-выдох. При выполнении упражнений локти не опускать. Повторить 6 раз. 2.«Самый сильный в доме я, как и все мои друзья» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1- руки к плечам; 2- руки вверх, посмотреть на них; 3-руки к плечам; 4- и. п. Повторить 6 раз.3.«Наклоняться все умеют — я и все мои друзья» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1- наклон вперед с одновременным отведением рук назад- выдох; 2- выпрямиться, посмотреть на руки- вдох. Ноги при наклоне не сгибать. Повтор 6—8 раз. 4.«Повороты выполняем, свою спину укрепляем» И. п.: ноги врозь, руки на затылке. 1-2 - поворот вправо- выдох; 3-4- и. п., вдох. То же в другую сторону. Повтор по 3-4 раза в каждую сторону.5.«Тренируем ноги, чтобы бегать, но не падать» И. п.: о. с, руки за спиной. 1- поднимая согнутую ногу, подтя­ нуть колено руками к груди; 2- и. п. То же другой ногой. Носок поднятой ноги оттянут, опорная нога прямая. По 3 раза каждой ногой. 6.«Прыгаем с друзьями вместе, развлеченья нет чудесней» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 - прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2- и. п. Выполнить 8 прыжков, непродолжительная ходьба на месте, повторить прыжки 2-3 раза.Основные виды движений:Прыжки: на двух ногах через веревку 2-3 разаМетание прокатывание мяча по скамейке, придерживая его одной или двумя руками вперед от черты.Лазание: ползание на 4-х по прямой с опорой на ладони и колени под дугой П/и « Найди свой домик» |
| Оборудование: 3-4 дуги 2 мата, 2 веревки; большие мячи – на подгруппу детей, цветные круги для п/и Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное Содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в прыжках на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, в подлезании под шнур на 4-х; учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади; знакомить с действиями с мячом (как держать мяч двумя руками, переносить на другую сторону зала, прокатывать вперед, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема |  Структура НОД |
| Наша группа | Вводная часть: (№1;с.6) Построение, обычная ходьба, ходьба на носках, бег друг за другом Комплекс ОРУ в парах « Мы дружные»1. «Здравствуйте» И. п.: стоя, ноги параллельно, руки на поясе. 1-взяться за руки. 2- опустить голову, коснуться груди подбородком. 3-поднять голову.4-и.п.. 5 раз. 2. «Мы вместе» И.п.: стоя, ноги параллельно, руки вдоль ту­ловища. 1- взяться за руки. 2-3- поднять руки вперед - вверх, правая нога назад. 4 –и.п. 5 раз.3. «Мы умелые» И.п.: сидя по кругу, взявшись за руки, ноги прямые вместе. 1- согнуть ноги в коленях. 2- положить ноги вправо на пол. 3-положить ноги влево на пол. 4-и.п.. 5 раз. 4. «Мы ловкие» И.п.: сидя по кругу, ноги прямые вместе, ру­ки на плечах друг у друга. 1-2- наклон вперед. 3-4- вернуться в исходную позицию.5 раз. 5. «Мы внимательные» И.п.: основная стойка. 1— правая рука на пояс.1— левая рука на пояс.2— правая рука в сторону. 3— левая рука в сторону. 4— правая рука на пояс. 5— левая рука на пояс. 6— правая рука вниз. 7— левая рука вниз. 8 р 6. «Мы дружные» И.п.: встать парами лицом друг к другу, взяв­шись за руки. Прыжки, чередовать с ходьбой.  Основные виды движенийРавновесие: ходьба и бег между двумя линиямиПрыжки на двух ногах продвижением вперед Метание: прокатывание мяча двумя руками в прямом направлении (скатывание мяча по наклонной доске).Лазание: подлезание под шнур на 4-хП/и «Солнышко и дождик» Релаксация «Я на солнышке лежу» |
| Оборудование: 3-4 дуги, гимн. доска, 2 веревки; большие мячи – на подгруппу детей, зонтик для п/и Словарная работа: Повторить названия деревьев, листьев.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в прыжках на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, в подлезании под шнур на 4-х; учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади; знакомить с действиями с мячом (как держать мяч двумя руками, переносить на другую сторону зала, прокатывать вперед, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Наш веселый звонкий мяч | Вводная часть: Построение, обычная ходьба, ходьба на носках, бег друг за другом, ходьба.**Комплекс ОРУ с кольцами (обручами)**1.Дети весело идут,Ониобручи несут. *Шагают на месте, держа на плече обруч.*2.Стали обруч поднимать, Стали обруч опускать. *Поднять обруч вверх и опустить вниз.*3.Вправо обруч повернем, Влево обруч повернем*. Повороты вправо-влево с обручем*4.Дружно сделаем наклон, И все спиночку прогнем. *Наклоны вперед, вытяги­вая руки с обручем* 5.Вот в окошко посмотрели. И все дружненько присели. *Присесть, вытягивая руки с обручем вперед, перед собой.* 6.Обруч на пол опускаем, И прыжки мы начинаем. *Прыжки на двух ногах в обруче и перепрыгивая че­рез него.* Дружно все теперь пойдем и наш обруч унесем.Основные виды движений:Равновесие: ходьба и бег между двумя линиямиПрыжки: на двух ногах продвижением вперед Метание: прокатывание мяча двумя руками в прямом направлении (скатывание мяча по наклонной доске).П/и «Мой веселый звонкий мяч» (дети бегают врассыпную, по сигналу подбрасывают мяч вверх и ловят). |
| Оборудование: Обручи на всех детей, набивные мячи 5-6 шт., канат, большие мячи; Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу, в метании; учить перепрыгивать через шнур, положенный на полу.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Осень золотая | Вводная часть: (№1;с.6) Ходьба и бег по кругу друг за другом вокруг кубиков, с остановкой по сигналу ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен. Комплекс **ОРУ «С шишками»** 1. «Шишшки вверх» Шишки вверх мы поднимаем, и тихонько опускаем. И.п.: ноги на ширине стопы, руки с шишками опущены вниз. 1- поднять руки вверх, 2-и.п. (6 раз). 2. «Шишки за спину». Спрячем шишки мы, Скажем белочке, «ищи». И.п.: ноги на ширине стоп, руки с шишками вытянуть вперед. 1-спрятать орешки за спину, 2-и.п. (5 раз). 3. «Наклонись, не ленись». Стали вправо, влево наклоняться, Стали дружно выпрямляться. И.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1- наклониться вправо, 2- наклониться влево (5 раз). 4. «Сгибание ног». Сели детки на дорожке, и сгибали они ножки. И.п. сидя на полу, руки в стороны. 1- согнуть ноги, в коленях, обхватить колени руками. (5 раз). 5. «Прыжки». И.п.: ноги вместе, руки с орешками прижаты к груди. (10-15 раз). Вверх, вниз целый день, Прыгать нам совсем не лень.6. «Упражнение на дыхание». Стали мы все отдыхать Стали правильно дышать.Основные виды движений:Равновесие: ходьба и бег между двумя линиями (Р-20см.)Прыжки: Перепрыгивание через шнур, положенный на пол.Метание: Перекатывание мяча друг другу в парах сидя ноги врозь (Р-1,5м)Лазание: ползание на четвереньках по прямой (Р-5м.); (В40-50 см.)П/и: «Солнышко и дождик».2 раза. По сигналу «солнышко» дети разбегаются по площадке, а по сигналу «дождик» дети прячутся под зонтики. П/и: «Ветер и листочки».Упражнение на дыхание «Заблудились». Дети стоят, руки сложены рупором около рта. 1-вдох, потянуться вверх, подняться на носки. 2-выдох с произнесением «ау», и.п. (4 раза). |
| Оборудование: Орешки по кол-ву детей,дл.шнур,8-10 б.мяча,2-3 дуги, зонтик для п/игры.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

 Ситуация месяца: «Я житель Лянтора» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу; повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу, в метании; учить перепрыгивать через шнур, положенный на полу.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| На прогулку мы идем | Вводная часть: (№1, с.6) Ходьба и бег по кругу друг за другом вокруг кубиков, с остановкой по сигналу; бег врассыпную; ходьба с приседанием.Комплекс **ОРУ « Мы собираемся гулять»**1. «Идем мы на прогулку» И.п. ноги на ш. ступни, руки опущены вдоль туловища. Махи обеими руками вперед-назад 4 раза подряд. и.п. 2. «Надеваем шапочку» И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину; 1-2-ладони к ушам; и.п. 4-6р.3. «Надеваем пальто» И.п. ноги врозь, руки к плечам; 1-2-наклон вперед, руки назад в стороны;3-4-и.п. 4-6р.4. «Завяжем шнурки» И.п.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1-2-присесть, коснуться руками ботиночек; 3-4-и.п. 4-6р.5. «Прыгаем в ботиночках» И.п. ноги слегка расставить, руки на пояс. 8-10 подскоков, чередуя с ходьбой 2-3 р.6. «Подышим свежим воздухом» И.п. ноги врозь, руки вниз; 1-2-руки вверх в стороны - вдох; 3-4-и.п.выдох 4р.Основные виды движений:Равновесие: ходьба и бег между двумя линиями (Р-20см.)Прыжки: Перепрыгивание через шнур, положенный на пол.Метание: Перекатывание мяча друг другу в парах из положения, стоя (Р-1,5м)Лазание: подлезание под дугу (В40-50 см.)П/и «Бегом по дорожке, прыгаем по тропинке» |
| Оборудование: Дл.шнур,8-10 б.мяча,2-3 дуги, зонтик, кукла в одежде для п/игры; Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, перепрыгивании через шнур, закреплять умения катать мяч друг другу, стоя на коленях, подлезать под шнур; учить ловить мяч от инструктора.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Транспорт | Вводная часть (№1, с.7) Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (ходьба на носках, с перешагиванием предметов) бег врассыпную. Ходьба**Комплекс ОРУ «Водители»** (с кольцом)1. «Руль вверх». Ноги слегка расставлены, руль держать в обеих руках, внизу. Поднять руль вверх – посмотреть, затем опустит.4р.2. «Наклонись». Ноги на ш.п, руль у груди. Поднять руль вверх; легкие наклоны вправо, влево, опустить руль. ( по 3- 4 раза).3. «Достань ножки». Сидя, ноги прямые, руль прижат к груди. Наклон к ножкам, затем вернуться в и.п.(4-6 раз).4. «Повернись». Стоя на коленях, руль в выпрямленных руках. Повороты вправо-влево. Затем отдых, сесть на пятки, руль опустить.( по 3- 4раза).5. Прыжки на двух ногах с рулем в руках, на каждый прыжок менять положение рук: вверх-вниз. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: ходьба и бег между двумя линями (Р-20см);Прыжки: перепрыгивание через шнур, положенный на пол;Метание: катание мяча от себя друг другу, стоя на коленях (Р-1,5м.)П/и «Цветные автомобили», «Самолеты» Дети разбиты на группы, каждая группа присаживается возле кегли определенного цвета, по команде воспитателя дети разлетаются по залу и по сигналу возвращаются каждый к своей кегле.Дыхательная гимнастика «Поезд» Ходьба по залу с попеременными движениями руками и произнесением «чух-чух-чух», останавливаются, говорят звук «ш-ш-ш».(1мин) |
| Оборудование: длинный шнур, б. мячи на пол группы, картинки по теме Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
|  4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, перепрыгивании через шнур, закреплять умения катать мяч друг другу, стоя на коленях, подлезать под шнур; учить ловить мяч от инструктора.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Осень | Вводная часть: (№1, с.7) Ходьба и бег по кругу друг за другом вокруг кубиков, с остановкой по сигналу; бег врассыпную; ходьба с приседанием.**Комплекс ОРУ «В лесу»** *1*.«Идем по лесу весело осенним ясным днем» И. п.: стоя, ноги параллельно, руки на поясе. Выполнять шаги на месте, поочередно сгибая колени, отрывая пятки от пола, делая энер­гичный перекат стопы до конца пальцев ног. Повторить 2-3 раза по 8 шагов на месте 2.«Руками ветки отведем, потом под ветками пройдем» И. п.: стоя, ноги врозь, руки вниз. 1-3- руки в стороны - вниз, ладони вверх - вдох; 4-5- руки скрестить, кисти на пред­плечьях, небольшой наклон вперед — выдох;-6 раз.3.«Чтоб корзинку нам поднять, нужно руки укреплять» И. п.: о. с. руки к плечам. 1-2- локти назад- вдох; 3-4 -медленное вращение локтями вперед — выдох. То же, вращение локтями назад, по 4 раза.4.«Между кочек, впереди, много ягодок, смотри» И. п.: стоя, ноги врозь, руки вниз. 1-2 - поворот вправо, пра­вая согнутая рука за спину, левая впереди - выдох; 3-4 и. п. То же влево, по 4-5 раз.5.«Как мы по лесу пойдем, грибы в корзинку соберем» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс - вдох. 1-3 -пружи­нистые наклоны, кончики пальцев касаются земли -выдох; 4 -и. п. 6 раз.6.«Грибов и ягод мы набрали, от радости мы заскакали» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс,10 прыжков на месте, затем 8—10 шагов на месте в спокойном, темпе. 2-3 раза.7. «Устали мы, домой пойдем, в руках корзинки понесем»И. п.: ноги на ширине плеч, руки вниз. 1-2- руки вверх- в стороны -вдох; 4 раза.Основные виды движений:Прыжки: перепрыгивание через шнур, положенный на пол;Метание: ловля мяча от инструктора (Р100 см.)Лазание: подлезание под шнур на четвереньках с опорой на ладони и колени (В50 см.)П/и «Собираем урожай яблок» По залу раскладывают мячи – яблоки. Дети ходят, стараясь не задевать предметы. На сигнал «бери» наклоняются и берут по два «яблока», несут в корзину. Собирать после сигнала, нельзя отбирать у товарища. Не торопиться, наклоняться, а не приседать. |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков. 2 корзины, длинный шнур;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
|  1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под веревку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч невысоко вверх и ловить его.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема |  Структура НОД |
| Транспорт | Вводная часть (№1, с.8) Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (ходьба на носках, с перешагиванием предметов) бег врассыпную. Ходьба**Комплекс ОРУ «Водители» (с кольцом)**1. «Руль вверх». Ноги слегка расставлены, руль держать в обеих руках, внизу. Поднять руль вверх – посмотреть, затем опустит.4р.2. «Наклонись». Ноги на ш.п, руль у груди. Поднять руль вверх; легкие наклоны вправо, влево, опустить руль. ( по 3- 4 раза).3. «Достань ножки». Сидя, ноги прямые, руль прижат к груди. Наклон к ножкам, затем вернуться в и.п.(4-6 раз).4. «Повернись». Стоя на коленях, руль в выпрямленных руках. Повороты вправо-влево. Затем отдых, сесть на пятки, руль опустить.( по 3- 4раза).5. Прыжки на двух ногах с рулем в руках, на каждый прыжок менять положение рук: вверх-вниз. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: ходьба между двумя линиями (кубиками), руки, на пояс.Метание: прокатывание мяча между предметами (бросание и ловля мяча).Лазание: подлезание под веревку на четвереньках (Р-4м.) П/и «Самолеты» Дети разбиты на группы, каждая группа присаживается возле кегли определенного цвета, по команде воспитателя дети разлетаются по залу и по сигналу возвращаются каждый к своей кегле.Дыхательная гимнастика « Поезд» Ходьба по залу с попеременными движениями руками и произнесением «чух-чух-чух», останавливаются, говорят звук «ш-ш-ш».(1мин) |
| Оборудование: 6 -7 кубиков, большие мячи по кол-ву детей, кольца по кол-ву детей, 2, 4 шт. кеглей Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Методы и приемы: Словесные; наглядные; игровые.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
|  1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под веревку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч невысоко вверх и ловить его.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема |  Структура НОД |
| Озорные котята | Вводная часть (№1, с.8) Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (ходьба на носках, с перешагиванием предметов) бег врассыпную. Ходьба**Комплекс ОРУ «котята»** 15. Прыжки на двух ногах. на каждый прыжок менять положение рук: вверх-вниз. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: ходьба между двумя линиями (кубиками), руки, на пояс.Метание: прокатывание мяча между предметами (бросание и ловля мяча).Лазание: подлезание под веревку на четвереньках (Р-4м.) П/и «Кот и мыши», «Кошка и котята»Релаксация «Котята спят» дети ложаться спать, сворачиваются, как котята клубочком |
| Оборудование: 6 -7 кубиков, большие мячи по кол-ву детей, кольца по кол-ву детей, 2, 4 шт. кеглей Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Методы и приемы: Словесные; наглядные; игровые.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 – 4 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под веревку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч невысоко вверх и ловить его.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Мой дом | Вводная часть: (№1, с.8) Ходьба и бег по кругу друг за другом, врассыпную; ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой. Построение по три на ОРУ.**Комплекс ОРУ «На скамеечке с друзьями»** (№1,с.59)Основные виды движений:Равновесие: ходьба по доске, расположенный на полу (ш- 20см);Прыжки из обруча в обруч;Метание: ловля мяча от инструктора и бросание его обратно инструктору.П/и: «Найди свою скамеечку»П/И «У скамеечек» |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, дл. шнур, корзина Словарная работа: Беседа с детьми о мебели, какие дома (высокие -маленькие).Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель земного шара» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 - 6 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании на четвереньках под дугу; учить ходить змейкой, прыгать в обруч, бросать и ловить мяч. Отбивать мяч от пола, закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Игрушки | Вводная часть: (№1, с.8) Ходьба и бег по кругу друг за другом с переходом на бег и наоборот; ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, в полуприседе.**Комплекс ОРУ «Магазин игрушек»**Вот пришли мы в магазин, Во все стороны глядим. Вот стоит на полке слон, Головой кивает он. Ноги слегка расставлены, руки на поясе, 1-наклон головы вперед, 2-наклон головы назад (по 3-4 раза в каждую сторону).Мишка делает зарядку, Выполняет он присядку. Ноги узкой дорожкой, руки на поясе. 1- присесть, обхватив колени руками, 2- и.п.. (4-6раз). Вот и рыжая плутовка, Выгибает спинку ловко. Стоя на четвереньках. 1- прогнуться в спине, голову поднять, сделать вдох. 2- выгнуть спину дугой, прижимая подбородок к груди, сделать выдох (4 -6 раз).Ехали медведи на велосипеде, А за ними кот задом наперед. Лежа на полу, руки вдоль туловища, круговые движения ногами.(3 раза по 8).Вот веселый звонкий мяч, Он опять пустился вскачь Прыжки на двух ногах, руки на поясе. ХодьбаОсновные виды движений:Прыжки: на двух ногах в обруч и из обруча.Метание: подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его.Лазание: подлезание под веревку на четвереньках (В 40см.)П/и: «Матрешки и карусели» П/и «Найди погремушку» |
| Оборудование: 6-7 обручей, Б. мячи по кол-ву детей, длинная веревка, 2 стойки, погремушки по кол-ву детей.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель земного шара» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 - 8 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании на четвереньках под дугу; учить ходить змейкой, прыгать в обруч, бросать и ловить мяч. Отбивать мяч от пола, закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Зоопарк | Вводная часть: (№1;с.11) Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с выполнением заданий для рук (руки вперед, в стороны, к плечам, вверх) бег врассыпную. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «Животный мир»**1.Кто стоит среди травы-Уши больше головы? *«Заяц». И. п.* — *основная стойка. 1* — *руки вверх, под­няться на носки; 2* — *вернуться в И. п. Повторить5*—*6 раз.* 2. Он высокий и пятнистый, с длинной-длинной шеей. И питается он листьями, листьями с деревьев *«Жираф». И. п.* — *основная стойка. 1* — *руки вверх,подняться на носки; 2* — *руки вперед; 3* — *руки вниз;4 —в И. п. Повторить 5*—*6 раз.*3. Серый, зубастый, зубами щелк. Кто же это? *«Волк». И. п.* — *сед с прямыми ногами, руки вперед, ладони вместе. 1* — *правая рука вверх, левая вниз;2- И. п. 6*—*8 раз.*4. Зверь я горбатый, А нравлюсь ребятам. *«Верблюд».И.п.-опора на кисти и ноги. 1-* *сгибая ноги в коленях, прогнуть спину вниз; 2-выпрямить ноги, выгнуть спину. Повторить 5*—*6 раз.*5. Лесом катится клубок - У него колючий бок. *«Ежик». И. п.* — *лежа на спине, колени прижаты, к подбородку, руки в обхват. 1* -*4* - *качаться на спине вперед-назад.* *Повторить 3*-*4 раза.*6. Через поле напрямик, скачет белый воротник. *«Зайчик». Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой.*Основные виды движений:Прыжки из обруча в обруч.Метание: отбивание мяча двумя рукамиЛазание: подлезание под дугу (В-40 см.)П/и: «Охота на зайцев» (№5;с.46)Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: Б. мячи – на пол группы 4-5 обручей, дуги, длинный шнур, картинки с дикими животными. Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (с.1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; закреплять умения ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Зимушка-зима у нас в гостях | Вводная часть: (№1;с.9) Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу, врассыпную; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, змейкой. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «Зима»** Рассыпались снежинки по всей тундре. А ветер все кружит и кружит. Поднял снежинки вверх, покружил их вверху и опустил вниз. 1. Стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены вдоль туловища. Поднять руки через стороны, помахать ими, опустить. (4-6 раз).А теперь снежинки упали на землю и замерли, и снова взлетели. 2. Ноги узкой дорожкой, руки за спиной. Присесть, коснувшись кончиками пальцев пола, вернуться в и.п. (4-6раз). Снежиночки сели на землю и помахали своими лучиками. 3. Сидя на полу, ноги прямые, руки в упоре сзади. Поочередное поднимание правой и левой ноги. ( по 3-4 раза).А теперь снежинки совсем устали и легли. Но им скучно лежать, нужно опять лучиками помахать. Вот снежинки отдохнули, снова ввысь взметнулись. 4. Лежа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное сгибание и разгибание рук и ног – барахтанье (4 раза). 5. Прыжки на двух ногах с мелкими махами руками вверху. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: ходьба по доске (ш20см).Прыжки: мягкое спрыгивание на полусогнутые ноги со скамейки (в20см).Метание: катание мяча друг другу в приседе на корточках.П/и: «Заморожу».(2-3 раза) Дети, стоя в кругу, руки вытягивают вперед. Воспитатель бежит внутри круга, стараясь коснуться рук детей – «заморозить». Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: гимнастическая доска, скамейка, б. мячи на пол. Группы; Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (с.11); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

 Ситуация месяца «Волшебные подарки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; закреплять умения ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир вокруг нас | Вводная часть: (№1;с.9) Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу, врассыпную; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, змейкой. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «Зимние забавы»** 1«Падает снег и на землю ложится». И. п. - ноги вместе, руки вниз. Выполнение: 1-3 - плавные движения руками вверх-вниз, 4 - и. п. Делать легкую «пружинку» при взмахе рук вверх. *(6раз.)*2.«Давайте в снежки играть». И. п. - ноги на ширине ступни, руки вниз. Выполнение: 1-2 - наклон вниз, «слепить снежок», 3 - энергичное, с замахом, выпрямление, 4 - бросить «снежок» одной рукой. То же для другой руки. *(5 раз.)*3.«Санки деткам дали - друг друга покатали». И. п. - ноги вместе, руки вниз. Выполнение: 1-2 - приседание, руки вытянуть вперед, сказать «Поехали!», 3-4 - и.п *(6 раз.)*4.«Давайте поваляемся в снегу». И. п. - лежа на спине, ноги вместе, руки вверх. Выполнение: 1-2 - поворот на бочок, 3-4 - поворот на животик, 5-6 - поворот на бочок, 7-8 - и. п. *(4 раза.)*5.«Нам весело!». И. п. - ноги вместе, руки вниз. Выполнение: 1-4 - прыжки с хлопками вверху, 5-8 - ходьба на месте. *(4 раза.)*Основные виды движений:Равновесие: ходьба по доске, с перешагивание через кубики (ш20см).Лазание: подлезание под дугу на 4-х.Метание: отбивание мяча о пол двумя руками на местеП/и: «Заморожу».(2-3 раза) Дети, стоя в кругу, руки вытягивают вперед. Воспитатель бежит внутри круга, стараясь коснуться рук детей – «заморозить». Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: Б. мячи – на пол группы гимн доска, 4-5 кубиков, 2 дуги;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

 Ситуация месяца «Волшебные подарки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
|  3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод)  |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Учить построению парами и ходьбе парами, пролезть в обруч на 4-х; закреплять правильно координировать движения рук и ног, метать; упражнять в сохранении равновесии при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Ёлка у нас в гостях | Вводная часть: (№1;с.9) Ходьба и бег в колонне парами по кругу, держась за руки; бег врассыпную, ходьба на носках, на пятках, с высоким поднимание колен, приставным шагом. Легкий бег. Перестроение в круг.Комплекс ОРУ «Что за чудо — Новый год!» 1.«Елка в садике стоит, огнями весело блестит» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки в стороны — вверх, подняться на носки, — вдох; 2 — и. п., опуститься на всю стопу — выдох. Повторить 6—8 раз. «Белый снег пушистый в воздухе кружится» И. п.: о. с, руки вперед вниз. 1 — плавно поднять руки вверх; 2 — и. п. Повторить 6—8 раз.2. «Как у нашей елки колкие иголки» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с хлопком между ног — выдох; 2 — и. п., выпрямиться, потянуться вверх — вдох. Посмотреть на поднятые руки. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз. 3.«Дед Мороз к нам идет и подарки раздает» И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1- поворот вправо, правая рука в сторону; 2- и. п.; 3-4-— то же влево. Повторить по 4-5 раз в каждую сторону. 4.«Ищем подарки под елкой» И. п.: о. с, руки на пояс. 1-2-3-медленно присесть, разводя колени, — длительный выдох, руки вниз; 4- быстро встать- быстрый вдох, руки на пояс. Пятки от земли не отрывать. Повтор. 6-8 раз. «Как нам весело сегодня- пришел праздник новогодний» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1- прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2- и. п. 8-10 прыжков. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по доске с мячом в руках (ш20см).Прыжки: Спрыгивание с куба (В20см)Метание: скатывание мяча по наклонной доскеП/и «В зимнем парке карусели» В зимнем парке карусели. Закружились еле-еле. А потом быстрей по кругу Завертелись, словно вьюга. Карусель по кругу мчится, как блестящая жар-птица! Чуть потише, карусели, Не спешите, в самом деле! Мы немного отдохнем, Вновь кружиться мы пойдем! Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: Б. мячи – на пол группы гимн доска, б.куб, карусель (обруч с цветными лентамиИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

 Ситуация месяца «Волшебные подарки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Учить построению парами и ходьбе парами, пролезть в обруч на 4-х; закреплять правильно координировать движения рук и ног, метать; упражнять в сохранении равновесии при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| В гости «Зимушка» пришла | Вводная часть: (№1;с.9) Ходьба и бег в колонне парами по кругу, держась за руки; бег врассыпную, ходьба на носках, на пятках, с высоким поднимание колен, приставным шагом. Легкий бег. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «Снежинки»**1.И.п. – стойка ноги на ширине ступни, снежинки внизу. 1-снежинки в стороны; 2- снежинки вверх; 3- снежинки в стороны; 4-и.п.5р.2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, снежинки внизу. 1-наклон вперед, снежинки в стороны; 2- снежинки скрестить перед собой; 3- снежинки в стороны; 4-и.п. 3-4раз.3.И.п. – стойка ноги на ширине ступни, снежинки внизу, 1-2-присесть, снежинки вынести вперед; 3-4-и.п. 3-4 раз.4.И.п. – стойка ноги слегка расставлены, снежинки внизу. Прыжки на двух ногах на месте с небольшой паузой.Основные виды движений:Лазание: пролезание в обруч на 4-хПрыжки: Прыжки на двух ногах с продвижением впередМетание: подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля двумя рукамиП/и «В зимнем парке карусели» В зимнем парке карусели. Закружились еле-еле. А потом быстрей по кругу Завертелись, словно вьюга. Карусель по кругу мчится, как блестящая жар-птица! Чуть потише, карусели, Не спешите, в самом деле! Мы немного отдохнем, Вновь кружиться мы пойдем! Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: Б. мячи – на пол группы гимн доска, б.куб, цветная карусель; Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии; Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

 Ситуация месяца «Волшебные подарки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций и формирование любви к природе зимой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге врассыпную в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра, в метании, лазании; закреплять умение детей прыгать в глубину; учить правильно приземляться, сгибая ноги в коленях, перебрасывать мяч друг другу в парах.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей. Воспитательная: Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| Новый год у нас гостях | Вводная часть: (№1;с.10) Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с выполнением заданий для рук (руки вперед, в стороны, к плечам, вверх) бег врассыпную. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «Зимушка-зима»**1.«Эх, хороша зимушка-зима!» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1-2- ладони на затылок, отводя локти назад, прогнуться в спине - вдох; 3-4 -и. п., длительный выдох. Повторить 4—5 раз. 2.«Разомнем руки» И. п.: ноги врозь, руки прямые вперед. Упражнение «ножницы» па 10 счетов, от маленькой амплитуды движения переход на большую и обратно. Повторить 2-3 раза. 3.«Лыжники» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. -наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 2 -выпрямиться, посмотреть на руки - вдох. Повторить 6—8 раз. 4.«Играем в снежки» И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1- правая рука в сторону, по­ ворот вправо; 2- мах правой рукой вперед; 3- правая рука в сторону; 4- и. п. То же в другую сторону. Повторить по 3—4 раза. 5.«Фигурное катание» И. п.: о. с, руки вниз. 1-ногу вперед на носок, руки в стороны; 2- ногу в сторону, руки вперед; 3-ногу вперед, руки в стороны; 4 -и. п. То же другой ногой. Повторить по 3-4 раза 6.«Слалом». И. п.: ноги вместе, руки на пояс. Выполнить 8—10 прыжков вправо-влевоРавновесие: ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (-10-15 см.)Прыжки: спрыгивание с куба (В-25 см.)Метание: бросание мяча двумя руками о пол и ловля его; перебрасывание мяча д/д в парах (Р-1,5м)Лазание: подлезание под шнур (В40-50 см.)П/и: «Два мороза» П\и: «Заморожу»  |
| Оборудование: набивные мячи – 5 шт.; гимнастическая скамейка, большие мячи на полгруппы, длинный шнур, атрибуты на п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

 Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций и формирование любви к животным зимой. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прокатывании мяча между предметами, в подлезании под дугу; развивать глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать у малышей положительное эмоциональное отношение к играм с движениями. |
| Тема | Структура НОД |
| Дикие животные | Вводная часть: (№1;с.11) Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с выполнением заданий для рук (руки вперед, в стороны, к плечам, вверх) бег врассыпную. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «Как звери попали в ловушку»** (№5;с.43)Основные виды движений:Равновесие: ходьба с перешагиванием через шнуры, лежащие на полуПрыжки: из обруча в обруч.Метание: Прокатывание мяча двумя руками в воротца Описание: дети с расстояния 1,5м. прокатывают мяч руками в воротца (Р-60 см.).Лазание: подлезание под дугу (В-40 см.)П/и: «Охота на зайцев» (№5;с.46) |
| Оборудование: шнуры 5-6 шт., 3-4 обручей, б. мячи на пол.группы. 3-4 дуги, маски для п/и;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Коррекционно-речевое направление физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками Т.Л.Зуева (№3)Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет В.И.Анферова (№5) |

ЯНВАРЬ

 Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительных эмоций и формирование любви к животным. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прокатывании мяча между предметами, в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес к физическим упражнениям. |
| Тема  | Структура НОД |
| Одежда | Вводная часть: (№1;с.11) Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с выполнением заданий для рук (руки вперед, в стороны, к плечам, вверх) бег врассыпную. Перестроение в круг.**Комплекс ОРУ «На прогулку мы идем**» (№2)1.«Мы шагаем» И. П.: ноги слегка расставить, руки вниз. Шагать, высоко поднимая колени; 1-2 - руки в стороны; 3-4 - и. п. Повторить 4 раза. 2.«Надеваем шапочки» И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину; 1-2 - ладони к ушам; 3-4 - и. п. Повторить 4-6 раз. 3.«Надеваем пальто» И. П.: ноги врозь, руки к плечам; 1-2 - наклон вперед, руки назад - в стороны; 3-4 - и. п. Повторить 4-6 раз. 4.«Завяжем шнурки» И. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1-2 - присесть, коснуться руками ботиночек; 3-4 - и. п. Повторить 4-6 раз. 5.«Прыгаем в ботиночках» И. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Выполнить 8-10 подскоков. Повторить 3 раза, чередуя прыжки с ходьбой. 6.«Подышим свежим воздухом» И. П.: ноги врозь, руки вниз; 1-2 - руки вверх - в стороны- вдох; 3-4 - и. п., выдох. Повторить 4 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба с перешагиванием через шнуры, лежащие на полуПрыжки: из обруча в обруч.Метание: Прокатывание мяча двумя руками в воротца Описание: дети с расстояния 1,5м. прокатывают мяч руками в воротца (Р-60 см.).Лазание: подлезание под дугу (В-40 см.)П/и «Снежки», П/и «Снеговик» |
| Оборудование: шнуры 5-6 шт., 3-4 обручей, б. мячи на пол.группы. 3-4 дуги;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

 Ситуация месяца: «Мальчики и девочки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения правильно координировать движения рук и ног, сохранять равновесие при ходьбе по доске; упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед.Оздоровительная: Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью.Воспитательная: Воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила. |
| Тема  | Структура НОД |
| Профессии | Вводная часть: (№1;с.12) Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, ходьба парами; ходьба и бег с остановкой по сигналу. Перестроение на ОРУ. **Комплекс ОРУ «Мы в профессии играем»**1. Дети стоят, ноги слегка расставлены, руки внизу. Подняться на носки- руки вверх, посмотреть на них – затем опустить. (4-6раз). Вот мы с вами пришли в магазин. Кто нас встречает, конечно же продавец. Продавцу нужно много трудиться, чтобы расставить все продукты на полках, иногда нужно дотянуться до самой верхней.2. Стоя, ноги слегка расставлены, повороты туловища, вправо-влево, при этом подносить руку ко лбу, как бы вглядываясь в даль. (по3- 4 раза). А кто тушит пожар? Пожарник. На колокольне он стоит, Во все стороны глядит.3. Стоя, ноги широко расставлены, руки в замок вверху. Дети делают глубокий наклон вниз, руки опускают между ног вниз, при этом говорят «ух». (4-6 раз). Самая важная профессия в нашем городе - это шахтер, он добывает уголь, давайте ему поможем. Будем рубить уголь.4. Лежа на спине, руки согнуты в локтях в упоре сзади. Поочередное сгибание и разгибание ног, как бы крутя педали. (4-6 раз) А кто нам приносит почту? Конечно же, почтальон. Летом он развозит почту на велосипеде. Давайте покажем, как мы умеем крутить педали.5. Бег на месте с высоким подниманием колена.. (2 раза по 8 в чередовании с ходьбой).А в тундре живут оленеводы, которые пасут оленей. Оленевод очень быстро бегает, перегоняя оленей с места на место.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по ребристой доске, руки на поясе.Прыжки на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте.Метание: отбивание мяча о пол двумя руками.П/и «Догони мяч». (Воспитатель выбрасывает мячи из корзины, дети догоняют их и возвращают на место.) «Ну, что ж, а теперь давайте играть. Покажем, как игрушки умеем убирать».Психогимнастика «Цветок». Сесть на корточки, голову и руки опустить. Поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны – цветок расцвел. Лицо и руки тянуться вверх. Наши мамы любят цветы. Давайте превратимся в цветочки. «Теплый луч упал на землю и согрел в земле зернышко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет свои лепестки». |
| Оборудование: ребристая доска, большие мячи по кол-ву детей, корзина с маленькими мячами;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии. Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (с.12); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |
|  |

ФЕВРАЛЬ

 Ситуация месяца: «Мальчики и девочки» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к труду взрослым. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед, в отбивании мяча о пол, в прокатывании мяча друг другу, стоя на коленях, в подлезании под палку.Оздоровительная: Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью.Воспитательная: Воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила. |
| Тема | Структура НОД |
| Профессии пап | Вводная часть: (№1;с.12) Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, ходьба парами; ходьба и бег с остановкой по сигналу **Комплекс ОРУ «Строители»** (с кубиками)Основные виды движений:Прыжки на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте.Метание: прокатывание мяча друг другу, стоя на коленях.Лазание: подлезание под палку (В-40см.) П/и «Собери кирпичи » (по сигналу надо собрать разбросанные по залы кубики, кто быстрее соберет). Игра малой подвижности «Семафор». Дети стоят в кругу, ведущий в центре круга с двумя табличками: красной и зеленой. На зеленый свет дети идут по кругу, изображая поезд, а на красный останавливаются.(1-2 минуты). |
| Оборудование большие мячи по кол-ву детей, корзина с маленькими мячами, 2 стойки, гимн. палка, кубики по кол-ву детей, кружочки (красный, желтый, зеленый)Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятииИсточник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.,с.12); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

 Ситуация месяца: «Моя семья, мои корни» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения от занятия физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи; упражнять в прокатывании мяча по скамейке.Оздоровительная: Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью.Воспитательная: Воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила. |
| Тема | Структура НОД |
| Наша Армия | Вводная часть: (№1;с.12) Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (ходьба на носках, с приседанием, с перешагиванием предметов) бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному.**Комплекс ОРУ «Мы солдаты»** 1. «Пограничник на границе, Смотрит вдаль он далеко. Не пропустит никого». Стоя, ноги слегка расставлены, повороты туловища, вправо-влево, при этом подносить руку ко лбу, как бы вглядываясь в даль. (по 4 раза) 2. «Летчик руки разминает, Будто крылья выпускает» Стоя, руки опущены. Поднять руки в стороны, опустить. 4 раза.3. « Моряк по распорядку Делает присядку» Стоя, руки на поясе. Приседания, с выносом рук вперед. 4 раза.4.«Чтоб танкистом служить, Нужно очень гибким быть». Лежа на спине. Сгруппироваться, подтянув колени к голове, обхватив колени руками. 4 раза.5. «Десантник прыгать не боится, главное плавно приземлиться». Прыжки на двух ногах, руки на поясе, в чередовании с ходьбой. 2 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (Р-15 см.).Прыжки на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте.Метание: катание мяча по полу друг другу в положении стоя (Р-1,5м.).П/и «Найди флажок» Дети стоят вдоль стены на одной стороне площадки. Воспитатель показывает детям флажок и говорит, чтобы дети отвернулись, а в это время он его прячет. По команде «пора» дети начинают искать флажок. Кто первый найдет, получает право прятать его.Дыхательная гимнастика «Подводники» Дети стоят, руки вдоль туловища.1-вдох через рот. 2- присесть, задержать дыхание, 3-выдох с произнесением, вернуться в исходное положение |
| Оборудование Набивные мячи-5-6 шт., гимнаст. мячи по кол-ву детей флажок для п/игры Словарная работа: фуражка, солдат, военная техника (танк, пушка) Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.12)Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

 Ситуация месяца: «Моя семья, мои корни» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, уточнить представление детей о транспорте. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в прокатывании мяча по гимнастической скамейке, в ползании на четвереньках, развивать чувство равновесия, координацию движений, ловкость.Оздоровительная: Формирование правильной осанки.Воспитательная: Воспитывать умение ждать сигнал воспитателя и действовать по сигналу.  |
| Тема | Структура НОД |
| Транспорт | Вводная часть (№1, с.12) Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (ходьба на носках, с приседанием, с перешагиванием предметов) бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному. Перестроение по ориентирам **Комплекс ОРУ «Водители»**1. «Крутим руль» И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед, кисти рук сжать в кулачки; четыре поочередных движения рук вверх- вниз - «вращение руля». Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз. 2.«Смотрим в окна машины» И. П.: ноги врозь, руки на пояс. Поворот вправо; правую руку козырьком над бровями - «смотрим в окно». Вернуться в и. п. То же влево. Дыхание произвольное. Повторить по 3 раза. 3.«Большие и маленькие машины» И. П.: ноги слегка расставить, руки вниз. Присесть; руки на колени – «маленькие машины». Вернуться в и. «большие машины». Дыхание произвольное. Повторить 5 раз. 4.«Осторожно, пешеход» И. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Выполнить 4 притопывания ногами, затем 4 раза похлопать в ладоши. Повторить 3-4 раза. 5.«Пора машинам спать, в гаражеотдыхать» И. П.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «спа-а-атъ». Повторить 3-4раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба между кубиками, руки, на пояс.Метание: прокатывание мяча по скамейке, придерживая его двумя руками.Лазание: ползание на четвереньках (Р-4м.) П/и «Самолеты» Дети разбиты на группы, каждая группа присаживается возле кегли определенного цвета, по команде воспитателя дети разлетаются по залу и по сигналу возвращаются каждый к своей кегле.Дыхательная гимнастика « Поезд» Ходьба по залу с попеременными движениями руками и произнесением «чух-чух-чух», останавливаются, говорят звук «ш-ш-ш».(1мин). |
| Оборудование 6-7 кубиков, большие мячи по кол-ву детей, кольца по кол-ву детей, 2 гимнастические скамейки, 4 шт. кеглейИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.12); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

 Ситуация месяца «Весна пришла Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание любви и интереса к природе.  |
| Программное содержание | Образовательная: Учить ходить по шнуру, прыгать в длину с места, отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками, после удара об стену, лазать по наклонной лесенке; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную.Оздоровительная: Воспитывать интерес к спорту.Воспитательная: Воспитывать умение ждать сигнал воспитателя и действовать по сигналу.  |
| Тема | Структура НОД |
| «Весна пришла, нам тепло принесла» | Вводная часть (№1;с.13) Ходьба по кругу парами, на носках, пятках, с высоким подниманием бедра, с приседанием; ходьба и бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному. **Комплекс ОРУ «Весна»**1.«Теплое солнышко греет нам ладошки» И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед; поворачивать ладони вверх-вниз, сказать «тепло». Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. Повторить 5 раз. 2.«Птички прилетели - кончились метели» И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, помахать ими - «машут крыльями»: опустить руки. Вернуться в и. п. Опускать руки медленно и говорить «га-га-гае. Повторить 5 раз. 3.«Появилась первая травка» И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед; руки вниз, сказать «травка». Вернуться в и. п., выпрямиться, потянуться. Повторить 5 раз. 4.«Прыгаем через лужи» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на двух ногах в произвольном направлении. После 6-8 прыжков выполнить 6-8 шагов на месте. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 2-3 раза. 5.«Дышим весенним воздухом» И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». 3-4 раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по шнуру, расположенному ровно на полу (Д-3м.)Прыжки в длину с места до предмета (Р 40-50 см.)Метание: отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками после удара о стену. П/и «Скворечники». Релаксация «Весенний лес». Дети ложатся на ковер. Обычная ходьба. |
| Оборудование Длинный шнур, ориентир, большие мячи по кол-ву детей, 6-7 мал. обручей;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.13); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.158) (младшая и средняя группы). |

МАРТ

 Ситуация месяца «Весна пришла» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 НОД) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к маме, сестре, бабушке. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить ходить по шнуру, прыгать в длину с места, отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками, после удара об стену, лазать по наклонной лесенке; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную.Оздоровительная: Воспитывать интерес к спорту.Воспитательная: Воспитывать умение ждать сигнал воспитателя и действовать по сигналу.  |
| Тема | Структура НОД |
| «Мамин праздник» | Вводная часть (№1;с.13) Ходьба по кругу парами, на носках, пятках, с высоким подниманием бедра, с приседанием; ходьба и бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному. Перестроение по три на ОРУ **Комплекс ОРУ «Очень маму я люблю»** (№2.с.115)Основные виды движений:Равновесие: ходьба по шнуру, расположенному ровно на полу (Д-3м.)Метание: отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками после удара о стену.Лазание по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту трех реек).П/и «Найди платок». (№2. с.116)Игра малой подвижности «Весенние цветочки» Обычная ходьба. |
| Оборудование: длинный шнур, ориентир, большие мячи по кол-ву детей, лестница, платочки разного цвета для п/игры, Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии. Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.13); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

МАРТ

 Ситуация месяца «Весна пришла» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в прыжках в длину с места, в лазании по наклонной лестнице, в прокатывании и сбивании мячом кегли; учить ходить по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.Оздоровительная: Воспитывать интерес к спорту.Воспитывать: Умение слушать сигналы и реагировать на них. |
| Тема | Структура НОД |
| «Аквариумные рыбки» | Вводная часть (№1;с.14) Ходьба по кругу парами, на носках, пятках, с высоким подниманием бедра, с приседанием; ходьба и бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному. **Комплекс ОРУ «Рыбки»** 1.«Рыбка машет плавничками». Ноги узкой дорожкой, руки внизу. 1 – поднять руки через стороны вверх, подняться на носки, 2 – и.п. (4-6 раз).2.«Рыбка ныряет». Ноги на ширине плеч, руки вверху, ладони соединены. 1 – наклониться вниз, руки тоже как бы ныряют вниз, между ног. 2 – и.п. (4-6 раз).3.«Рыбка прячется». Ноги узкой дорожкой, руки на поясе. 1- присесть, обхватив руками колени и прижав к ним голову. 2- и.п. (4-6 раз).4.«Рыбка кружится». Лежа на спине, руки вверху. 1 – перевернуться на живот, 2-и.п. (4-6 раз).5.«Рыбка радуется». Прыжки на двух ногах вокруг себя в чередовании с ходьбой на месте. (2 р).Основные виды движений:Равновесие: ходьба по шнуру, выложенному по кругу на полу (длина шнура 4 м.)Прыжки в длину с места до ориентира (Р. от линии до ориентира 45 см.)Метание: игровое упражнение «Прокати и сбей»; сбивание мячом кегли (Р. До кегли 1,5м.).П/и «Рыбаки и рыбки». Релаксация «Волшебная водичка». |
| Оборудование: длинный шнур, мячи по кол-ву детей, кегли-5-6 шт.,Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

МАРТ

 Ситуация месяца «Весна пришла» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе колонной по одному, ходьба на носках, на пятках, в прыжках в длину с места, в ходьбе змейкой между кеглями.Оздоровительная: Формирование правильной осанки.Воспитывать: Воспитывать интерес к спорту. |
| Тема | Структура НОД |
| Комнатные цветы | Вводная часть(№1,с.14) Ходьба и бег по кругу в колонне по одному; ходьба парами, в колонне по одному; ходьба разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; бег врассыпную. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Цветы**» 1. « Дружно сделаем кружок, как один большой цветок». Ноги на ширине плеч, руки опущены. 1-поднять руки вверх, 2-и.п. (4-6 раз). 2. «Превратимся все в цветочки. К солнышку поднимем листочки». Ноги на ширине плеч, руки вверху. 1-наклон туловища вправо, 2 и.п., 3-4 тоже в другую сторону (по 3-4 раза в каждую сторону).3. «Листики вверх подняли, стебелечком вправо-влево покачали».Стоя на коленях, руки на поясе. 1-сесть на пятки, голову опустить, 2- и.п. (4-6 раз).4. «А как вечер наступает. Цветочки засыпают».Сидя, ноги вместе, упор руками сзади. 1- поднять правую ногу, 2-и.п., 3-поднять левую ногу, 4-и.п. (по 3-4 раза в каждой ногой).5. «А вот корешочки не спят, Водичку пить они хотят». Утром все цветы проснулись, попрыгали, встрепенулись. Прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе). 2 раза в чередовании с ходьбой. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.Метание: игровое упражнение «Прокати и сбей»; сбивание мячом кегли (Р. До кегли 1,5м.)Лазание по наклонной лестнице вверх – вниз (Высота -4 реек)П/и «Найди свою клумбу » |
| Оборудование: длинный шнур, мячи по кол-ву детей, кегли-5-6 шт.4Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

АПРЕЛЬ

 Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках, в метании, в лазании по наклонной лестнице; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Мы артисты | Вводная часть (№1;с.14) Ходьба и бег с разворотом в противоположную сторону по сигналу, врассыпную, в колонне по одному.**Комплекс ОРУ с погремушками**1. «Погремушки» и.п: ноги врозь, руки вниз в: понимать и опускать руки через стороны вверх, потряхивая погремушками, произнося «Дзинь-дзинь» 4- 5р.2. «Покажи-поиграй» И.п: сидя на пятках, погремушки у плеч в: поворот в сторону – погремушки вперед, сказав «Вот!», то же в др. сторону 4-5р. 3. «Поиграем-спрячем» И.п: лежа на спине, прямые руки с погремушками на полу над головой, погремушки касаются полав: потрясти погремушками, затем положить погремушки на живот, согнуть ноги «спрятали», вернуться в и.п. 4-5р4. «Погремушкам весело» И..п: ноги врозь, руки с погремушками за спиной в: 4-5 р. подняться на носки – погремушки у плеч (не звенят), 4-5 прыжков-потряхивая погремушками 3р.5. «Погремушки отдыхают» И.п: тоже в: медленно поднять погремушки через стороны вверх, стараясь, чтобы они не звенели 4-5р.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке (В-20 см.)Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.Метание: отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками.П/и «Море волнуется» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, 5-6 обруча, б. мячи на пол.группы;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

АПРЕЛЬ

 Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках, в метании, в лазании по наклонной лестнице; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание |
| Тема | Структура НОД |
| Мир вокруг нас | Вводная часть (№1;с.15)Ходьба и бег по кругу в колонне по одному; ходьба парами, в колонне по одному; ходьба разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; бег врассыпную. Ходьба.Комплекс **ОРУ с малым мячом**«Волшебник» И.П. о. с. Мяч в правой руке. 1-руки в стороны. 2-опустить за спину, переложить мяч. 3-4- повторить.«Удержи мяч на ладони» И.П. о.с. мяч в правой руке. 1-чуть присесть, рука вперед, мяч на раскрытой ладони. 2-вернуться в и.п.«Прокати мяч» И.П. ш.с., мяч в левой руке. 1-наклонится к левому носку, прокатить мяч вокруг правого носка. 2- вернуться в и.п.3-4-повторить в другую сторону.«Самолет с грузом» И.П. лежа на животе, руки под подбородком, мяч в правой руке.1- приподнять плечи, руки отвести назад за спину, прогнуться. 2-вернуться в и.п. мяч переложить в другую руку, повторить.«Бегом марш!» И.П. о.с. мяч на полу, руки свободно. Легкий бег вокруг мяча.Основные виды движений:Прыжки на двух ногах через кубики.Метание: перебрасывание мяча друг другу в парах. (Р 1,5-2 м.)Лазание по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту 4 реек).П/и « Солнышко и дождик» |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков, накл.лестница, зонтик для п/игры Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

АПРЕЛЬ

 Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, врассыпную, в ползании по скамейке на четвереньках; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч о пол, мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; учить перебрасывать мяч через веревку.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Я в детском саду | Вводная часть (№1;с.15) Ходьба и бег по кругу в колонне по одному; ходьба парами, в колонне по одному; ходьба разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; бег врассыпную. Ходьба. Перестроение на ОРУ.**Комплекс ОРУ «Мы сильные»**«Крепкие руки» И. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Руки через стороны вперед; хлопнуть, сказать «хлоп. Руки на пояс. Повторить 4-5 раз. «Играют пальчики» И, П.: ноги слегка расставить, руки в стороны. Руки вперед, пошевелить пальцами, руки в стороны. Через 4-6 секунд руки опустить, Дыхание произвольное. Повторить 4-5 раз. «Крепкие колени» И. П.: ноги врозь, руки за спину. Наклон вперед, ладони на колени, сказать «крепкие», смотреть вперед, руки за спину. Повторить 4-5 раз. • «Kоpoткиe и длинные ноги» И. п.: ноги слегка расставить, руки опущены. Присесть - «короткие ноги», встать - «длинные ноги». Детям проговаривать слова «короткие и «длинные». 4-5 раз. «Дружно ножками шагаем» И. п.: ноги слегка расставить, руки полочкой (одна рука на другую) перед грудью. Выполнить 2-4 шага на месте, развести руки в стороны, вдох носом, выполнить 2-4 шага на месте. Вернуться в и. п., выдох ртом, губы трубочкой. Повторить 3-4 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке со свободными движениями рук (В-20 см.)Прыжки перепрыгивание через шнур (в-5 см).Метание: подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.П/и «Мы веселые ребята» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка. короткие шнуры, мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

АПРЕЛЬ

 Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание у детей потребности в занятиях физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, врассыпную, в ползании по скамейке на четвереньках; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч о пол, мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; учить перебрасывать мяч через веревку.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание |
| Тема | Структура НОД |
| Природа вокруг нас | Вводная часть (№1;с.15) Ходьба и бег по кругу в колонне по одному; ходьба парами, в колонне по одному; ходьба разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора; бег врассыпную. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Птицы»** Весной у всех птиц появляются птенчики. Представьте, что я ваша мама – птица, а вы мои птенчики. Я буду показывать вам упражнения, а вы будете повторять.1.«Птички резвятся». Ноги узкой дорожкой, руки вдоль туловища. 1- взмах руками вверх, потянуться, подняться на носки. 2 – вернуться в и.п. выполняя полуприседание. (4 раза).2.«Птички ищут червячка». Ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1- наклониться вперед, руки отвести назад, покрутить головой, поискать червячка. 2- и.п. (4 раза).3.«Птички клюют зернышки». Ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1- присесть, постучать указательными пальчиками по полу. 2- и.п. (4 раза).4.«Птички чистят перышки». Лежа на животе, руки вытянуты вверх. 1- перевернуться на спину. 2- и.п. (4 раза).5.«Птички прыгают по лужам». Прыжки на двух ногах в чередовании с легким бегом на месте с взмахами рук.Основные виды движений:Прыжки на двух ногах между предметами.Метание: перебрасывание мяча через веревку с расстояния 1,5 м. (высота веревки над полом – на уровне глаз детей).Лазание: ползание по скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени (в-30см., ш-20см.)П/и «Воробышки и кот» (№2,с.133)П/и с речитативом «Веселый воробей» (№2,с.134) |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков, гимнастическая скамейка;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

МАЙ

 Ситуация месяца «Я Россиянин» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание любви к нашей стране. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, учить ходить и бегать со сменой ведущего; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать смелость. |
| Тема | Структура НОД |
| Моя страна | Вводная часть (№1;с.16) Ходьба и бег парами; перестроение в колонну по одному; бег со сменой ведущего. Ходьба. Перестроение.**Комплекс ОРУ с флажками**1.Ноги на ширине плеч, флажки в обеих руках внизу. Поднять флажки вверх, скрестить и постучать палочками друг о друга. (4-6 раз).2.Ноги на ширине плеч, флажки в согнутых к плечам руках. Присесть, вынести флажки вперед, встать, вернуться в и.п. (4-6 раз).3.Сидя на пятках, флажки в обеих руках перед грудью. Привстать на колени, поднять руки вверх, помахать флажками, вернуться в и.п. (4-6 раз).4.Лежа на полу, на спине, флажки вдоль туловища. Поднять руки вверх, помахать флажками, вернуться в и.п. (4-6 раз). 5.Прыжки на двух ногах, флажки в опущенных руках. 2 раза в чередовании с ходьбой.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (В-25 см.)Прыжки: перепрыгивание через шнур (В-5 см.)Метание: катание мяча по полу, не отрывая от него рук, в колонне по одному.П/и «Покажи флажок» |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков, гимнастическая скамейка, длинный шнур;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

МАЙ

 Ситуация месяца «Я Россиянин» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание любви к нашей стране. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур; учить ходить и бегать со сменой ведущего; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди.Оздоровительная: Учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.Воспитывать: Воспитывать навык ролевого поведения |
| Тема | Структура НОД |
| Природа вокруг нас | Вводная часть (№1;с.15) Ходьба и бег парами с разворотом в противоположную сторону по сигналу, перестроение в колонну; бег со сменой ведущего**Комплекс ОРУ «Цветы**» Дружно сделаем кружок, как один большой цветок.1.Ноги на ширине плеч, руки опущены. 1-поднять руки вверх, 2-и.п. (4-6 раз). Превратимся все в цветочки. К солнышку поднимем листочки.2.Ноги на ширине плеч, руки вверху. 1-наклон туловища вправо, 2 и.п., 3-4 тоже в другую сторону (по 3-4 раза в каждую сторону).Листики вверх подняли, стебелечком вправо-влево покачали.3.Стоя на коленях, руки на поясе. 1-сесть на пятки, голову опустить, 2- и.п. (4-6 раз).А как вечер наступает. Все цветочки засыпают.4.Сидя, ноги вместе, упор руками сзади. 1- поднять правую ногу, 2-и.п., 3-поднять левую ногу, 4-и.п. (по 3-4 раза в каждой ногой).А вот корешочки не спят, Водичку пить они хотят.5.Прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе). 2 раза в чередовании с ходьбой.Утром все цветы проснулись, попрыгали, встрепенулись.Основные виды движений:Прыжки на двух ногах через кубики.Метание: перебрасывание мяча друг другу в парах. (Р 1,5-2 м.)Лазание по наклонной лестнице вверх – вниз (на высоту 4 реек).П/и «Садовник» , «Цветочки» |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков, гимнастическая скамейка, цветные ленточки;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

МАЙ

 Ситуация месяца «Я Россиянин» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание любви к нашей стране. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками.Оздоровительная: Учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.Воспитывать: Воспитывать навык ролевого поведения. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир природы и красоты | Вводная часть (№1;с.15) Ходьба на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, на четвереньках, «обезьянки»; легкий бег, баковой галоп. Ходьба. Перестроение на ОРУ.**Комплекс ОРУ «Весна пришла, нам тепло принесла»**1. «Теплое солнышко греет нам ладошки» И.п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед; поворачивать ладони вверх-вниз, сказать «тепло». Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. 5 раз. 2.«Птички прилетели - кончились метели» И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, помахать ими - «машут крыльями»: опустить руки. Вернуться в и. п. Опускать руки медленно и говорить «га-га-гае. 5 раз. 3.«Появилась первая травка» И.п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед; руки вниз, сказать «травка». Вернуться в и. п., выпрямиться, потянуться. Повторить 5 раз. 4.«Прыгаем через лужи» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на двух ногах в произвольном направлении. После 6-8 прыжков выполнить 6-8 шагов на месте. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 2-3 раза. 5.«Дышим весенним воздухом» И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». Повторить 3-4 раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке (В-20 см.)Прыжки на двух ногах через неподвижную скакалку с места;Метание: подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками;П/и «Лягушки» , «За весною» |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков, гимнастическая доска;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

МАЙ

 Ситуация месяца «Я Россиянин» Вторая младшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание любви к нашей стране. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и повышенной опоре, в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании мяча о пол, в подлезании под дугу; развивать ловкость.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизниВоспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир вокруг нас. Игрушки. | Вводная часть Ходьба на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, на четвереньках, «обезьянки»; легкий бег, баковой галоп. Ходьба. Перестроение на ОРУ. (№1;с.15)**Комплекс ОРУ с игрушками**1.Вот пришли мы в магазин, Во все стороны глядим. Вот стоит на полке слон, Головой кивает он. Ноги слегка расставлены, руки на поясе, 1-наклон головы вперед, 2-наклон головы назад (по 3-4 раза в каждую сторону).2.Мишка делает зарядку, Выполняет он присядку. Ноги узкой дорожкой, руки на поясе. 1- присесть, обхватив колени руками, 2- и.п.. (4-6раз). 3.Вот и рыжая плутовка, Выгибает спинку ловко. Стоя на четвереньках. 1- прогнуться в спине, голову поднять, сделать вдох. 2- выгнуть спину дугой, прижимая подбородок к груди, сделать выдох (4 -6 раз).4.Ехали медведи на велосипеде, А за ними кот задом наперед. Лежа на полу, руки вдоль туловища, круговые движения ногами.(3 раза по 8).5.Вот веселый звонкий мяч, Он опять пустился вскачь Прыжки на двух ногах, руки на поясе. ХодьбаОсновные виды движений:Прыжки на двух ногах между предметами.Метание: бросание двумя руками из-за головы вдаль.Лазание: подлезание под 3-4 дугиП/и «Куклы и карусели» (№2,с.19)П/и с речитативом «Кукла - неваляшка» (№2,с.19) |
| Оборудование: Большие мячи по кол-ву детей, 5-6 кубиков, гимнастическая скамейка, длинный шнур;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1.с.14); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2, с.117) (младшая и средняя группы). |

**Средняя группа**

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» СЕНТЯБРЬ Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии при выполнении прыжков в высоту до предмета, в лазании, в бросании мяча в даль двумя руками из-за головы, от груди, из разных положений; закреплять умения метать вдаль правой и левой рукой от плеча, катать обруч между предметами.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Да здравствует лето! | Вводная часть (№!,с.20) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках руки на поясе, с поднимание бедра, обычная; легкий бег, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Мы веселые ребята»**1. Дети поднимают мяч в двух руках вверх, затем опускают руки.4-5р.2.Дети выполняют наклоны в стороны, при этом ноги на ширине плеч, мяч в двух руках над головой.3. Сидя на полу, ноги прямые, мяч прижат к груди, наклониться, достать мячом пальцев ног, при этом не сгибать колени. 4-5р4.Стоя на коленях, мяч в выпрямленных руках. Повороты вправо-влево, затем отдых сесть на пятки, мяч опустить. 5. Прыжки на двух ногах с мячом в руках перед грудью. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейкеПрыжки: упр. «Достань платочек»Метание вдаль правой и левой рукамиП\и «Мы веселые ребята». |
| Оборудование: б. мячи по кол-ву детей, платочки, дл. веревка, м.мячи по кол. детейИндивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематический план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова.(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии при выполнении прыжков в высоту до предмета, в лазании, в бросании мяча в даль двумя руками из-за головы, от груди, из разных положений; закреплять умения метать вдаль правой и левой рукой от плеча, катать обруч между предметами.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Детский сад | Вводная часть (№1,с.21) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках руки на поясе, с поднимание бедра, обычная; легкий бег, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Играем с мячом»**1.«Поднимись повыше» И.П. о. с руки в низу.1- подняться на носки, руки вверх, переложить мяч в другую руку.2-и.п.3-4. повторить.2.«Дотронься до носка» И.П. сед с прямыми ногами, мяч перед собой.1- наклонится вперед. Коснуться мячом носков ног. 2- и.п.3-4. повторить.3.«Качели» И.П. лежа на животе. Руки с мячом и ноги прямые.1-4-прогнуться в спине, покачаться вперед, назад.4.«Перекаты» И.П. лежа на спине руки с мячом вытянуты перед собой.1-4- перекатится на живот в правую и левую стороны.5.«Мы теперь как мячики» И.П. у. с. мячик на полу. Прыжки на двух ногах, вокруг мяча. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по следамПрыжки: Запрыгивание на матМетание Бросание мяча от груди, из-за головыЛазание: ползание под дугамиП\и «Ловишки с ленточками». |
| Оборудование: м. мячи, следы-ориентиры, б. мячи,2-3 дуги, ленточки по кол-ву детей;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематический план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова.(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его, в отбивании мяча о пол и ловле его двумя руками, в равновесии, в прыжках в длину с места, в подлезании под шнур; закреплять умения бросать мяч из-за головы и ловить его в парах.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к подвижным играм. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и мои друзья | Вводная часть (№1,с.22) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках руки на поясе, с поднимание бедра, обычная; легкий бег, перестроение на ору. Построение, обычная ходьба, ходьба на носках, бег друг за другом Комплекс ОРУ в парах « Мы дружные»1. «Здравствуйте» И. п.: стоя, ноги параллельно, руки на поясе. 1-взяться за руки. 2- опустить голову, коснуться груди подбородком. 3-поднять голову.4-и.п.. 5 раз. 2. «Мы вместе» И.п.: стоя, ноги параллельно, руки вдоль ту­ловища. 1- взяться за руки. 2-3- поднять руки вперед - вверх, правая нога назад. 4 –и.п. 5 раз.3. «Мы умелые» И.п.: сидя по кругу, взявшись за руки, ноги прямые вместе. 1- согнуть ноги в коленях. 2- положить ноги вправо на пол. 3-положить ноги влево на пол. 4-и.п.. 5 раз. 4. «Мы ловкие» И.п.: сидя по кругу, ноги прямые вместе, ру­ки на плечах друг у друга. 1-2- наклон вперед. 3-4- вернуться в исходную позицию.5 раз. 5. «Мы внимательные» И.п.: основная стойка. 1— правая рука на пояс.1— левая рука на пояс.2— правая рука в сторону. 3— левая рука в сторону. 4— правая рука на пояс. 5— левая рука на пояс. 6— правая рука вниз. 7— левая рука вниз. 8 р 6. «Мы дружные» И.п.: встать парами лицом друг к другу, взяв­шись за руки. Прыжки, чередовать с ходьбой. Основные виды движений:Равновесие: Ходьба с перешагиванием через набивные мячиПрыжки: в длину с местаМетание: подбрасывание мяча и ловля егоЛазание: подлезание под шнурП\и «Найди пару». |
| Оборудование: набивные мячи 4-5 шт., м..мячи по нал группы, длинный шнур;Индивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Темат/план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова.(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/иЮ.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Мой дом – детский сад» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его, в отбивании мяча о пол и ловле его двумя руками, в равновесии, в прыжках в длину с места, в подлезании под шнур; закреплять умения бросать мяч из-за головы и ловить его в парах.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к подвижным играм. |
| Тема | Структура занятия |
| Мир профессий | Вводная часть (№1,с.22) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках руки на поясе, с поднимание бедра, обычная; легкий бег, перестроение на ору. Построение, обычная ходьба, ходьба на носках, бег друг за другом Комплекс ОРУ 1.Дети стоят с вытянутыми в сторону руками, затем обнимают себя за плечи, и вновь разводят руки в стороны. (4-6 раз).Рано, рано поутру Нас встречает в детсаду. Нам читает сказки, Обнимает с лаской. (Воспитатель).2. Дети стоят, ноги на ширине плеч, кисти рук соединить в замок, совершают круговые движения, вытянутыми вперед руками, как бы помешивая. ( по 3 - 4 раза).Жарят сочные котлеты, Варят вкусные обеды. Очень тяжело в саду Приготовить всем еду. (Повар).3. Дети выполняют приседания, при этом обхватывают руками колени. (4-6 раз).Кто нас лечит в детсаду, Рост и вес нам меряет, Хоть прививок не боимся, Спрячемся скорее. (Медсестра).4. Дети, сидя на полу, ноги в стороны, сжав кисти в кулак, как бы держа тряпку, моют пол, совершая наклоны вперед. (4-6раз).Любит нас побаловать, С нами вместе поиграть. Все содержит в чистоте, Моет в группе все везде. (Няня).5. Прыжки на двух ногах с хлопками над головой. (2 раза в чередовании с ходьбой).Очень рады ей ребята, Встречи с нетерпеньем ждут. В зале у нее танцуют, Песни весело поют. (Муз. рук).Основные виды движений:Равновесие: ходьба по веревке боком.Прыжки: в длину с местаМетание: бросание мяча снизу и из-за головыЛазание: подлезание под шнур, не касаясь полаП\и «Собери игрушки». |
| Оборудование: канат, мячи на пол. группы, длинный шнур, игрушки, 2 корзины;Индивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии; Источник: Темат/план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова.(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках в высоту, в прыжках из обруча в обруч, в катании мяча перед собой двумя руками по полу; закреплять умение прокатывать мяч между двумя линиями, подлезать под веревку, не касаясь руками пола; учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы через сетку.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать усидчивость при выполнении заданий. |
| Тема | Структура занятия |
| Осень | Вводная часть: (№1,с.22) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, спиной вперед, с перешагиванием через предметы, обычная; легкий бег, быстрый бег, бег врассыпную; ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Осень золотая»** (№2, с.13)Основные виды движений:Равновесие: ходьба по веревке прямо, боком;Прыжки через веревку на двух ногах без паузы (Р-10 см.)Метание: катание мяча перед собой одной, двумя руками;П\и «Кладовая» Играющие бегают врассыпную по залу, на сигнал, надо подбежать к своему обручу, где лежат предметы (шишка, орех, гриб)П/и «Осенние листья»Листья осенние тихо кружатся, *Кружатся на пальчиках, руки в стороны.*Листья нам под ноги тихо ложатся. *Приседают.*И под ногами шуршат, шелестят, *Движения руками вправо-влево.*Будто опять закружиться хотят. *Поднимаются, кружатся.* |
| Оборудование: 5-6 кубиков, канат, 3-4 коротких веревок, по два листочка на ребенка, ср. мячи на каждого ребенка, 3 обруча, по 6 шишек, орехов, грибов Индивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное Содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках в высоту, в прыжках из обруча в обруч, в катании мяча перед собой двумя руками по полу; закреплять умение прокатывать мяч между двумя линиями, подлезать под веревку, не касаясь руками пола; учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы через сетку.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура занятия |
| Моя малая Родина | Вводная часть: (№1,с.22) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; на внешней стороне стопы, скрестным шагом; бег в среднем темпе с перепрыгиванием через мягкие предметы, расположенные на полу; ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Наш город»**«Посмотри вокруг – какая красота!»И.П. у.с. руки на пояс. 1-поворот головы в правую сторону. 2- поворот головы в левую сторону. 4-5р.«Городские силачи»И.П. ноги на ширине плеч, руки вверху. 1- руки опустить на плечи, пальцы сжать в кулаки. 2- руки в стороны. 5р.«Веселые горожане»И.П. сидя, упор сзади. 1-4. вдох через нос, рот закрыт. 5-10. выдох при закрытом рте, с произношением «ха-ха-ха» 4-5р. «Гуляем по парку»И.П. о.с. ходьба на месте с активными махами руками; глубокие вдохи и выдохи через нос.Основные виды движений:Прыжки через веревку (в10см) прыжки из обруча в обручМетание: перебросание мяча друг другу и ловля его двумя руками на месте (катании мяча перед собой двумя руками по полу)Лазание: подлезание вод веревку, не касаясь руками.П/и «Карусели» |
| Оборудование: Б. мячи по кол-ву детей, 5-6 обручей, дл.веревка.Индивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии; Источник: Темат. план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 занятие) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить отбивать мяч о пол одной рукой, бросать из-за головы через сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперед через веревку.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать уверенность в себе. |
| Тема | Структура занятия |
| Мои друзья | Вводная часть: (№1, с.23) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, наружных сторонах стоп, с приседанием, обычная; руки на поясе, «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ флажками.**«Руки вверх подними»И.П. ш. с. руки с флажками опущены вниз. 1. поднять руки вверх (помахать флажками над головой) 2- и.п. «Наклоны в стороны»И.П. о.с. флажок в руках, опущенных вдоль туловища. 1-наклонился влево, правая рука вверх. 2- и.п. 3-4. повторить в другую сторону.«Приседания»И.П. о.с. руки с флажком внизу. 1-присесть, руки вперед помахать флажками. 2- и.п.  «Ноги вместе, руки врозь»И.П. ш.с. руки вдоль туловища. 1- подпрыгнуть, ноги сомкнуть, руки в стороны. 2- подпрыгнуть, вернуться в и.п. Основные виды движений: Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики (в15 см)Прыжки через веревку боком на двух ногах, с продвижением вперед (Р-10 см.)Метание: отбивание мяча правой-левой рукой, двумя руками о пол;Лазание: лазание по гимн. лестнице (в2м);П\и «Кто скорее соберет?» Ходьба обычная |
| Оборудование: Гимн. Скамейка, дл. веревка, б.мячи на пол группы, 2 мата, овощи-фрукты, 2 корзины на п/иИндивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Темат. план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить отбивать мяч о пол одной рукой, бросать из-за головы через сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперед через веревку.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура занятия |
| Разноцветный мир | Вводная часть: (№1, с.23) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за головой; в полуприседе, обычная ходьба, бег змейкой, легкий бег. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Наш город»**1.«Посмотри вокруг – какая красота!» И.П. у.с. руки на пояс. 1-поворот головы в правую сторону.2- поворот головы в левую сторону. 4-5р.2.«Городские силачи» И.П. ноги на ширине плеч, руки вверху. 1- руки опустить на плечи, пальцы сжать в кулаки. 2- руки в стороны. 5р.3.«Веселые горожане» И.П. сидя, упор сзади. 1-4. вдох через нос, рот закрыт. 5-10. выдох при закрытом рте, с произношением «ха-ха-ха» 4-5р. 4.«Гуляем по парку» И.П. о.с. 1-20. ходьба на месте с активными махами руками; глубокие вдохи и выдохи через нос. 5.«С кочки на кочку» И.П. прыжки на двух ногах с продвижением по кругу в одну и другую стороны. Основные виды движений: Прыжки: упражнение «Перепрыгни – не задень» (боком)Метание: подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полета мяча (через сетку)Лазание: ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.П/и «Карусели». П\и «Найди игрушку» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, стойки с палками, гимн. мячи, палка с ленточками, игрушка для п/иИндивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Темат. план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я – житель земного шара» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное Содержание | Образовательная: Учить отбивать мяч о пол одной рукой, бросать из-за головы через сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперед через веревку.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура занятия |  |
| Мир вокруг нас | Вводная часть: (№1,с.23) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за головой; в полуприседе, обычная ходьба, бег змейкой, легкий бег. Ходьба.**Комплекс ОРУ**«Посмотри вокруг – какая красота!»И.П. у.с. руки на пояс. 1-поворот головы в правую сторону.2- поворот головы в левую сторону. 4-5р.«Городские силачи»И.П. ноги на ширине плеч, руки вверху. 1- руки опустить на плечи, пальцы сжать в кулаки. 2- руки в стороны. 5р.«Веселые горожане»И.П. сидя, упор сзади. 1-4. вдох через нос, рот закрыт. 5-10. выдох при закрытом рте, с произношением «ха-ха-ха» 4-5р. «Гуляем по парку»И.П. о.с. 1-20. ходьба на месте с активными махами руками; глубокие вдохи и выдохи через нос. « С кочки на кочку»И.П. прыжки на двух ногах с продвижением по кругу в одну и другую стороны. Основные виды движений: Прыжки: упражнение «Перепрыгни – не задень» (боком)Метание: подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полета мяча (через сетку)Лазание: ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.П/и «Карусели». П\и «Найди игрушку» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, стойки с палками, гимн. мячи, палка с ленточками, игрушка для п/иИндивид. работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Темат. план. детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и п/и на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я – житель земного шара» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 –4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; закреплять умения спрыгивать с высоты 20-25 см., прыгать в высоту до предмета, катать мяч друг другу, лазать по гимнастической лестнице; развивать мелкие мышцы рук.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура занятия |
| Домашние животные | Вводная часть: (№1, с.24) Ходьба на носках, на пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Домашние питомцы»** 1. «Петух». Дети стоят, ноги слегка расставлены, руки на поясе. Повороты туловища вправо-влево, с произнесением «ку-ка-ре-ку». (по 3-4 раза в каждую сторону). Петушок, петушок, золотой гребешок, что ты рано встаешь, деткам2. « Утята». Ноги узкой дорожкой, руки вдоль туловища. Махи руками через стороны, вверх-вниз.(4-6 раз). Хоть утята маловаты, Машут крыльями ребята3. «Гуси шипят». Стоя, ноги слегка расставлены, ладони в сторону. Наклон вперед, отвести руки назад, сказать «ш-ш-ш». (4-6 раз). А вот и гуси стоят, На детей они шипят.4. «Кошечка добрая и злая». Стоя на четвереньках, смотрят вперед. 1- выгнуть спину, посмотреть вниз, 2- прогнуть спину, поднять голову вверх.(4-6 раз). Кошечка проснулась, Посмотрела, потянулась5. Ноги вместе, руки перед грудью, как лапки. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой. (2 раза по 8 прыжков). Вот нас песик увидал, И от радости прыгать стал.Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по скамейке;Прыжки: Спрыгивание с высоты (20-30 см.)Метание: Катание мяча двумя руками друг другу сидя;П/и «Наседка и цыплята»  |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, степы – 20см., б.мячи на пол группы, зеленая варежка, теннисные варежки по кол-ву детей, башмачокИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель земного шара» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 – 6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо, ползать на животе по полу, упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с кубов, в перешагивании с предмета на предмет, в ходьбе по наклонной.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать уверенность в себе. |
| Тема | Структура занятия |
| Игрушки | Вводная часть: (№1,с.24) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки на плечах; легкий бег, «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «В гости к игрушкам»** 1. «Слон» Ноги слегка расставлены, руки на поясе, 1-наклон головы вперед, 2-наклон головы назад (по 3-4 раза в каждую сторону).2. «Мишка» Ноги узкой дорожкой, руки на поясе. 1- присесть, обхватив колени руками, 2- и.п.. (4-6раз). 3. «Лисичка» Стоя на четвереньках. 1- прогнуться в спине, голову поднять, сделать вдох. 2- выгнуть спину дугой, прижимая подбородок к груди, сделать выдох (4 -6 раз ).4. «Велосипед» Лежа на полу, руки вдоль туловища, круговые движения ногами.(3 раза по 8).5. «Мяч» Прыжки на двух ногах, руки на поясе. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: Перешагивание через предметы;Прыжки: Спрыгивание с кубов (30 см.);Метание: Бросание мяча двумя руками в баскетбольное кольцо от груди, из-за головы.П\и «Лошадка» Соревнование пар: лошадка – наездник. По двое, один держит за талию второго, дети бегут через зал. Потом они меняются местами. Я лошадка серый бок. Я копытцами цок-цок. Если очень захочу, То тебя я прокачу! |
| Оборудование: канат, набивные мячи, игрушки яблоки, гимн. доска, кегли, атрибуты для п/и Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

 Ситуация месяца Я житель земного шара» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 – 8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо, ползать на животе по полу, упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с кубов, в перешагивании с предмета на предмет, в ходьбе по наклонной доске.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура занятия |
| Мир вокруг нас «День матери» | Вводная часть: (№1,с.25) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки на плечах; легкий бег, «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**ОРУ «Мамины помощники»** (№2, с.203)Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по наклонной доске;Прыжки: Спрыгивание с кубов (30 см.)Лазание: Упражнение «Разведчики»; ползание на животе по полу;П/и «Перемыл я всю посуду» (№2,с205)П/и «Сегодня маме помогаем» (№2,с205) |
| Оборудование: гимнастическая доска, гимн. скамейка, степы на пол группыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упр. (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку; скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать ловкость, быстроту.  |
| Тема | Структура занятия |
| Начало зимы | Вводная часть: (№1,с.25) Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, спиной вперед, «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Зима пришла» (№2)**1.«Дышим морозным воздухом» И. П.: ноги врозь, руки вниз; 1-2 - руки в стороны, подняться на носки, вдох через нос; 3- 4 - и. п., выдох через рот. Повторить 4-5 раз. 2. «Погреем плечи» и.п..: ноги слегка расставить, руки в стороны; 1-2 - обхватить кистями рук противоположные плечи, сказать «ух»; 3-4 - и. п. Повторить 5-6 раз. 3. «Дровосек» и.п..: ноги врозь, руки вверх, пальцы рук сложить в замок; 1-2 - наклон вперед, пронести руки между ног, сказать «ух»; 3-4 - и. п. Повторить 5-6 раз. 4.«Погреем ноги» и.п..: ноги слегка расставить, руки вниз; 1-2 - поднять правое (левое) колено, хлопнуть по нему руками, сказать «хлоп»; 3-4 - и. п. Повторить 6 раз. 5. «Спрячемся за сугробы» и.п..: ноги слегка расставить, руки на пояс; 1 - присесть, руки на колени;2 - и. п. Повторить 4-6 раз. 6.«Прыгаем, стараемся, мороза не пугаемся» И. П.: ноги слегка расставить, руки вниз; 8-10 подпрыгиваний, продвигаясь вперед. Чередовать прыжки с ходьбой. Повторить 2-3 раза. П/и «Мороз» На площадке обозначаются 2 черты длиной 5-6 м. Расстояние между 1-й и 2-й чертой 4- 4,5 м. По считалке выбирается водящий - «Мороз». Он располагается в своем доме - начерченном на площадке круге. Дети встают за [-ю черту, которая находится на расстоянии 1,5-2 м от дома «Мороза», и поворачиваются к нему лицом. Педагог вместе с детьми произносит следующий текст: Ох, Мороз, Мороз, Мороз, Мерзнут руки, мерзнет нос. Нас, Мороз, не обижай! Не пугай! Не угрожай! Хватит по лесу трещать! Тебе, мороз, нас не догнать! После слов «тебе, Мороз, нас не догнать!» дети убегают за вторую черту, водящий старается их догнать.  Когда «Мороз» коснется кого-либо из детей, этот ребенок должен остановиться, поднять руки в стороны, он «замороженный». Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по «следам»Прыжки в длину с места до ориентираМетание: бросание мяча из-за головы через сеткуП/и «Мороз» (№2,с219)П/и «Веселые снежинки» (№2,220) |
| Оборудование: гимнастическая доска, гимн. скамейка, степы на пол группыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упр. (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 – 4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку; скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать ловкость, быстроту.  |
| Тема | Структура занятия |
| Мир вокруг нас | Беседа «Из чего сделаны предметы»Вводная часть: (№1,с.25)Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, легкий бег, обычная ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Опасные предметы»** 1.«Иголка». Дети имитируют волнообразные движения иголки одной рукой, затем другой. 2. «Топор». Стоя, ноги на ширине плеч, руки вверху, кисти в замок. Наклониться вниз, произнести «ух», вернуться в и.п. ( 4-6 раз).3. «Языки пламени». Лежа на спине. Поочередное махание руками и ногами – барахтанье. ( 3 раза по 8).4. «Ножницы». Прыжки со сменой положения ног (врозь – вместе), в чередовании с ходьбой.( 2-3 раза)Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по веревке боком.Прыжки: Прыжки в длину на мат.Лазание: ползание по скамейке на животеП/и «Мыши и кот» |
| Оборудование:. канат, мат, гимн. скамейка, маски для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упр. (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 – 6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках, в метании, в ползании на 4-х; развивать координацию движений, мелкие мышцы руки.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать умение играть дружно. |
| Тема | Структура занятия |
| Мир вокруг нас | Беседа о зимующих птицахВводная часть: (№1,с.26)Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, легкий бег, обычная ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Воробушки»**1.«Птички резвятся». Ноги узкой дорожкой, руки вдоль туловища. 1- взмах руками вверх, потянуться, подняться на носки. 2 – вернуться в и.п. выполняя полуприседание. (4 раза).2.«Птички ищут себе корм». Ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. 1- наклониться вперед, руки отвести назад, покрутить головой, поискать червячка. 2- и.п. (4 раза).3.«Птички клюют семечки». Ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1- присесть, постучать указательными пальчиками по полу. 2- и.п. (4 раза).4.«Птички чистят перышки». Лежа на животе, руки вытянуты вверх. 1- перевернуться на спину. 2- и.п. (4 раза).5.«Птички прыгают ». Прыжки на двух ногах в чередовании с легким бегом на месте со взмахами рук.Основные виды движений:Равновесие: Перешагивание через кегли по прямой.Прыжки через предметыМетание: бросание мяча двумя руками от груди через сетку с Р-1,5м; прокатывание мяча головой на 4-х.П/и «Воробушки и кот» |
| Оборудование: кегли, гимн палки, б.мячи на пол группы, сетка вол., султанчики на ору, маска для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упр. (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 – 8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках, в метании, в ползании на 4-х; развивать координацию движений, мелкие мышцы руки.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать умения играть дружно. |
| Тема | Структура занятия |
| К нам приходит новый год | Беседа о новогоднем праздникеВводная часть: (№1,с.26)Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, легкий бег, обычная ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с султанчиками**«Наряжаем елку»И.П. у. с. руки с султанчиками опущены вниз. 1- подняться на носки, руки вверх, переложить султанчик в другую руку. 2- вернуться в и.п. «Натягиваем гирлянды»И.П. ноги на ширине плеч, руки в вдоль туловища. 1- наклон туловища в правую сторону, обе руки вправо. 2- вернуться в и.п. 3-4. повторить в другую сторону. «Подбросим снежку»И.П. сед с прямыми ногами. 1-наклон туловища вперед в конце кистями рук встряхнуть. 2-вернуться в и.п. «Подуй на снежинку»И.П. о.с. руки на пояс.1- лежа на животе, руки с султанчиком перед собой удержаться, подуть на султанчик. 2- вернуться в и.п.«Ура! – праздник»И.П. у. с. прыжки на носках, с мягким приземлением на носки ног.Основные виды движений:Равновесие: Перешагивание через кегли по прямой.Прыжки через предметыМетание: бросание мяча двумя руками от груди через сетку с Р-1,5м; прокатывание мяча головой на 4-х.П/и «Ой, что за народ за Морозом идет!». Мы по кругу пойдем, Хоровод свой заведем! -Ой, что за народ за Морозом идет,Дед Мороз, Дед Мороз ты нам ручки не морозь…. Ты нам ножки не морозь…Ты нам щечки не морозь и т.д. |
| Оборудование: кегли, гимн палки, б.мячи на пол группы, сетка вол., султанчики на оруИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упр. (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 –4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, закреплять умения прыгать на двух ногах через предметы, спрыгивать со скамейки, ползать по наклонной доске на 4-х, отбивать мяч одной рукой о пол, метать в горизонтальную цель правой-левой руками.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать дружеские отношения между детьми. |
| Тема | Структура НОД |
| К нам приходит новый год | Вводная часть: (№1,с.26) Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком, легкий бег, обычная ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с султанчиками**1.«Наряжаем елку» И.П. у. с. руки с султанчиками опущены вниз. 1- подняться на носки, руки вверх, переложить султанчик в другую руку. 2- вернуться в и.п. 2.«Натягиваем гирлянды» И.П. ноги на ширине плеч, руки в вдоль туловища. 1- наклон туловища в правую сторону, обе руки вправо. 2- вернуться в и.п. 3-4. повторить в другую сторону.3. «Подбросим снежку» И.П. сед с прямыми ногами. 1-наклон туловища вперед в конце кистями рук встряхнуть. 2- и.п.5.4.Подуй на снежинку» И.П. о.с. руки на пояс.1- лежа на животе, руки с султанчиком перед собой удержаться, подуть на султанчик. 2- вернуться в и.п.6.«Ура! – праздник» И.П. у. с. прыжки на носках, с мягким приземлением на носки ног.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по ребристой доске.Прыжки на двух ногах через набивные мячи, со скамейки Метание: отбивание мяча правой – левой руками о пол; метание в горизонтальную цель с (Р-2м.) правой-левой руками.Лазание: ползание по наклонной доске вверх и вниз на 4-х.П/и «Ой, что за народ за Морозом идет!». Мы по кругу пойдем, Хоровод свой заведем! -Ой, что за народ за Морозом идет,Дед Мороз, Дед Мороз ты нам ручки не морозь…. Ты нам ножки не морозь…Ты нам щечки не морозь и т.д. |
| Оборудование: ребристая доска, набивные мячи 5 шт., гимн. скамейка, б.мячи, гимн. доска, султанчики на всех детей по 2 шт., маски для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

 Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 –6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в метании, в равновесии, в прыжках через обручи, прыжках со скамейки, подлезании под веревкой прямо и боком.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать внимание в игре. |
| Тема | Структура НОД |
| Дикие животные | Вводная часть: (№1, с.27) Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; приставным шагом; обычная ходьба; легкий бег, бег спиной вперед, спокойный бег. Ходьба. Дыхательное упражнение: «Серый волк». «Серый волк в густом лесу –у-у-у! Часто воет на луну: у-у-у! Как услышишь этот вой – у-у-у! Убегай скорей домой – у-у-у!» **Комплекс ОРУ «Кто живет на Севере»** (№2; с.306) Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по веревке, приставляя пальцы одной ноги к пятке другой ноги.Прыжки на двух ногах через обручи, со скамейкиМетание: катание мяча в парах из разных положений.Лазание: подлезание под веревкой прямо и боком.П/и «Олени в тундре» (№2; с.307)И м/п «Медвежья зарядка (№2;с.309) Дети образуют круг, встают друг от друга на расстоянии вытянутых в стороны рук. Педагог встает в центр круга и читает детям текст: Чтоб на Севере не мерзнуть, Не болеть и не хворать, Нужно делать всем зарядку и движенья выполнять! Кто там спит под снегом сладко? Медвежата, на зарядку! Из берлоги вылезайте, упражненья выполняйте! После этого педагог начинает выполнять разные движения, играющие должны их повторять вслед за ним. Но одно из движений - «запрещенное», его нельзя повторять за педагогом. Например, запрещено выполнять движение «руки к плечам». Педагог делает разные движения, все дети их повторяют. Неожиданно педагог выполняет «запрещенное» движение. Игрок (игроки), который повторит его за педагогом, отходит в сторону от круга играющих, игра продолжается дальше. В конце игры педагог отмечает самых внимательных игроков |
| Словарная работа: Дикие животные, берлога, нора, дубло. Оборудование Канат, 5-6 обручей, гимн. скамейка,б.мячи, дл. Веревка Предварительная работа: Отгадывание загадок, рассматривание иллюстраций, организация подвижных игр с детьми.Методы и приемы: Словесные; наглядные; игровые.индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 –8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в метании, в равновесии, в прыжках через обручи, прыжках со скамейки, подлезании под веревкой прямо и боком.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать внимание в игре. |
| Тема | Структура занятия |
| К нам приходит новый год | Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; приставным шагом; обычная ходьба; легкий бег, бег спиной вперед, спокойный бег. Ходьба.Комплекс **ОРУ с гимнастическими палками.**1.«Стали палки поднимать» И.П. ш. с. руки с палкой опущены вниз. 1-поднять руки вверх (стали палки поднимать) 2- и.п. (стали палки опускать)2.«Наклоны в стороны» И.П. о.с. руки с палкой перед собой. 1-наклонился вправо (стали дети наклоняться) 2- и.п. ( стали дети выпрямляться) 3-4. повторить в другую сторону.3.«Приседания» И.П. о.с. руки с палками внизу. 1-присесть, руки вперед (стали дети приседать) 2- и.п. (потом вместе все вставать)4.«Прыжки через палки» И.П. у.с. палки лежат на полу. 1- перепрыгнуть через палку. 2- повернуться к палке лицом, перепрыгнуть. 5.«Вверх - вниз» И.П. ноги на ширине плеч, руки с палкой внизу. 1- поднять руки вверх – вдох. Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по веревке, приставляя пальцы одной ноги к пятке другой ноги.Прыжки на двух ногах через обручи, со скамейкиМетание: катание мяча в парах из разных положений.Лазание: подлезание под веревкой прямо и боком.П/и «Цветные автомобили» |
| Оборудование: Гимн. палки, обручи, мячи, дл. веревкаИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 –2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в прыжках в высоту, спрыгивание с высоты, в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками, в отбивании о пол правой и левой руками, в пролезании в обруч прямо и боком, в скатывании мяча по наклонной доске с попаданием в предмет, закреплять умение выполнять основные виды движений, учить катать мяч двумя руками.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир игры | Вводная часть (№1,с.28) Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки за голову, спиной вперед, полуприсяде, змейкой, быстрый бег. Ходьба.**Комплекс ОРУ с обручем**.1.«Поднимаем обруч вверх» И.П. о. с. Руки с обручем опущены вниз. 1. руки вперед, 2. руки вверх, посмотреть в обруч. 3-4. и.п.2. «Портрет» И.П. пятки вместе, носки врозь, обруч перед грудью. 1-присесть, руки вперед, посмотреть в обруч. 2- и.п.3. «Повернись» И.П. стоя на коленях, руки опущены с обручем внизу. 1-поднять руки вперед, повернуться в правую сторону. 2- и.п.3-4. повторить в другую сторону.4. «Обруч выше» И.П. лежа на животе, обруч у груди в согнутых руках. 1- приподнять обруч вверх, посмотреть. 2- и.п.5. «Коснись колен» И.П. лежа на спине, обруч в руках. 1- приподняться, надеть обруч на колени. 2-и.п. Основные виды движенийРавновесие: ходьба по скамейке;Прыжки: в длину с места до ориентира;Метание: подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.П/и «Ловишки с ленточками» ходьба |
| Оборудование: гимнастическая скмаейка, кубики, б. мячи на полгруппы, ленточки-хвостики для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 –4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в прыжках в высоту, спрыгивание с высоты, в отбивании о пол правой и левой руками, в пролезании в обруч прямо и боком, в скатывании мяча по наклонной доске с попаданием в предмет, закреплять умение выполнять основные виды движений, учить катать мяч двумя руками.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Ми округ нас | Вводная часть (№1,с.28) Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки за голову, спиной вперед, полуприсяде, змейкой, быстрый бег. Ходьба.**Комплекс ОРУ со скакалкой** 1. И. п. – о. с. вдвое сложенная скакалка в опущенных руках. 1 – руки с натянутой скакалкой к груди; 2 – руки вверх; 3 – к груди; 4 – и. п.2. И. п. – ноги на ширине плеч, руки со скакалкой за спиной. 1–3 – пружинящий поворот в сторону – выдох; 4 – и. п. – вдох. То же в другую сторону.3. И. п. – о. с. скакалка внизу. 1 – присесть, разводя колени, руки вверх; 2 – и. п.4. И. п. – ноги врозь, стоя на скакалке, концы скакалок в опущенных руках. 1 – резкий наклон вперед, отводя руки назад – вверх; 2 – и. п.5. И. п. – ноги врозь, скакалка, сложенная вдвое, в опущенных руках. 1–2 – перенести одну ногу через натянутую скакалку; 3–4 – обратное движение – и. п. То же другой ногой.6. И. п. – ноги врозь, скакалка, сложенная вдвое, в одной руке. Вращая скакалку параллельно полу, перепрыгивать через нее.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по веревке боком;Прыжки: спрыгивание с высоты;Метание: прокатывание мяча двумя руками, правой-левой руками перед сабой по полуЛазание: пролезание в обруч прямо и боком.П/и «Ловишки с мячом» ходьба |
| Оборудование: гимнастическая скмаейка, кубики, б. мячи на полгруппы, ленточки-хвостики для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 –6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать координацию движения; упражнять в равновесии, в прыжках со скамейки, в ползании на 4-х по скамейке, подбрасывании мяча вверх;Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать усидчивость в выполнении заданий. |
| Тема | Структура НОД |
| Профессии наших родителей | Вводная часть (№1,с.29) Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки за голову, спиной вперед, полуприсяде, змейкой, быстрый бег, прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Мы в профессии играем»** 1. Дети стоят, ноги слегка расставлены, руки внизу. Подняться на носки- руки вверх, посмотреть на них – затем опустить. (4-6раз). Вот мы с вами пришли в магазин. Кто нас встречает, конечно же продавец. Продавцу нужно много трудиться, чтобы расставить все продукты на полках, иногда нужно дотянуться до самой верхней.2. Стоя, ноги слегка расставлены, повороты туловища, вправо-влево, при этом подносить руку ко лбу, как бы вглядываясь в даль. (по3- 4 раза). А кто тушит пожар? Пожарник. На колокольне он стоит, Во все стороны глядит.3. Стоя, ноги широко расставлены, руки в замок вверху. Дети делают глубокий наклон вниз, руки опускают между ног вниз, при этом говорят «ух». (4-6 раз). Самая важная профессия в нашем городе - это шахтер, он добывает уголь, давайте ему поможем. Будем рубить уголь.4. Лежа на спине, руки согнуты в локтях в упоре сзади. Поочередное сгибание и разгибание ног, как бы крутя педали. (4-6 раз) А кто нам приносит почту? Конечно же, почтальон. Летом он развозит почту на велосипеде. Давайте покажем, как мы умеем крутить педали.5. Бег на месте с высоким подниманием колена.. (2 раза по 8 в чередовании с ходьбой).А в тундре живут оленеводы, которые пасут оленей. Оленевод очень быстро бегает, перегоняя оленей с места на место.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по ребристой доске;Прыжки: со скамейки;Метание: подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его; отбивание об пол;Лазание: прокатывание мяча головой вперед из положения на 4-х;П/и «Цветные автомобили», «Веселый пешеход» |
| Оборудование: ребристая доска, гимнастическая скамейка, б. мячи на полгруппы, рули для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 –8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать координацию движения; упражнять в равновесии, в прыжках со скамейки, в ползании на 4-х по скамейке, закреплять умение перебрасывать мяч двумя руками и одной через препятствия;Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать усидчивость в выполнении заданий. |
| Тема | Структура НОД |
| Защитники Отечества | Вводная часть (№1,с.29) Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки за голову, спиной вперед, полуприсяде, змейкой, быстрый бег, прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Защитники»**1. «Мы моряки» И. п.: о. с, правая рука вверх, левая книзу назад. 1 — резким движением поменять положение рук; 2 - и. п. Руки прямые, головуне опускать. Повторить 6—8 раз.2. «Мы летчики» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки согнуты перед грудью. 1- развести руки в стороны, ладони вниз -вдох; 2 вернуться в и. п.- выдох. При выполнении упражнений локти не опускать. 3. «Мы пограничники» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вниз. 1—2 - наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 3—4 — вернуться в и. п., выпрямиться. Упражнение выполнять в медленном темпе..4. «Мы сигнальщики» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверх. 1 — поворот вправо, руки на пояс - выдох; 2 - й . п., вдох; 3—4 — то же в другую сторону. При поворотах ноги с места не сдвигать. 5. «Мы разведчики» И. п.: о. с, руки вниз. 1—2 — присесть, колени врозь, руки к плечам; 3—4 — и. п. 6. «Мы сильные, ловкие, смелые*»* И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки на пояс. 10 прыжков на месте ноги врозь - ноги скрестно, непродолжительная ходьба на месте. Повторить 2—3 раза.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по наклонной доске;Метание: перебрасывание мяча двумя руками , одной рукой через препятствия;Лазание: прокатывание мяча головой вперед из положения на 4-х;П/и «Салют» (№1, с.29) «Стоп» |
| Оборудование: ребристая доска, гимнастическая скамейка, б. мячи на полгруппы, рули для п/иИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к маме, сестре, бабушке |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в лазании по лестнице;Оздоровительная: Формирование правильной осанки:Воспитательная: Выносливость при выполнении прыжков. |
| Тема | Структура НОД |
| Моя семья |  Вводная часть (№1,с.29) Ходьба на носочках, руки на поясе, на пятках, ходьба в полуприседе, руки вперед, «обезьянки», ходьба в врассыпную, боковой галоп, ходьба. Дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ «Моя семья»**1. И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину; хлопнуть перед лицом 6 раз под слова педагога: Папа, мама, брат и я Вместе - дружная семья!2. И.П. Отвести руки за спину. Повторить 3 раза. Все вместе наклоняемся, Физкультурой занимаемся! 3.И. П.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, ладони на колени, смотреть вперед. Вернуться в и. п. Повторить 5 раз. Папа большой, А я - маленький. Пусть я маленький, Зато - удаленький. 4.И. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз. Вернуться в и. п. Повторить 4-5 раз. Прыгаем мы дружно, Это очень нужно! Кто же прыгнет выше - Мама или Миша? 5. И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину. Выполнить 6-8 подпрыгиваний; непродолжительная ходьба (5-6 сек). Повторить 2 раза... Носом воздух мы вдыхаем, ртом мы воздух выдыхаем.Не страшна простуда нам, нам не нужно к докторам! Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке боком;Прыжки: на двух ногах из обруча в обручЛазание: по лестнице вверх-вниз приставным шагом.П/и «Кто живет у нас в квартире?» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, 2-3 обруча, матыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

Ситуация месяца « Моя семья, мои корни» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 –4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к маме, сестре, бабушке. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в лазании по лестнице, пролезать прямо и боком в обруч, в катании обруча между предметами.Оздоровительная: Формирование правильной осанки:Воспитательная: Выносливость при выполнении прыжков. |
| Тема | Структура НОД |  |
| Природа вокруг нас | Вводная часть (№1,с.29) Ходьба на носочках, руки на поясе, на пятках, ходьба в полуприседе, руки вперед, «обезьянки», ходьба в врассыпную, боковой галоп, ходьба. Дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ «Весна пришла»**1.«Теплое солнышко греет нам ладошки» И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину. Руки вперед; поворачивать ладони вверх-вниз, сказать «тепло». Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. Повторить 5 раз. 2.«Птички прилетели - кончились метели» И. П.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, помахать ими «машут крыльями»: опустить руки. Вернуться в и. п. Опускать руки медленно и говорить «га-га-гае. Повторить 5 раз. 3.«Появилась первая травка» И. П.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед; руки вниз, сказать «травка>. Вернуться в и. П., выпрямиться, потянуться. Повторить 5 раз. 4.«Прыгаем через лужи» и. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на двух ногах в произвольном направлении. После 6-8 прыжков выполнить 6-8 шагов на месте. И. п. Дыхание произвольное. Повторить 2-3 раза. 5.«Дышим весенним воздухом» и. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, подняться на носки, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести«а-а-ахэ. Повторить 3-4 раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по веревке прямо;Прыжки: на двух ногах из обруча в обручМетание: прокатывание обруча между предметамиЛазание: по лестнице вверх-вниз приставным шагом. Пролезание прямо и боком в обруч.П/и «Лягушки»(№2,с.158) |
| Оборудование: канат, обручи, маты, маски для п/и.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения. |
| Программное содержание | Упражнять в беге змейкой между предметами, в равновесии, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места;Оздоровительная: Формирование правильной осанки:Воспитательная: Выносливость интерес к подвижным играм. |
| Тема | Структура |
| Мир вокруг нас |  Вводная часть: (№1,с.31) Ходьба и бег змейкой между предметами; ходьба с заданиями, боковой галоп, бег в медленном и быстром темпе. Ходьба, дыхательное упражнение «Ку-ка-ре-ку».**Комплекс ОРУ с мячом**1.Ноги на ширине плеч, мяч в опущенных руках. 1 – поднять мяч вверх, посмотреть на него, 2-и.п. (4-6 раз).2.Ноги на ширине плеч, мяч в вытянутых вперед руках. 1- поворот туловища в право, 2-и.п., 3-поворот туловища влево, 4-и.п. (по 3-4 раза в каждую сторону).3.Ноги на ширине плеч, мяч в руках перед грудью. 1- наклониться, коснуться мячом пола, 2-и.п. (4-6 раз).4.Ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках перед грудью. 1- присесть, руки вытянуть вперед, 2-и.п. (4-6 раз).Основные виды движений:Равновесие: Перешагивание через кегли;Прыжки: в длину с места до ориентира;Метание: Отбивание мяча правой и левой рукой на месте;П/и «Волк и козлята». 2-3 раза. Дети стоят в обручах. По сигналу воспитателя козлятки выходят погулять, прыгают, бегают, кушают травку, - волк спит. Как только волк просыпается, козлятки должны убежать в свои домики. |
| Оборудование: кегли 5-6 шт., б. мячи на пол.группы;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

Ситуация месяца « Моя семья, мои корни» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения на занятии. |
| Программное содержание | Упражнять в беге змейкой между предметами, в равновесии, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места;Оздоровительная: Формирование правильной осанки:Воспитательная: Выносливость интерес к подвижным играм |
| Тема | Структура НОД |
| Весна пришла |  Вводная часть: (№1,с.31) )Ходьба и бег змейкой между предметами; ходьба с заданиями, боковой галоп, бег в медленном и быстром темпе. Ходьба, дыхательное упражнение «Ку-ка-ре-ку».**Комплекс ОРУ** **«Весна»**Весну будем зазывать. «Солнышко, ведрышко выходи, Весну красную с собой приводи!».1. «Птичка летит». Стоя, руки внизу. Махи руками через стороны вверх-вниз. (4-6 раз). Прилетает весною скворец, Говорит: «Зиме конец».2. Стоя, руки на поясе, ноги узкой дорожкой. 1- присесть, обхватить колени руками, 2- и.п. (4-6 раз). Просыпается весною все живое. Ежик делает зарядку, Выполняет он присядку.3. Лежа на спине, руки прижаты вдоль туловища. Повороты туловища вправо-влево. (По 3-4 раза в каждую сторону). Мишка проснулся, С боку на бок повернулся.4. Стоя на коленях, руки на поясе. 1- присесть, 2-встать, посмотреть по сторонам. (4-6 раз). Вышел заяц из норы, Смотрит, нет ли где лисы.5. Прыжки со сменой положения ног (врозь – вместе), в чередовании с ходьбой. (2-3 раза). Словно пушистый мячик, Белка по веткам скачет.Основные виды движенийРавновесие: ходьба и бег по наклонной доске;Метание: катание мяча в парах; бросание и ловля мяча из разных положений;Лазание: упражнение «Жучок»Психогимнастика «Смелый заяц». Поза, чуть поднятый подбородок, уверенный взгляд.Все говорят про зайца, что он трус. А вы покажите мне смелого зайца, который не боится стоя на пеньке громко петь песни и читать стихи. Подвижная игра «Скворечники».На площадке раскладываются обручи: на один меньше числа играющих – это скворечники. Все дети скворцы.они свободно бегают, летают на площадке. По сигналу воспитателя бегут, занимают обруч. Кто остался без обруча, садится на скамейку. |
| Оборудование: гимнастическая доска, б. мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к православным праздникам.  |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко, метать, лазать; учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям |
| Тема | Структура НОД |
| День радости | Вводная часть: (№1,с.23) Ходьба на носках, на пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.Комплекс **ОРУ с платочками**Основные виды движений: Равновесие: Ходьба по канату прямо;Прыжки: в длину с места до ориентира;Метание: Брасание мяча из-за головы двумя руками друг другу сидя;П/и «Карусели». П\и «Найди игрушку» |
| Оборудование: канат, б.мячи, ленточки разноцветные;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к праздникам. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко, метать, лазать; учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Путешествие в космос | Вводная часть: (№1, с.32) Ходьба на носках, на пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Космос»**Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по веревке боком приставным шагом;Метание: бросание мяча через сетку;Лазание: Упр. «Муравьи» ползание по полу с опорой на предплечья и колени.П/и «Космодром» |
| Оборудование: канат, б.мячи, волейбольная сетка, 4 обруча;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть Вселенной» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к праздникам. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить играм с элементами соревнования; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо из-за головы, от груди; упражнять в лазании по гимн. стенке, в прыжках в длину с места, через веревку боком, в пролезании прямо и боком в обруч.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать уверенность в себе. |
| Тема | Структура НОД |
| Птицы прилетели | Вводная часть: (№1,с.24) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки на плечах; легкий бег, «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.Комплекс **ОРУ «Скворцы прилетели»** Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по ребристой доске;Прыжки: через веревку боком;Метание: Бросание мяча двумя руками в баскетбольное кольцо от груди, из-за головы.П\и «Воробушки и автомобиль» |
| Оборудование: ребристая доска, канат, б.мячи, маленькие обручи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

Ситуация месяца «Я Россиянин» Средняя группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к праздникам. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать координацию движений; упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока от пола, в метании мешочков в вертикальную цель, в равновесии, в прыжках в длину с места; учить прыгать через короткую скакалку. Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| День Победы | Вводная часть (№1;с.32) Ходьба на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, на четвереньках, «обезьянки»; легкий бег, баковой галоп. Ходьба. Перестроение на ОРУ.**Комплекс ОРУ с флажками**1.Ноги на ширине плеч, флажки в обеих руках внизу. Поднять флажки вверх, скрестить и постучать палочками друг о друга. (4-6 раз).2.Ноги на ширине плеч, флажки в согнутых к плечам руках. Присесть, вынести флажки вперед, встать, вернуться в и.п. (4-6 раз).3.Сидя на пятках, флажки в обеих руках перед грудью. Привстать на колени, поднять руки вверх, помахать флажками, вернуться в и.п. (4-6 раз).4.Лежа на полу, на спине, флажки вдоль туловища. Поднять руки вверх, помахать флажками, вернуться в и.п. (4-6 раз). 5.Прыжки на двух ногах, флажки в опущенных руках. 2 раза в чередовании с ходьбой.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке через предметы (В-20 см.)Прыжки через короткую скакалку, в длину с места до ориентираМетание: подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, метание мешочков;П/и «Салют», «Мы шагаем на парад» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, короткие скакалки, канат, б.мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

Ситуация месяца «Я Россиянин» Средняя группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к праздникам. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, играть в игры с элементами соревнования, лазать по гимнастической стенке и переходить с одного пролета на другой; закреплять умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко; упражнять в прыжках через веревку боком.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений |
| Тема | Структура НОД |
| Права детей | Вводная часть (№1;с.32) Ходьба на носках, на пятках, в полуприседе, с высоким поднимание колен, «раки», «обезьянки», ходьба и бег змейкой, бег со сменой ведущего. Ходьба, перестроение по три.**Комплекс ОРУ с султанчиками**Основные виды движений:Равновесие: ходьба ребристой доске;Прыжки через веревку боком с продвижением вперед;Метание: метание мешочков вдаль правой - левой руками от плеча в вертикальную цельП/и «Мы веселые ребята» |
| Оборудование: ребристая доска, канат, мешочки с песком, 2 письмо-донесение,скакалки;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

 Ситуация месяца «Я Россиянин» Средняя группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (4-5 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к праздникам. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать координацию движений; упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока от пола, в метании мешочков в вертикальную цель, в равновесии, в прыжках в длину с места; учить прыгать через короткую скакалку. Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир вокруг нас | Вводная часть (№1;с.15) Ходьба на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, на четвереньках, «обезьянки»; легкий бег, баковой галоп. Ходьба. Перестроение на ОРУ.**Комплекс ОРУ «В гости к игрушкам»** с196Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке через предметы (В-20 см.)Прыжки через короткую скакалку, в длину с места до ориентираМетание: подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.П/и «Соберитесь у игрушек » с.197П\и « Я люблю свои игрушки» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, короткие скакалки, б.мячи, маленькие обручи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

 Ситуация месяца «Я Россиянин» Средняя группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к праздникам. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать координацию движений; упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока от пола, в метании мешочков в вертикальную цель, в равновесии, в прыжках в длину с места; учить прыгать через короткую скакалку. Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| Наши любимые книжки | Вводная часть (№1, с. 32) Ходьба на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, на четвереньках, «обезьянки»; легкий бег, баковой галоп. Ходьба. Перестроение на ОРУ. **Комплекс ОРУ «Книжкина неделя»**1. «Колобок». Ноги вместе, руки на поясе. Медленное вращение головы вправо и влево. ( по 3-4 раза в каждую сторону).2. «Б.Яга – костяная нога». Ноги вместе, руки на поясе. 1-выставить ногу вперед на пятку, 2-и.п., 3-4 тоже другой ногой. (по 3 раза каждой ногой).3. «Тянем – потянем». Ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1-наклониться, потянуться вправо, руки вытягиваем в том же направлении, 2- и.п., 3-4 тоже, в другую сторону. ( по 3 раза).4. «Поросята». Лежа на животе, руки вытянуты вверх. 1- перевернуться на спину. 2- и.п. (4-6 раз).5. «Козлятки». Ноги вместе, руками изображают рожки на голове. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой.Основные виды движений:Прыжки на двух ногах между предметами.Метание: бросание от груди из разных положений рук в парахЛазание: упр. «Муравьи» ползание по полу с опрой на предплечья и колени.П/и «Куклы и карусели» (№2,с.19)П/и с речитативом «Кукла - неваляшка» (№2,с.19) |
| Оборудование: кегли, б.мячи, обручи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

Старшая группа

 СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 –2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в пролезании в обруч боком, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед; развивать ловкость, глазомер, координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать у детей уверенность в выполнении упражнений |
| Тема | Структура НОД |  |
| Наше лето | Вводная часть(№1, с.39) Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной, на внешней стороне стопы, руки согнуты в локтях; с разворотом в противоположную сторону, скрестным шагом; с высоким поднимание колен, легкий бег с перепрыгиванием через мягкие предметы, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Лето прекрасная пора»**«Теплый дождик» И.П. о.с. руки за спину. 1- полу присед, правую руку вынести вперед, ладонью кверху. 2- вернуться в и.п. 3-4-повторить с левой рукой.«Красочная радуга» И.П. ноги на ширине плеч, руки в стороны, ладонями вверх1- наклон туловища в правую сторону, поднять руку вверх. 2-повторить в другую сторону.«Купаемся в речке» И.П. ш.с. руки в вдоль туловища. 1- 6-поднять руки вперед, имитируем плаванье. 7-8. вернуться в и.п.«Прилетают птицы» И.П. у.с. руки свободно. 1- поднять прямые руки в стороны,, помахать вверх, вниз. 2 вернуться в и.п.«Бабочки перелетают с цветка на цветок» И.П. о.с. руки вдоль туловища.1- прыжки с продвижением вперед, 5-6 раз. 2- развернуться, прыжки в обратную сторону.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.Прыжки: на двух ногах между предметамиМетание: бросание мяча друг другу; бросание мяча о пол и ловля его двумя руками на месте.П\и «Найди пару». |
| Оборудование: Гимн. скамейка,4-5 кеглей,Б.мячи, мешочки, кеглиИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 –4 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу, в равновесии, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладонях и коленях; учить прыгать по кругу с мячом, зажатым между колен; развивать глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Я мои друзья |  Вводная часть (№1, с.№38) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, обычная ходьба; быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение на ору.Комплекс ОРУ в парах « Мы дружные»1.«Здравствуйте» И. п.: стоя, ноги параллельно, руки на поясе. 1-взяться за руки. 2- опустить голову, коснуться груди подбородком. 3-поднять голову.4-и.п.. 6 раз. 2. «Мы вместе» И.п.: стоя, ноги параллельно, руки вдоль ту­ловища. 1- взяться за руки. 2-3- поднять руки вперед - вверх, правая нога назад. 4 –и.п. 6 раз.3. «Мы умелые» И.п.: сидя по кругу, взявшись за руки, ноги прямые вместе. 1- согнуть ноги в коленях. 2- положить ноги вправо на пол. 3-положить ноги влево на пол. 4-и.п.. 5 раз. 4. И.п.: основная стойка. 1— правая рука на пояс.1— левая рука на пояс.2— правая рука в сторону. 3— левая рука в сторону. 4— правая рука на пояс. 5— левая рука на пояс. 6— правая рука вниз. 7— левая рука вниз. 8 р 5. «Мы дружные» И.п.: встать парами лицом друг к другу, взяв­шись за руки. Прыжки чередовать с ходьбой. Основные виды движенийПрыжки: упр. «Пингвины» по прямой.Метание мешочков в обруч от груди.Лазание: ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.П/и «Найди пару» |
| Оборудование: М. мячи, следы-ориентиры, б. мячи,2-3 дуги, ленточки по кол-ву детейИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

Сентябрь

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 – 6 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу, в равновесии, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладонях и коленях; учить прыгать по кругу с мячом, зажатым между колен; развивать глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Детский сад |  Вводная часть (№1, с.38) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, обычная ходьба; быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с малым мячом**«Волшебник» И.П. о. с. Мяч в правой руке. 1-руки в стороны. 2-опустить за спину, переложить мяч. 3-4- повторить.«Удержи мяч на ладони» И.П. о.с. мяч в правой руке. 1-чуть присесть, рука вперед, мяч на раскрытой ладони. 2-вернуться в и.п.«Прокати мяч» И.П. ш.с., мяч в левой руке. 1-наклонится к левому носку, прокатить мяч вокруг правого носка. 2- вернуться в и.п.3-4-повторить в другую сторону.«Самолет с грузом» И.П. лежа на животе, руки под подбородком, мяч в правой руке.1- приподнять плечи, руки отвести назад за спину, прогнуться. 2-вернуться в и.п. мяч переложить в другую руку, повторить.«Бегом марш!» И.П. у.с. мяч на полу, руки свободно. Легкий бег вокруг мяча.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе.Прыжки: упр. «Пингвины»Метание мешочков в обручЛазание: ползание по гимн. скамейке на ладонях и коленяхП/и «Найди свою пару» |
| Оборудование: М.мячи по кол-ву д на пол группы, 3-4 обруча, канат, б.мячи, мешочкиИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 –8 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в пролезании в обруч боком, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед; развивать ловкость, глазомер, координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать у детей уверенность в выполнений заданий |
| Тема | Структура НОД |  |
| Мое день рождение | Вводная часть Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной, на внешней стороне стопы, руки согнуты в локтях; с разворотом в противоположную сторону, скрестным шагом; с высоким поднимание колен, легкий бег с перепрыгиванием через мягкие предметы, ходьба, перестроение на ору.Построение, обычная ходьба, ходьба на носках, бег друг за другом Комплекс ОРУ (Дети повторяют движения в соответствии с текстом)На разминку становись! Вправо-влево повернись. Повороты посчитай, 1.2.3. не отставай (вращение туловища вправо, влево)Начинаем приседать – 1.2.3.4.5. тот, кто делает зарядку, может нам сплясать вприсядку (приседания) А теперь поднимем ручки, и опустим их рывком. Будто прыгаем мы с кручи, летним солнечным деньком (поднять прямые руки над головой, и резким движением опустить их вниз, назад.) Подтянуть к груди колено, и немного постоять. Научитесь непременно, равновесие держать.(поднять согнутую в колене ногу, и удержать)Вот лягушка поскакала, видно здесь воды ей мало (прыжки вверх из полного приседа) Шаг на месте ходим строем! Чтоб дыханье успокоить (ходьба на месте, руки вверх – вдох, опустить – выдох)Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.Метание: бросание мяча друг другу; бросание мяча о пол и ловля его двумя руками на месте.Лазание: пролезание в обруч прямо и бокомП\и «Затейники» |
| Оборудование: Гимн. скамейка, 4-5 кеглей, Б.мячи, 2 обруча, 2 стойки, мешочки на пол группыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать точность движений; упражнять в равновесии, в лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть с мячом.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать у детей сплоченность в игре |
| Тема | Структура НОД |
| Осеннее настроение | Вводная часть: (№1,с.39) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; на внешней стороне стопы, скрестным шагом; бег в среднем темпе с перепрыгиванием через мягкие предметы, расположенные на полу; ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Осень золотая»** (№2, с.13)*1. «Дуб».* «Вот дуб растет, высокий и красивый. И смотрит он на нас игриво».И. п. — основная стойка. 1 — руки через стороны вверх, подняться на носки; 2-вернуться в и. п. Повторить 6-8 раз. *2. «Ива». «*Вот ива наклонилась над водой. Она увидела свое в ней отраженье».И. п. — стойка на коленях, руки в стороны, назад. 1 — руки вперед, коснуться пола; 2 — вернуться в и. п. 6-8 раз. *3. «Елочка».* «Принагнулась елочка, елочка-иголочка, Тяжело пушистые веточки держать».И п. — сед с прямыми ногами, руки вниз. 1 — руки вперед, коснуться носков; 2 — вернуться в и. п. *5—6* раз. 4. *«Сухие ветки». «*Сухие ветки спилили, на землю положили. Ветер задувает, ветки по земле катает». И. п. — лежа на животе. 1—4 — перекаты со спины на живот и обратно. Повторить 5—6 раз. *5. «Листики» «*Ветер листья все срывает, листья скручиваются и по ветру летают».И п. — лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки в обхват — назад. Повторить *5—б* раз. 6. «*Осинка».* «А вот осинка тонкая смеется, словно речка звонкая»И. п..— основная стойка. Прыжки (ноги сомкнуты— врозь) в чередовании с ходьбой (30—40 раз). 7. «Дровосек» (очищающее дыхание). «А вот сухие сучья рубит дровосек».Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.Прыжки на двух ногах между предметами.Метание: бросание мяча о пол и ловля его двумя руками на месте.Эстафета «Собери урожай»П/и «Осенние листья» Листья осенние тихо кружатся, *Кружатся на пальчиках, руки в стороны.*Листья нам под ноги тихо ложатся. *Приседают.*И под ногами шуршат, шелестят, *Движения руками вправо-влево.*Будто опять закружиться хотят. *Поднимаются, кружатся.* |
| Оборудование: Гимн.скамейка, мешочки на пол группы,6-7 кеглей, мячи по кол-ву детей, 2 корзинки, 10 м.мяча;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 – 4 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать точность движений; упражнять в равновесии, в лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть с мячом.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать у детей сплоченность в игре |
| Тема | Структура НОД |
| Моя малая Родина (мой город) | Вводная часть (№1,с.39) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, приставным шагом, с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, обычная ходьба; бег спиной вперед, боковой галоп, быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение**Комплекс ОРУ без предметов.** Вспомним те места, где вы бывали с родителями. В нашем городе есть бассейн. Заглянем туда и поплаваем.1. Дети стоят, ноги слегка расставлены, руки перед грудью, согнуты в локтях. Совершают руками движения пловца. (5раз). Есть на Лянторе музей, где вы можете посмотреть животных, которые живут на севере. Нужно внимательно все рассмотреть. 2. Стоя, ноги слегка расставлены, повороты туловища, вправо-влево. (по 4 раза).В нашем городе дома большие и маленькие.3. Приседания. Присесть, обхватив колени руками, затем встать, вытянув руки вверх. (4-6 р). В нашем городе протекает речка на берегу, которой мы загораем летом.4. Лежа на животе, руки согнуты в локтях перед собой. Поочередное сгибание и разгибание ног. (4 раза по 8 в чередовании с отдыхом). А вот так дети радуются, когда в нашем городе проходят праздники на Центральной площади. 5. Прыжки на двух ногах вокруг себя. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Прыжки через 5-6 предметов.Метание: отбивание мяча о пол одной рукой на месте.Лазание: подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь руками пола.П/и «Веселая карусель» |
| Оборудование: гимн. скамейка, канат, дл.веревка, баскетб.мячи,3 дуги, м. мячи, 2 обручаИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 – 6 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в прыжках, в ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движений, Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир вокруг нас | Вводная часть: Ходьба на носках, руки в стороны, на внешней стороне стопы, на пятках; спиной вперед, семенящим, широким шагом, в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп, вправо и влево; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, ходьба. **Комплекс ОРУ без предметов**«Люблю я край родимый свой, на свете он один такой» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1-2 - подняться на носки, руки в сто­ роны - вверх, вдох; 3-4 - вернуться в и. п., выдох. Повторить 8 раз «Реки, моря, перелески и горы - все это наши родные просторы» И. п.: о. с, руки в стороны. 1-3 - круговое вращение кистей в прямом направлении; 4 - руки опустить вниз. Повторить по 4 раза.  «Шелест березок и пенье ручья — это Россия родная моя» И. п.: ноги на ширине плеч, руки за головой. 1—2 — наклон вправо, руки вверх — выдох; 3—4 — и. п., вдох. То же в другую сторону. Наклоняться точно в сторону, голову держать прямо. По вторить по 4—5 раз. «Куда ни посмотришь — березки, осины. Это — России родные картины» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки на пояс. 1 — поворот вправо, левый локоть вперед; 2 — и. п.; 3 — по­ ворот влево, правый локоть вперед; 4 — и. п. Повторить 4—5 раз. «Мы весело живем в краю своем родном» И. п.: о. с, руки вниз. Слегка приседать, не отрывая ступней от пола, поочередно взмахивая руками вперед-назад. Повторить 8— 10 раз. «Хоть всю землю обойдешь — России лучше не найдешь» И. п.: стоя, ступни параллельно, руки на пояс. Поочередно сгибать колени, отрывая пятки от земли, делая энергичный перекат стопы до конца пальцев. Выполнить 8 движений. Пауза. Повторить 2—3 раза. «Любим прыгать и играть, бегать, весело скакать» И. п.: ноги вместе, руки вниз. Прыжки на месте: ноги врозь, руки в стороны — ноги вместе, руки вниз. Выполнить 8 прыжков. Непродолжительная ходьба — 8—10 шагов. Повторить 2—3 раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке на носочках, руки на поясе.Прыжки: упр. «Перепрыгни - не задень».Метание: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с Р-3,5м.Лазание: ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками П\/и «дома, мосты, дороги» (дети изображают фигуры) |
| Оборудование: Гимн. скамейка, баскетбольные мячи на пол группы, дл. веревкаИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель Лянтора» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 – 8 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе, в беге, в равновесии, в прыжках, в ползании по скамейке на животе; развивать ловкость, глазомер, координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Осень | Вводная часть: (№1,с.40) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за головой; в полуприседе, обычная ходьба, бег змейкой, легкий бег. Ходьба.**Комплекс ОРУ «В лесу»** *«Идем по лесу весело осенним ясным днем»*И. п.: стоя, ноги параллельно, руки на поясе. Выполнять шаги на месте, поочередно сгибая колени, отрывая пятки от пола, делая энер­гичный перекат стопы до конца пальцев ног. Повторить 2—3 раза по 8 шагов на месте *«Руками ветки отведем, потом под ветками пройдем»* И. п.: стоя, ноги врозь, руки вниз. 1—3 — руки в стороны -вниз, ладони вверх — вдох; 4—5 — руки скрестить, кисти на пред­плечьях, небольшой наклон вперед — выдох; 6—8 — вернуться в и. п. Повторить 6—8 раз.*«Чтоб корзинку нам поднять, нужно руки укреплять»* И. п.: о. с. руки к плечам. 1—2 — локти назад — вдох; 3—4 -медленное вращение локтями вперед — выдох. То же, вращение локтями назад. Повторить по 4 раза.*«Между кочек, впереди, много ягодок, смотри»* И. п.: стоя, ноги врозь, руки вниз. 1—2 — поворот вправо, пра­вая согнутая рука за спину, левая впереди — выдох; 3—4 — вер­нуться в и. п. То же влево. Повторить по 4—5 раз.*«Как мы по лесу пойдем, грибы в корзинку соберем»* И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс — вдох. 1—3 — пружи­нистые наклоны, кончики пальцев касаются земли — выдох; 4 -и. п. Повторить 6 раз.*«Грибов и ягод мы набрали, от радости мы заскакали»* И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Выполнить 10— 12 прыжков на месте, затем 8—10 шагов на месте в спокойном, умеренном темпе. Повторить 2—3 раза.*«Устали мы, домой пойдем, в руках корзинки понесем»* И. п.: ноги на ширине плеч, руки вниз. 1—2 — руки вверх — в стороны — вдох; 3—4 — вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.Основные виды движений: Прыжки: упражнение «Перепрыгни – не задень»Метание: подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полета мяча. Лазание: ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.П/и «Ежик в лесу» |
| Оборудование: Гимн.скамейка, мешочки на пол группы,6-7 кеглей, мячи по кол-ву детей, 2 корзинки, 10 м.мячаИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2). |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 - 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках; закреплять умения ползать по гимнастической скамейке на 4-х, перебрасывать мяч друг другу разными способами.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Дружат дети всей земли | Вводная часть: (№1, с.41) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках, с высоким подниманием колен, гусиным шагом, «крабики», «муравьишки», «обезьянки», с разведением носков врозь, по кругу, взявшись за руки с изменением направления движения, обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; бег спиной вперед, легкий бег. Ходьба**Комплекс ОРУ «Дружные ребята»**1.«Дружно делаем зарядку, все движенья — по порядку» И. п.: о. с, руки согнуты перед грудью. 1 — развести руки в стороны — вдох; 2 — вернуться в и. п. — выдох. При выполнении упражнений локти не опускать. Повторить 6 раз.2.«Самый сильный в доме я, как и все мои друзья» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки к плечам; 2 — руки вверх, посмотреть на них; 3 — руки к плечам; 4 — и. п. Повторить 6 раз.3. «Наклоняться все умеют — и ребята, и зверята» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 2 — выпрямиться, посмотреть на руки — вдох. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить6—8 раз.4. «Повороты выполняем, свою спину укрепляем» И. п.: ноги врозь, руки на затылке. 1—2 — поворот вправо —выдох; 3—4 — и. п., вдох. То же в другую сторону. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону.5. «Тренируем ноги, лапы, чтобы бегать, но не падать» И. п.: о. с, руки за спиной. 1 — поднимая согнутую ногу, подтянуть колено руками к груди; 2 — и. п. То же другой ногой. Носок поднятой ноги оттянут, опорная нога прямая. Повторить по 3 раза каждой ногой.6. «Прыгаем с друзьями вместе, развлеченья нет чудесней*»* И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. Выполнить 8 прыжков, непродолжительная ходьба на месте, повторить прыжки 2—3 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке с перекладыванием мяча из правой руки в левую перед собой и за спинойПрыжки: по прямой: два прыжка на правой, два на левойМетание: перебрасывание мяча двумя руками снизу, отбивание мяча о пол правой и левой руками с продвижением вперед;Лазание: Ползание на 4-х по гимнастической скамейке. |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи на пол группы, мал. мячи Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |  |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 - 4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках; закреплять умения ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч друг другу разными способами. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Мое день рождение | Вводная часть (№1, с.41) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках, с высоким подниманием колен, гусиным шагом, «крабики», «муравьишки», «обезьянки», с разведением носков врозь, по кругу, взявшись за руки с изменением направления движения, обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; бег спиной вперед, легкий бег. Ходьба**Комплекс ОРУ «Мы дружные»***1*. «Мяч вверх» И. п.: о. с, мяч в руках, опущенных вниз. 1 — поднять мяч вверх, посмотреть на него, правую ногу отвести назад, поставить на носок; 2 — и. п.; 3—4 — то же другой ногой. Повторить по 3—4 раза каждой ногой.2. «В мяч играем, руки укрепляем» И. п.: ноги на ширине ступни, руки с мячом на уровне пояса.1 — подбросить мяч вверх; 2 — пропустить его через сомкнутые в кольцо руки, дать отскочить от земли, поймать его. Дыхание произвольное. Повторить 10—12 раз.3. «Мяч вниз»И. п.: ноги на ширине плеч, мяч в руках, опущенных вниз1—3 — наклон вперед, постучать мячом об землю между ног подольше — выдох; 4 — и. п., вдох. Ноги при наклоне не сгибать.Повторить 6—8 раз.4. «Мяч на колено» И. п.: о. с, руки с мячом вверху. 1—2 — опустить мяч на поднятое колено правой ноги — выдох; 3—4 — и. п., вдох. То же другой ногой. Повторить по 4—5 раз каждой ногой.5. «Присядь с мячом» И. п.: о. с, руки с мячом у груди. 1—2 — присесть, колени врозь, руки с мячом вперед; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз.6. «Хлопни и поймай» И. п.: ноги слегка расставить, мяч в руках, опущенных вниз. 1 —подбросить мяч вверх; 2 — поймать мяч двумя руками, предварительно сделав хлопок в ладоши перед грудью. Дыхание произвольное Повторить 10 раз. Основные виды движений:Прыжки: по прямой: два прыжка на правой, два на левойМетание: перебрасывание мяча в парахЛазание: ползание по гимн.скамейке на 4-х |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи ; Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца житель земного шара» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 -6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение прыгать через шнур. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир игры | Вводная часть (№1, с.42) Ходьба на носках, руки в вверх; на пятках, со сменой положения рук, «крабики», «муравьишки», «обезьянки», бег змейкой. Ходьба**Комплекс ОРУ «Мои игрушки»**1. «Слон». Ноги слегка расставлены, руки на поясе, 1-наклон головы вперед, 2-наклон головы назад. 2. «Мишка». Ноги узкой дорожкой, руки на поясе. 1- присесть, обхватив колени руками, 2- и.п.3. «Лисичка». Стоя на четвереньках. 1- прогнуться в спине, голову поднять, сделать вдох. 2- выгнуть спину дугой, прижимая подбородок к груди, сделать выдох. 4. «Велосипед». Лежа на полу, руки вдоль туловища, круговые движения ногами.5. «Мяч». Прыжки на двух ногах, руки на поясе.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки на поясе;Прыжки: перепрыгивание через шнуры;Метание: подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши;Лазание: ползание на 4-х между кеглями. |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи на пол группы, шнуры, кегли;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

 Ситуация месяца «Я житель земного шара» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 -8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение прыгать через шнур. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| День матери | Вводная часть (№1, с.42) Ходьба на носках, руки в вверх; на пятках, со сменой положения рук, «крабики», «муравьишки», «обезьянки», бег змейкой. ХодьбаКомплекс ОРУ «С утра сияет солнышко»1. «На небе солнышко ярко сияет, мамочек с праздником всех поздравляет» И. п.: о. с, руки вниз. 1 — резко опустить подбородок на грудь —выдох; 2 — поднять голову вверх — вдох. Повторить 6—8 раз.2. «Какое небо синее, небо синее — очень красивое» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — повернуть голову вправо; 2 — прямо; 3 — влево; 4 — прямо. Повторить 5—6 раз. Выполнять упражнениесначала в медленном темпе, затем побыстрее. 3. «Мы дружно наклоняемся и мамам улыбаемся» И. п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. 1 — наклон вперед, правая рука вперед, левая рука — в сторону, выдох; 2 — и. п., вдох;3 — наклон вперед, левая рука вперед, правая рука — в сторону, выдох; 4 — и. п., вдох. Повторить 4—5 раз.4. «В руках у нас букеты, в руках у нас цветы, мы мамам шлем приветы — и он, и я, и ты» И. п.: ноги врозь, руки согнуты в локтях, прижаты к бокам, кисти рук сжаты в кулаки. 1 — наклон вправо, одновременно поднять руки вверх, пальцы разжать; 2 — и. п.; 3—4 — то же в другую сторону. Повторить 4—5 раз.5. «С хорошим настроением по улице идем и мамам улыбаемся весенним ясным днем» И. п.: о. с, руки вниз. 1 — правую руку вперед, правую ногу назад; 2 — и. п.; 3 — левую руку вперед, левую ногу назад; 4 — и. п. Повторить 4—5 раз, постепенно убыстряя темп.6. «Весною сосульки на солнце грустят. Капли по крыше тихонько стучат» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки на пояс. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя то в правую, то в левую сторону. Повороты выполнять на четыре счета. Повторить 4 раза.7. «В воздухе нежно пахнет цветами. Эти цветы мы несем нашей маме» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1—2 — подняться на носки, руки плавно через стороны вверх — вдох; 3—4 — и. п.,выдох. Повторить 3—4 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове, руки на поясе;Прыжки: перепрыгивание через шнуры на правой – левой ноге;Метание: отбивание мяча двумя руками вверх и ловля его;Лазание: ползание на 4-х между кеглями, подталкивая перед собой мяч. Подвижная игра «Платки» (№2, с.332) |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи на пол группы, шнуры, кегли;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 -2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой, закрепление признаков зимы. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определенной дистанции друг от друга,равновесии, в прыжках, в метании, в лазании; Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Начало зимы | Вводная часть (№1, с.43) Ходьба на носках, руки на посе; на пятках, гусиным шагом, с пастановкой одной ноги на пятку, другой на носок, «котика», «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, легкий бег, быстрый бег; дыхательной упражнение. Ходьба.**Комплекс ОРУ «К нам пришла зима»**1. «Дышим морозным воздухом»И. п.: о. с, руки вниз. 1 — руки в стороны, вверх, подняться на носки — вдох; 2 — вернуться в и. п., выдох. Повторить 6—8 раз.2. «Зимушка-зима снега намела» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1—4 — 4 вращения прямыми руками вперед; 5—8 — то же назад. Повторить по 3—4 раза. Ноги с места не сдвигать.3. «В лес пойдем, дрова на зиму запасем» И. п.: ноги на ширине плеч, пальцы рук переплетены. 1 — руки нверх, прогнуться — вдох; 2 — наклониться вперед, руки между ног — выдох. Повторить 8—10 раз. При наклоне ноги в коленях не сгибать.4. «Хорошо в лесу зимой» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — поворот туловища пправо, руки в стороны; 2 — вернуться в и. п.; 3—4 — то же влево. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону.5. «Переступаем через сугробы» И. п.: ноги вместе, руки на пояс. 1 — поднять согнутую в колене правую ногу; 2 — и. п.; 3—4 — то же другой ногой. Повторить по 3 -4 раза каждой ногой.6. «Мороз и стужа — не беда!» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в г троны; 2 — и. п., прыжком ноги вместе, руки вниз. Выполнить 10—15 прыжков. Повторить 2—3 раза. Между сериями прыжков непродолжительна ходьба на местеОсновные виды движений:Равновесие: ходьба по гимн. скамейке с перешагиванием через кубики;Прыжки: перепрыгивание с ноги на ногу с продвижением вперед;Метание: бросание мяча о стену двумя руками вверх и ловля его;Лазание: ползание на 4-х между кеглями, подталкивая перед собой мяч. Подвижная игра «Зима» (№2, с.58) |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи на пол группы, кубики;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 -4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой, закрепление признаков зимы. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определенной дистанции друг от друга, в равновесии, в прыжках, в метании, в лазании; Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Начало зимы | Вводная часть (№1, с.43) Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках, гусиным шагом, с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, «котики», «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, легкий бег, быстрый бег; дыхательной упражнение. Ходьба.**Комплекс ОРУ «К нам пришла зима»**1. «Дышим морозным воздухом» И. п.: о. с, руки вниз. 1 — руки в стороны, вверх, подняться на носки — вдох; 2 — вернуться в и. п., выдох. Повторить 6—8 раз.2. «Зимушка-зима снега намела» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1—4 — 4 вращения прямыми руками вперед; 5—8 — то же назад. Повторить по 3—4 раза. Ноги с места не сдвигать.3. «В лес пойдем, дрова на зиму запасем» И. п.: ноги на ширине плеч, пальцы рук переплетены. 1 — руки вверх, прогнуться — вдох; 2 — наклониться вперед, руки между ног — выдох. Повторить 8—10 раз. При наклоне ноги в коленях не сгибать.4. «Хорошо в лесу зимой» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — поворот туловища вправо, руки в стороны; 2 — вернуться в и. п.; 3—4 — то же влево. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону.5. «Переступаем через сугробы» И. п.: ноги вместе, руки на пояс. 1 — поднять согнутую в колене правую ногу; 2 — и. п.; 3—4 — то же другой ногой. Повторить по 3 -4 раза каждой ногой.6. «Мороз и стужа — не беда!» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п., прыжком ноги вместе, руки вниз. Выполнить 10—15 прыжков. Повторить 2—3 раза. Между сериями прыжков не продолжительна ходьба на местеОсновные виды движений:Равновесие: ходьба по гимн. скамейке с перешагиванием через кубики;Прыжки: перепрыгивание с ноги на ногу с продвижением вперед;Метание: бросание мяча о стену двумя руками вверх и ловля его различными способами;Лазание: перелезание через верх стремянки; Подвижная игра «Охотники и зайцы»  |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи на пол группы, лестница-стремянка, кубики;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 -6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой, закрепление признаков зимы. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках на двух ногах зажатым между ног мячом; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать осторожность и внимательность в лазании. |
| Тема | Структура НОД |
| К нам приходит Новый год | Вводная часть (№1, с.43) Ходьба и бег между кубиками на носках, на пятках, в полуприседе, «котики», «разведчики», «обезьянки», обычная ходьба, легкий бег, быстрый бег; дыхательное упражнение. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Ёлка у ворот»**1. «Елка в садике стоит, огнями весело блестит» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки в стороны — вверх, подняться на носки, — вдох; 2 — и. п., опуститься на всю стопу —выдох. Повторить 6—8 раз.2. «Белый снег пушистый в воздухе кружится» И. п.: о. с, руки вперед вниз. 1 — плавно поднять руки вверх; 2 — и. п. Повторить 6—8 раз.3. «Как у нашей елки колкие иголки» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с хлопком между ног — выдох; 2 — и. п., выпрямиться, потянуться вверх — вдох. Посмотреть на поднятые руки. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз.4. «Дед Мороз к нам идет и подарки раздает» И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1 — поворот вправо, правая рука в сторону; 2 — и. п.; 3—4 — то же влево. Повторить по 4—5 раз в каждую сторону.5. «Ищем подарки под елкой» И. п.: о. с, руки на пояс. 1—2—3 — медленно присесть, разводя колени, — длительный выдох, руки вниз; 4 — быстро встать — быстрый вдох, руки на пояс. пятки от земли не отрывать. Повторить 6—8 раз.6. «Как нам весело сегодня — пришел праздник новогодний» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. Выполнить 8—10 прыжков. Непродолжительная ходьба. Повторить 2—3 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба и бег по наклонной доске;Прыжки: «Кто быстрее до предмета»;Метание: «Забей шайбу»;Лазание: ползание по гимн.скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Подвижная игра «Дед Мороз»  |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи на пол группы, гимнастическая доска, клюшка, кубик;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

 Ситуация месяца «Волшебные подарки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 -8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой, закрепление признаков зимы. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках на двух ногах зажатым между ног мячом; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать осторожность и внимательность в лазании. |
| Тема | Структура НОД |
| К нам приходит Новый год | Вводная часть (№1, с.43) Ходьба и бег между кубиками на носках, на пятках, в полуприседе, «котики», «разведчики», «обезьянки», обычная ходьба, легкий бег, быстрый бег; дыхательное упражнение. Ходьба.**Комплекс ОРУ «Ёлка у ворот»**1. «Елка в садике стоит, огнями весело блестит» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки в стороны — вверх, подняться на носки, — вдох; 2 — и. п., опуститься на всю стопу —выдох. Повторить 6—8 раз.2. «Белый снег пушистый в воздухе кружится» И. п.: о. с, руки вперед вниз. 1 — плавно поднять руки вверх; 2 — и. п. Повторить 6—8 раз.3. «Как у нашей елки колкие иголки» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с хлопком между ног — выдох; 2 — и. п., выпрямиться, потянуться вверх — вдох. Посмотреть на поднятые руки. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз.4. «Дед Мороз к нам идет и подарки раздает» И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1 — поворот вправо, правая рука в сторону; 2 — и. п.; 3—4 — то же влево. Повторить по 4—5 раз в каждую сторону.5. «Ищем подарки под елкой» И. п.: о. с, руки на пояс. 1—2—3 — медленно присесть, разводя колени, — длительный выдох, руки вниз; 4 — быстро встать — быстрый вдох, руки на пояс. пятки от земли не отрывать. Повторить 6—8 раз.6. «Как нам весело сегодня — пришел праздник новогодний» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. Выполнить 8—10 прыжков. Непродолжительная ходьба. Повторить 2—3 раза.Основные виды движений:Прыжки: «Кто быстрее до предмета» дети зажимают между ног мяч и прыгают на двух ногах;Метание: «Забей шайбу»;Лазание: влезание по наклонной доске и вертикальным лестницам. Подвижная игра «Дед Мороз», «Заморожу» |
| Оборудование: мячи на пол группы, гимнастическая доска, клюшка, кубик;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 – 4нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций при воспоминании новогодних утренников. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать усидчивость в выполнений заданий. |
| Тема | Структура НОД |
| Рождественской чудо | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках; на пятках; «обезьянки», «крабики», с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; приставным шагом; «канатоходцы»; обычная ходьба дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ «Новый год»** 1.«*Елка в садике стоит, огнями весело блестит»* И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1- руки в стороны — вверх, подняться на носки,- вдох; 2 - и. п., опуститься на всю стопу-выдох. 6-8 раз.*2.«Белый снег пушистый в воздухе кружится»* И. п.: о. с, руки вперед вниз. 1- плавно поднять руки вверх; 2 - и. п. 6-8 раз.*3.«Как у нашей елки колкие иголки»* И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1- наклон вперед с хлопком между ног - выдох; 2- и. п., выпрямиться, потянуться вверх — вдох. Посмотреть на поднятые руки. Ноги при наклоне не сгибать. 6-8 раз.*4.«Дед Мороз к нам идет и подарки раздает»* И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1- поворот вправо, правая рука в сторону; 2- и. п.; 3-4- то же влево. по 4-5 раз в каждую сторону.*5. «Ищем подарки под елкой»* И. п.: о. с, руки на пояс. 1-2-3 - медленно присесть, разводя колени, - длительный выдох, руки вниз; 4 - быстро встать- быстрый вдох, руки на пояс. Пятки от земли не отрывать. 6—8 раз.*6. «Как нам весело сегодня — пришел праздник новогодний»* И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1- прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 - и. п. 8-10 прыжков, ходьба. 2-3 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны;Прыжки: через шнуры на двух ногах без паузы;Метание: перебрасывание мяча в парах;Лазание: по гимнастической стенке и спуск с нее.**Подвижная игра «В зимнем парке карусели»**В зимнем парке карусели Закружились еле-еле. А потом быстрей по кругу Завертелись, словно вьюга. Карусель по кругу мчится Как блестящая жар-птица!Чуть потише, карусели, Не спешите, в самом деле! Мы немного отдохнем, Вновь кружиться. **Игра малой подвижности «Что висит на елке»** Дети образуют круг. В центр круга встает педагог. Он объясняет детям правила игры: Сейчас я буду перечислять украшения, которые вешают на новогоднюю елку. Будьте внимательны: если названные предметы вешают на нее, вы говорите «да» и хлопаете в ладоши, а если не вешают, вы говорите «нет» и приседаете».Что висит на елке? Детские футболки...Шарики, игрушки... Мягкие подушки... Снеговик из ваты... Грабли и лопаты...Орехи, мандарины- Старые корзины... Бусы и фонарики... Чипсы и сухарики... Мишура и шишки...Рваные штанишки... Блестящие снежинки... Лыжные ботинки... Звонкие хлопушки... Хлебные горбушки... |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, длинный шнур, б.мячи на пол. группы, 3-4 маты, цветной шнур (длина 5—6 м) или яркая лента, связанная за концы в круг.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

ЯНВАРЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций при воспоминании новогодних утренников. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в пролезании в обруч, в равновесии, в прыжках; в метании; учить лазать по гимнастической стенке, переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать ловкость, быстроту. |
| Тема | Структура НОД |
| Рождественской чудо  | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках; на пятках; «обезьянки», «крабики», с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; приставным шагом; «канатаходцы»; обычная ходьба дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ** *1.«Елка».* Вот какая елка высокая стоит и огнями яркими весело блестит». И. п. — основная стойка. 1 — руки через стороны вверх; 2 — вернуться в и. п. *2. «Снег».* «Вился, вился белый рой, сел на землю — стал горой».И. п.- стоя на коленях, руки вперед-вниз. 1- руки вверх; 2 - вернуться в и. п. *З. «Зеленые иголки». «*Что растет на елке? Зеленые иголки». И. п. сед на вятках, руки вниз. 1-встать на колени, руки вверх, в стороны; 2- и. п. 4. *«Ежик».* «У кого нос, как у свинки, и колкая щетинка» И. п. — опора на кисти рук и носки ног.1 — опора на предплечья и колени; 2 — вернуться в и. п. *5. «Орех».* «В колыбельке подвесной спит житель лесной. С ветки отрывается — скорлупа И п.- лежа на спине, обхватить руками согнутые колени. 1 — ноги прямо,раскрывается». руки вдоль туловища; 2 — вернуться в и. п. 6. «*Белочка»* «С ветки на ветку, быстрый, как мяч, прыгает ловко рыжий циркач». Прыжки на двух ногах (30—40 раз) чередовании с ходьбой. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке, руки за головойПрыжки: в длину с места до ориентира;Метание: перебрасывание мяча через сетку с расстояния 4-5 м.Лазание: по гимнастической стенке, не пропуская реек, по диагонали.**Подвижная** **игра «В зимнем парке карусели»** В зимнем парке карусели Закружились еле-еле. А потом быстрей по кругу Завертелись, словно вьюга. Карусель по кругу мчится Как блестящая жар-птица!Чуть потише, карусели, Не спешите, в самом деле! Мы немного отдохнем, Вновь кружиться. **Игра малой подвижности «Что висит на елке»** Дети образуют круг. В центр круга встает педагог. Он объясняет детям правила игры: Сейчас я буду перечислять украшения, которые вешают на новогоднюю елку. Будьте внимательны: если названные предметы вешают на нее, вы говорите «да» и хлопаете в ладоши, а если не вешают, вы говорите «нет» и приседаете».Что висит на елке? Детские футболки...Шарики, игрушки... Мягкие подушки... Снеговик из ваты... Грабли и лопаты...Орехи, мандарины- Старые корзины... Бусы и фонарики... Чипсы и сухарики... Мишура и шишки...Рваные штанишки... Блестящие снежинки... Лыжные ботинки... Звонкие хлопушки... Хлебные горбушки... |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, длинный шнур, б.мячи на пол. группы, 3-4 маты, цветной шнур (длина 5—6 м) или яркая лента, связанная за концы в круг.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к своим родителям, своей семье. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить метать мешочки в горизонтальную цель; закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку в подвижной игре. |
| Тема | Структура НОД |
| Мальчики и девочки | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен, «кошечки», «раки»; с разведением носков, пяток врозь; «канатаходцы»; полуприседе, обычная ходьба; бег спиной вперед; быстрый бег, легкий бег змейкой, дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ в паре**1. «Передавай палку». И. п. – стоя спиной друг к другу на расстоянии шага, у одного палка в опущенных руках, у другого руки вниз. 1–2 – руки вверх, передать палку – вдох; 3–4 – руки вниз, выдох.2. «Гребцы». И. п. – сед, ноги врозь, упираясь ступнями, держаться за палку. Наклоняться и откидываться, перетягивая палку.3. «Тянуть палку». И. п. – сед, ноги врозь, лицом друг к другу, упор руками сзади, палка на полу посередине. Захватывать палку пальцами ног, тянуть ее к себе.4. «Поднимаем палку вдвоем». И. п. – лежа на животе, лицом друг к другу, палка в согнутых руках. 1–2 – палку вверх; 3–4 – и. п.5. И. п. – стоя спиной друг к другу, палка сзади. 1–2 – сесть; 3–4 – и. п.6. «Подскоки». И. п. – палка на полу, стоять с двух сторон боком к палке, руки на пояс. 4 подскока вдоль палки, 4 шага, высоко поднимая колени.Основные виды движений:Равновесие: ходьба на носках между кеглями;Прыжки: с ноги на ногу с продвижением вперед;Метание: метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой и левой рукой с р-3м..Лазание: по гимнастической стенке, не пропуская реек.Подвижная игра «Ловишки на мячах», «Место поменяй» |
| Оборудование: мешочки с песком, маты, мячи, кегли;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к своим родителям, своей семье. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить метать мешочки в горизонтальную цель; закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку в подвижной игре. |
| Тема | Структура НОД |
| Зима | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен, «кошечки», «раки»; с разведением носков, пяток врозь; «канатаходцы»; полуприседе, обычная ходьба; бег спиной вперед; быстрый бег, легкий бег змейкой, дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ «Зимние забавы»**1. «Эх, хороша зимушка-зима!» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1—2 — ладони на затылок, отводя локти назад, прогнуться в спине — вдох; 3—4 — и. п., длительный выдох. 4—5 раз.2. «Разомнем руки» И. п.: ноги врозь, руки прямые вперед. Упражнение «ножницы» па 10 счетов, от маленькой амплитуды движения переход на большуюи обратно. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза.3. «Лыжники» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 2 — выпрямиться, посмотреть на руки — вдох. Повторить 6—8 раз.4. «Играем в снежки» И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1 — правая рука в сторону, поворот вправо; 2 — мах правой рукой вперед; 3 — правая рука в сторону; 4 — и. п. То же в другую сторону. Повторить по 3—4 раза.5. «Фигурное катание» И. п.: о. с, руки вниз. 1 — ногу вперед на носок, руки в стороны; 2 — ногу в сторону, руки вперед; 3 — ногу вперед, руки в стороны; 4 — и. п. То же другой ногой. Повторить по 3—4 раза. (Упражнеи не на координацию движения.)6. «Слалом» И. п.: ноги вместе, руки на пояс. Выполнить 8—10 прыжков вправо-влево. Непродолжительная ходьба на месте. Повторить прыжки 2—3 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба на носках между кеглями;Прыжки: с ноги на ногу с продвижением вперед;Метание: метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой и левой рукой с р-3м..Лазание: по гимнастической стенке, не пропуская реек.Подвижная игра «Снежки», «Лыжники» |
| Оборудование: мешочки с песком, маты, мячи, кегли, мягкие мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к своим родителям, своей семье. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; учить лазать по веревочной лестнице, упражнять в сохранении равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо, развивать ловкость, глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать доброжелательное отношение друг другу в подвижных играх.  |
| Тема | Структура НОД |
| Зимние день рождения | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках, крестным шагом, приставным шагом, «кошечки», «обезьянки»; с разведением носков, пяток врозь; полуприседе, обычная ходьба; подскоки, бег спиной вперед; быстрый бег, легкий бег змейкой, дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ «День рождение»**1. «В день рождения солнце светит!» И. п.: о. с, обруч внизу, хватом за середину вертикально. 1 — поднять обруч вверх, посмотреть вверх, сделав правой ногой шаг вперед;2 — и. п.; 3 — то же, шаг левой ногой; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз.2.«Солнце по небу гуляет, улыбки детям посылает!» И. п.: ноги на ширине ступни, обруч внизу, хватом за края обруча. 1 — обруч вперед; 2—5 — круговое движение вправо; 6 — и. п.То же влево. Дыхание произвольное. Повторить по 3—4 раза вправо и влево.3. «По небу солнышко катается, дети солнцу улыбаются!» И. п.: ноги врозь, обруч вверху горизонтально. 1 — наклон влево — выдох; 2 — и. п., вдох; 3—4 — то же вправо. Повторить 4—5 раз.4. «Солнышко, за поворот не скрывайся, свети, солнышко,лучами переливайся!» И. п.: ноги врозь, обруч перед грудью, хватом за края обруча. 1 — руки с обручем вперед, поворот в сторону — выдох; 2 — и. п., вдох; 3-4 - то же в другую сторону. Повторить 4-5 раз.5. «Вечер наступает, солнышко садится, а дети продолжают веселиться!»И. п.: о. с, обруч внизу, хватом за края обруча. 1—2 — присесть, колени врозь, обруч вперед; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз.6. «Веселимся, играем, и детишек поздравляем!» И. п.: ноги *на ширине* ступни, обруч на земле около ног, руки на пояс. ПрыжкиОсновные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке, руки за головой;Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч;Метание: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;.Лазание: по гимнастической стенке, не пропуская реек.Подвижная игра «Каравай» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, обручи, баскетбольные мячи, маты;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание уважения к своим родителям, своей семье. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; учить лазать по веревочной лестнице, упражнять в сохранении равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо, развивать ловкость, глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать доброжелательное отношение друг другу в подвижных играх.  |
| Тема | Структура НОД |
| Моя семья | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках, крестным шагом, приставным шагом, «кошечки», «обезьянки»; с разведением носков, пяток врозь; полуприседе, обычная ходьба; подскоки, бег спиной вперед; быстрый бег, легкий бег змейкой, дыхательное упражнение.**Комплекс ОРУ «Моя семья»**1. И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину; хлопнуть перед лицом 6 раз под слова педагога: Папа, мама, брат и я. Вместе - дружная семья! 2. И.П. Отвести руки за спину. Повторить 3 раза. Все вместе наклоняемся, Физкультурой занимаемся! 3.И. П.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, ладони на колени, смотреть вперед. Вернуться в и. п. Повторить 8 раз. Папа большой, А я - маленький. Пусть я маленький, Зато - удаленький. 4.И. П.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Присесть, руки вниз. Вернуться в и. п. Повторить 7-8 раз. Прыгаем мы дружно, Это очень нужно! Кто же прыгнет выше - Мама или Миша? 5. И. П.: ноги слегка расставить, руки за спину. Выполнить 6-8 подпрыгиваний; непродолжительная ходьба (5-6 сек). Повторить 2 раза... Носом воздух мы вдыхаем, ртом мы воздух выдыхаем. Не страшна простуда нам, нам не нужно к докторам! Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке, руки за головой;Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч;Метание: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо;Лазание: по веревочной лестнице.Подвижная игра «Каравай» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, обручи, баскетбольные мячи, маты;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАРТ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание любви и интереса к природе. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно; в подлезании под шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках через короткий шнур; закреплять умение метать в горизонтальную цель, перекатывать набивной мяч в парах.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать внимание в подвижной и малой подвижной игре |
| Тема | Структура НОД |
| Красота в искусстве и жизни | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; приставным шагом, «кошечки», «обезьянки»; с разведением носков, пяток врозь; полуприседе, обычная ходьба; подскоки, перестроение в пары и обратно; , легкий бег змейкой, дыхательное упражнение «Лечебные звуки».**Комплекс ОРУ «Мамин праздник»**1. «В мамин день солнце ярко светит!» И. п.: о. с, обруч внизу, хватом за середину вертикально. 1 — поднять обруч вверх, посмотреть вверх, сделав правой ногой шаг вперед;2 — и. п.; 3 — то же, шаг левой ногой; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз.2.«Солнце по небу гуляет, улыбки маме посылает!» И. п.: ноги на ширине ступни, обруч внизу, хватом за края обруча. 1 — обруч вперед; 2—5 — круговое движение вправо; 6 — и. п.То же влево. Дыхание произвольное. Повторить по 3—4 раза вправо и влево.3. «По небу солнышко катается, мамы солнцу улыбаются!» И. п.: ноги врозь, обруч вверху горизонтально. 1 — наклон влево — выдох; 2 — и. п., вдох; 3—4 — то же вправо. Повторить 4—5 раз.4. «Солнышко, за поворот не скрывайся, свети, солнышко ,лучами переливайся!» И. п.: ноги врозь, обруч перед грудью, хватом за края обруча. 1 — руки с обручем вперед, поворот в сторону — выдох; 2 — и. п., вдох; 3-4 - то же в другую сторону. Повторить 4-5 раз.5. «Вечер наступает, солнышко садится, а мамы с детьми продолжают веселиться!»И. п.: о. с, обруч внизу, хватом за края обруча. 1—2 — присесть, колени врозь, обруч вперед; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз.6. «Веселимся, играем, мам мы поздравляем!» И. п.: ноги *на ширине* ступни, обруч на земле около ног, руки на пояс. ПрыжкиОсновные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки на поясе;Прыжки: правым и левым боком через короткие шнуры;Метание: мешочков в горизонтальную цель от плеча;Лазание: подлезание под шнур правым и левым боком.Подвижная игра «К маме беги» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мешочки, короткие шнуры;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАРТ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание любви и интереса к природе. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно; в подлезании под шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках через короткий шнур; закреплять умение метать в горизонтальную цель, перекатывать набивной мяч в парах.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать внимание в подвижной и малой подвижной игре |
| Тема | Структура НОД |
| Скоро в школу | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; приставным шагом, «кошечки», «обезьянки»; с разведением носков, пяток врозь; полуприседе, обычная ходьба; подскоки, перестроение в пары и обратно; , легкий бег змейкой, дыхательное упражнение «Лечебные звуки».**Комплекс ОРУ «В школу»**1. «Когда же в школу мы пойдем?» И. п.: о. с, руки вниз. 1 - поднять плечи вверх, руки в стороны — вниз; 2 — и. п. Повторить 8—10 раз.2. «Открывай нам, школа, дверь, мы ведь школьники теперь!» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки к плечам, локти в стороны. 1 — свести локти перед грудью — выдох; 2 — локти в стороны до сведения лопаток — вдох. Локти держать на уровне плеч. Повторить 8—10 раз.3. «Здравствуй, школа» И. п.: ноги врозь, руки согнуть в локтях, ладони к груди. 1—2 —поворот вправо, руки в стороны, ладони вверх; 3—4 — и. п. То же в другую сторону. При поворотах ноги с места не сдвигать. Повторить по 4 раза.4. «У нас тяжелые портфели, их поднимаем еле-еле» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — наклон вперед, коснуться руками земли - выдох; 2 - и. п. При наклонах ноги в коленях не сгибать. Повторить 6—8 раз.5. «Долго мы сидеть не можем и стоять не можем тоже!» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — выставить ногу вперед на носок; 2 - в сторону; 3 - назад; 4 - и. п. То же другой ногой. Повторить 3—4 раза каждой ногой.5. «К доске я смело выхожу, и буквы мелом я пишу»И. п.: о. с, руки вниз. 1 — правую руку и правую ногу вперед; 2 - и. п.; 3 - левую руку и левую ногу вперед; 4 - и. п. Повторить 4—5 раз.6. «На переменах веселимся, играем, прыгаем, резвимся» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на одной ноге: пять прыжков в сторону на правой ноге; то же в другую сторону на левой ноге. Повторить 3—4 раза.Подвижная игра «Перемена»Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки на поясе;Прыжки: правым и левым боком через короткие шнуры;Метание: мешочков в горизонтальную цель от плеча;Лазание: подлезание под шнур правым и левым боком.Подвижная игра «К маме беги» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мешочки, короткие шнуры;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАРТ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к литературным произведениям. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе в колонне по одному с разворотом в противоположную сторону; в равновесии, в ходьбе по канату, с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу; развивать ловкость и глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать внимание в подвижной и малой подвижной игре |
| Тема | Структура НОД |
| Книжкина неделя | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; приставным шагом, «кошечки», «обезьянки»; с разведением носков, пяток врозь; полуприседе, обычная ходьба с разворотом в противоположную сторону; подскоки, перестроение в пары и обратно; бег с сильным захлестыванием ног назад», бег с ускорением и замедлением, дыхательное упражнение «Лечебные звуки».**Комплекс ОРУ по сказкам**Вот мы в сказке оказались. Загадку отгадаем, Задание выполняем.1. «Бабушка слепила вкусный пирожок, От многих в лесу убежал он наутек». «Колобок». Ноги вместе, руки на поясе. Медленное вращение головы вправо и влево. ( по 4 раза в каждую сторону).2. «Что за сказочный герой, летает в ступе и с метлой». «Баба Яга – костяная нога». Ноги вместе, руки на поясе. 1-выставить ногу вперед на пятку, 2-и.п., 3-4 тоже другой ногой. (по 3 раза каждой ногой).3. «Эта сказка сладкая, круглая, гладкая. тянет дедушка ее, отгадали вы ее?» «Тянем – потянем». Ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1-наклониться, потянуться вправо, руки вытягиваем в том же направлении, 2- и.п., 3-4 тоже, в другую сторону ( по 4 раза).4. «Три розовеньких братца, решили строить дом. Никакой на свете зверь, Ни откроет в их дом дверь». «Поросята». Лежа на животе, руки вытянуты вверх. 1- перевернуться на спину. 2- и.п. (7-8 раз).5. «Не узнали мамин голос, Оказался это волк, Он в козлятах знает толк». «Козлятки». Ноги вместе, руками изображают рожки на голове. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове;Прыжки: в высоту с разбега;Метание: «Прокати и сбей» упражнение (сбивание мячом кегли);Лазание: подлезание под дугу. Эстафета «Репка», «Барон Менхаузен» |
| Оборудование: канат, стойки, длинная веревка, б.мячи, кегли, дуги.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАРТ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к литературным произведениям. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе в колонне по одному с разворотом в противоположную сторону; в равновесии, в ходьбе по канату, с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу; развивать ловкость и глазомер.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать внимание в подвижной и малой подвижной игре |
| Тема | Структура НОД |
| Весна | Вводная часть (№1,с.45) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; приставным шагом, «кошечки», «обезьянки»; с разведением носков, пяток врозь; полуприседе, обычная ходьба с разворотом в противоположную сторону; подскоки, перестроение в пары и обратно; бег с сильным захлестыванием ног назад», бег с ускорением и замедлением, дыхательное упражнение «Лечебные звуки».**Комплекс ОРУ «Весна»**1. «Птичка летит». Стоя, руки внизу. Махи руками через стороны вверх-вниз. (6-7 раз). 2. Стоя, руки на поясе, ноги узкой дорожкой.1- присесть, обхватить колени руками, 2- и.п. (6 раз). 3. Лежа на спине, руки прижаты вдоль туловища. Повороты туловища вправо-влево. (По 4 раза в каждую сторону).4. Стоя на коленях, руки на поясе. 1- присесть, 2-встать, посмотреть по сторонам. (7-8 раз).5. Прыжки со сменой положения ног (врозь – вместе), в чередовании с ходьбой. (2-3 раза). Основные виды движений:Равновесие: ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове;Прыжки: в высоту с разбега;Метание: «Прокати и сбей» упражнение (сбивание мячом кегли);Лазание: подлезание под дугу. Эстафета «Репка», «Барон Менхаузен» |
| Оборудование: канат, стойки, длинная веревка, б.мячи, кегли, дуги.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Юмор в нашей жизни | Вводная часть: (№1,с.23) Ходьба на носках, на пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение.Комплекс ОРУ с платочкамиОсновные виды движений: Равновесие: Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой;Прыжки: из обруча в обруч на двух ногах;Метание: Отбивание мяча о пол правой и левой руками в движении.П/и «Карусели». П\и «Найди игрушку» |
| Оборудование: канат, стойки, длинная веревка, б.мячи, кегли, дуги.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, уточнить представление о космосе. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Тайна третьей планеты | Вводная часть: Ходьба на носках, на пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение ОРУ **«Космос»**Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по веревке боком приставным шагом;Метание: бросание мяча через сетку;Прыжки: на правой и левой ноге;Лазание: на наклонную лесенку, спуск по вертикальной лесенке.П/и «Космодром» |
| Оборудование: канат, мячи на пол.группы, волейбольная сетка, гимнастическая лестница, обручи для п/и.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения,  |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге с чередованием бросании мяча через сетку, в перепрыгивании через шнур, в ползании по скамейке на животе; учить лазать по металлической поверхности; закреплять умение лазать по веревочной лестнице.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Скворцы прилетели | Вводная часть: (№1,с.24) Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки на плечах; легкий бег, «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Скворцы прилетели»** Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной;Прыжки: перепрыгивание через веревку;Метание: Бросание мяча двумя руками от груди, из-за головы.Лазание: ползание по гимн. скамейке на животе;П\и «Воробушки и автомобиль» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мячи, кольца для п/игры.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к литературным произведениям. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Наша Родина | Вводная часть: (№1,с.25)Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки на плечах; легкий бег, «муравьишки», «обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба, дых. упражнения: на усиление звучание музыки (мелодия вальса) дети делают вдох, на затихание-выдох., перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Родной край»** (№2, с.346)Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове;Прыжки: в длину с места до ориентира;Лазание: лазание по веревочной лестнице, по металлической поверхности.П/и «Светофор» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мешочки с песком, веревочная лестница, светофор для п/игры.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАЙ

Ситуация месяца «Я Россиянин» Старшая группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса от предстоящих праздников. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе парами с разворотом в противоположную сторону, в непрерывном беге между предметами (до 2 минут) в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, в перебрасывании набивного мяча друг другу.Оздоровительная: Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.Воспитательная: Воспитывать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. |
| Тема | Структура НОД |
| День Победы | Вводная часть: (№1,с.49) Построение в шеренгу. Ходьба и бег парами; перестроение в колонну в движении, с разворотом в противоположную сторону.. Дыхательное упражнение «Одуванчик» (вдох через нос, задержка дыхания, озвученный выдох: «А-ах!»);. Ходьба обычная.**Комплекс ОРУ «Мы защитники Отечества»** 1. «Мы моряки» И. п.: о. с, правая рука вверх, левая книзу назад. 1 — резким движением поменять положение рук; 2 - и. п. Руки прямые, голову не опускать. Повторить 6—8 раз.2. «Мы летчики»И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки согнуты перед грудью. 1 — развести руки в стороны, ладони вниз —вдох; 2 — вернуться в и. п. — выдох. При выполнении упражнений локти не опускать. Повторить 6—8 раз.3. «Мы пограничники» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вниз. 1—2 - наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 3—4 — вернуться в и. п., выпрямиться. Упражнение выполнять в медленном темпе.Повторить 6—8 раз.4. «Мы сигнальщики» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверх. 1 — поворот вправо,руки на пояс - выдох; 2 - й . п., вдох; 3—4 — то же в другую сторону.При поворотах ноги с места не сдвигать. Повторить 6-8 раз.5. «Мы разведчики» И. п.: о. с, руки вниз. 1—2 — присесть, колени врозь, руки к плечам; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз.6. «Мы сильные, ловкие, смелые»И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки на пояс. 10 прыжков на месте ноги врозь - ноги скрестно, непродолжительная ходьба на месте. Повторить 2—3 раза.Подвижная игра «Мы — ребята-дошколята!»Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую впереди себя.Прыжки: перепрыгивание через шнур (В 15-20 см.)Лазание подлезание под шнур (В 40-50 см.)П/и «Петушиный бой» (№2,с.347) Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование гимн.скамейка, м.мячи на пол группы, длинный шнур, 2 стойкиИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАЙ

Ситуация месяца «Я Россиянин» Старшая группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание к литературным произведениям. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе парами с разворотом в противоположную сторону, в непрерывном беге между предметами (до 2 минут) в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, в перебрасывании набивного мяча друг другу.Оздоровительная: Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.Воспитательная: Воспитывать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. |
| Тема | Структура НОД |
| По сказкам Чуковского | Вводная часть: (№1,с.49) Построение в шеренгу. Ходьба и бег парами; перестроение в колонну в движении, с разворотом в противоположную сторону.. Дыхательное упражнение «Одуванчик» (вдох через нос, задержка дыхания, озвученный выдох: «А-ах!»);. Ходьба обычная.**Комплекс ОРУ «Путешествие по сказкам»** 1. «Федора наша растерялась: Куда посуда подевалась?» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 - поднять плечи вверх - вдох; 2 - й . п.,выдох. Повторить 6—8 раз.2. «Вот Комар, герой-спаситель! Мухи он освободитель!» И. п.: о. с, руки в замок за спиной. 1-3 - рывками отводить прямые руки назад; 4 - и. п. Повторить 6-8 раз.3. «Злой и страшный Бармалей пугает маленьких детей!» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверх. 1 — наклон вперед с хлопком между ног — выдох; 2 — выпрямиться — вдох. Посмотреть на поднятые руки. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз.4. «А зубастый Крокодил солнце в небе проглотил»И. п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1 — поворот вправо, руки прямые скрестно перед грудью — выдох; 2 - й . п., вдох;3—4 — то же в другую сторону. При скрестном положении руки меняются: сверху то одна, то другая. Повторить 3—4 раза.5. «Зверята дрожат за кусточками, от Тараканища прячутся за кочками» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — присесть, колени обхватить руками, голову наклонить к коленям; 2 — и. п. Повторить 6—8 раз.6. «Веселятся все ребята — и зайчата, и лисята, и колючие ежата, и смешные лягушата» И. п.: о. с, руки вниз. Прыжки на двух ногах — 4 прыжка вперед, то же назад. Повторить 4—5 раз.Подвижная игра «Бармалей» Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую впереди себя.Прыжки: перепрыгивание через шнур (В 15-20 см.)Лазание подлезание под шнур (В 40-50 см.)П/и «Донесение» , «Разведчики» |
| Оборудование: гимн.скамейка, м.мячи на пол группы, длинный шнур, 2 стойкиИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАЙ

Ситуация месяца «Таинственный остров» Старшая группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание ответственность за свои поступки. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить бегать на скорость, прыгать через скакалку; отрабатывать навыки метания мешочков в обруч; упражнять в подлезании под дугу.Оздоровительная: Расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| Права детей | Вводная часть: (№1,с.50) Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь. Обычная ходьба; Прыжки на двух ногах; подскоки. Легкий бег. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. Комплекс **ОРУ « Право на здоровье»**1. «Дружно делаем зарядку, все движенья — по порядку» И. п.: о. с, руки согнуты перед грудью. 1 — развести руки в стороны — вдох; 2 — вернуться в и. п. — выдох. При выполнении упражнений локти не опускать. Повторить 6 раз.2. Самый сильный в доме я, как и все мои друзья» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки к плечам; 2 — руки вверх, посмотреть на них; 3 — руки к плечам; 4 — и. п. Повторить 6 раз.3. «Наклоняться все умеют — и ребята, и зверята» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 2 — выпрямиться,посмотреть на руки — вдох. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз.4. Повороты выполняем, свою спину укрепляем»И. п.: ноги врозь, руки на затылке. 1—2 — поворот вправо —выдох; 3—4 — и. п., вдох. То же в другую сторону. Повторить по3—4 раза в каждую сторону.5. «Тренируем ноги, лапы, чтобы бегать, но не падать» И. п.: о. с, руки за спиной. 1 — поднимая согнутую ногу, подтянуть колено руками к груди; 2 — и. п. То же другой ногой. Носокподнятой ноги оттянут, опорная нога прямая. Повторить по 3 раза каждой ногой.6. «Прыгаем с друзьями вместе, развлеченья нет чудесней» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. Выполнить 8 прыжков, непродолжительнаяходьба на месте, повторить прыжки 2—3 раза.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по бревну.Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед на двух ногах.Метание: мешочков от плеча, снизу в обруч с расстояния 3 м.; Эстафета «Колобок» |
| Оборудование: Бревно, скакалки на пол группы, мешочки с песком на полгруппы, б. обруч.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

МАЙ

Ситуация месяца «Таинственный остров» Старшая группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание интереса к предстоящей школе. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в беге на скорость, в прыжках через скакалку; закрепить навыки метания мешочков в обруч; повторить подлезания под дугу.Оздоровительная: Расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
|  | Вводная часть: (№1,с.50) Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь. Обычная ходьба; Прыжки на двух ногах; подскоки. Легкий бег. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. **Комплекс ОРУ «Скоро в школу»**1. «Когда же в школу мы пойдем?» И. п.: о. с, руки вниз. 1 - поднять плечи вверх, руки в стороны — вниз; 2 — и. п. Повторить 8—10 раз.2. «Открывай нам, школа, дверь, мы ведь школьники теперь!» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки к плечам, локти в стороны. 1 — свести локти перед грудью — выдох; 2 — руки в стороны до сведения лопаток — вдох. Локти держать на уровне плеч. Повторить 8—10 раз.3. «Здравствуй, школа» И. п.: ноги врозь, руки согнуть в локтях, ладони к груди. 1—2 — поворот вправо, руки в стороны, ладони вверх; 3—4 — и. п. То же в другую сторону. При поворотах ноги с места не сдвигать. Повторить по 4 раза.4. «У нас тяжелые портфели, их поднимаем еле-еле» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — наклон вперед, коснуться руками земли - выдох; 2 - и. п. При наклонах ноги вколенях не сгибать. Повторить 6—8 раз.5. «Долго мы сидеть не можем и стоять не можем тоже!» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — выставить ногу вперед на носок; 2 - в сторону; 3 - назад; 4 - и. п. То же другой ногой. Повторить 3—4 раза каждой ногой.6. «К доске я смело выхожу, и буквы мелом я пишу» И. п.: о. с, руки вниз. 1 — правую руку и правую ногу вперед; 2 - и. п.; 3 - левую руку и левую ногу вперед; 4 - и. п. Повторить 4—5 раз.7. «На переменах веселимся, играем, прыгаем, резвимся» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на одной ноге: пять прыжков в сторону на правой ноге; то же в другую сторону на левой ноге. Повторить 3—4 раза.Основные виды движений:Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед на двух ногах.Метание: мешочков от плеча, снизу в обруч с расстояния 3 м.;Лазание: подлезание под дугу правым и левым боком. П/и «Перемена» (№2,с398) П/и с речевым сопровождением «Первый раз в первый класс» |
| Оборудование: скакалки, мешочки с песком, дуги.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2)  |

**Подготовительная группа**

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с четким фиксированием поворотов, с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании, лазани, в разнообразных действиях с обручем, в различных выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений, развивать координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и мои друзья |  Вводная часть (№1, с.55) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, обычная ходьба; быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с малым мячом**«Волшебник» И.П. о. с. Мяч в правой руке. 1-руки в стороны. 2-опустить за спину, переложить мяч. 3-4- повторить.«Удержи мяч на ладони» И.П. о.с. мяч в правой руке. 1-чуть присесть, рука вперед, мяч на раскрытой ладони. 2-вернуться в и.п.«Прокати мяч» И.П. ш.с., мяч в левой руке. 1-наклонится к левому носку, прокатить мяч вокруг правого носка. 2- вернуться в и.п.3-4-повторить в другую сторону.«Самолет с грузом» И.П. лежа на животе, руки под подбородком, мяч в правой руке.1- приподнять плечи, руки отвести назад за спину, прогнуться. 2-вернуться в и.п. мяч переложить в другую руку, повторить.«Бегом марш!» И.П. у.с. мяч на полу, руки свободно. Легкий бег вокруг мяча.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом;.Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч, лежащих друг за другом на полу;Метание броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками;Лазание: перелезание в катящийся обруч боком без помощи рук.П/и «Найди свою пару» |
| Оборудование: М.мячи по кол-ву д на пол группы, 3-4 обруча, гимн. Скамейка, б.мячи.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Повторить ходьбу и бег в колонне по одному с четким фиксированием поворотов, с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании, лазании, в разнообразных действиях с обручем, в различных выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений, развивать координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и мои друзья |  Вводная часть (№1, с.55) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, обычная ходьба; быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с малым мячом**«Волшебник» И.П. о. с. Мяч в правой руке. 1-руки в стороны. 2-опустить за спину, переложить мяч. 3-4- повторить.«Удержи мяч на ладони» И.П. о.с. мяч в правой руке. 1-чуть присесть, рука вперед, мяч на раскрытой ладони. 2-вернуться в и.п.«Прокати мяч» И.П. ш.с., мяч в левой руке. 1-наклонится к левому носку, прокатить мяч вокруг правого носка. 2- вернуться в и.п.3-4-повторить в другую сторону.«Самолет с грузом» И.П. лежа на животе, руки под подбородком, мяч в правой руке.1- приподнять плечи, руки отвести назад за спину, прогнуться. 2-вернуться в и.п. мяч переложить в другую руку, повторить.«Бегом марш!» И.П. у.с. мяч на полу, руки свободно. Легкий бег вокруг мяча.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом;.Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч, лежащих друг за другом на полу;Метание броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками;Лазание: перелезание в катящийся обруч боком без помощи рук.П/и «Найди свою пару» |
| Оборудование: М.мячи по кол-ву д на пол группы, 3-4 обруча, гимн. Скамейка, б.мячи.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Повторить ходьбу и бег в колонне по одному с четким фиксированием поворотов, с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании, лазании, в разнообразных действиях с обручем, в различных выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений, развивать координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и мои друзья |  Вводная часть (№1, с.55) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, обычная ходьба; быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с малым мячом**«Волшебник» И.П. о. с. Мяч в правой руке. 1-руки в стороны. 2-опустить за спину, переложить мяч. 3-4- повторить.«Удержи мяч на ладони» И.П. о.с. мяч в правой руке. 1-чуть присесть, рука вперед, мяч на раскрытой ладони. 2-вернуться в и.п.«Прокати мяч» И.П. ш.с., мяч в левой руке. 1-наклонится к левому носку, прокатить мяч вокруг правого носка. 2- вернуться в и.п.3-4-повторить в другую сторону.«Самолет с грузом» И.П. лежа на животе, руки под подбородком, мяч в правой руке.1- приподнять плечи, руки отвести назад за спину, прогнуться. 2-вернуться в и.п. мяч переложить в другую руку, повторить.«Бегом марш!» И.П. у.с. мяч на полу, руки свободно. Легкий бег вокруг мяча.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом;.Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч, лежащих друг за другом на полу;Метание броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками;Лазание: перелезание в катящийся обруч боком без помощи рук.П/и «Найди свою пару» |
| Оборудование: М.мячи по кол-ву д на пол группы, 3-4 обруча, гимн. Скамейка, б.мячи.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

СЕНТЯБРЬ

Ситуация месяца «Мой дом детский сад» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Повторить ходьбу и бег в колонне по одному с четким фиксированием поворотов, с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании, лазании, в разнообразных действиях с обручем, в различных выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений, развивать координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и мои друзья |  Вводная часть (№1, с.55) Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной; с разведением носков, пяток врозь, в полупряседе, руки вперед, с постановкой одной ноги на пятку, другой – на носок, обычная ходьба; быстрый бег, бег в врассыпную, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ с малым мячом**«Волшебник» И.П. о. с. Мяч в правой руке. 1-руки в стороны. 2-опустить за спину, переложить мяч. 3-4- повторить.«Удержи мяч на ладони» И.П. о.с. мяч в правой руке. 1-чуть присесть, рука вперед, мяч на раскрытой ладони. 2-вернуться в и.п.«Прокати мяч» И.П. ш.с., мяч в левой руке. 1-наклонится к левому носку, прокатить мяч вокруг правого носка. 2- вернуться в и.п.3-4-повторить в другую сторону.«Самолет с грузом» И.П. лежа на животе, руки под подбородком, мяч в правой руке.1- приподнять плечи, руки отвести назад за спину, прогнуться. 2-вернуться в и.п. мяч переложить в другую руку, повторить.«Бегом марш!» И.П. у.с. мяч на полу, руки свободно. Легкий бег вокруг мяча.Основные виды движенийРавновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом;.Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч, лежащих друг за другом на полу;Метание броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками;Лазание: перелезание в катящийся обруч боком без помощи рук.П/и «Найди свою пару» |
| Оборудование: М.мячи по кол-ву д на пол группы, 3-4 обруча, гимн. Скамейка, б.мячи.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я - лянторец» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 – 2 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, ритмично влезать на гимн. стенку и спускаться с нее, бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Осень. Деревья осенью | Вводная часть: (№1,с.57) Ходьба в колонне по одному на носках, руки вверх; на пятках, спиной вперед; с высоким подниманием колен, имитация ходьбы на лыжах, с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, «канатоходцы», в полуприседе, боковой галоп вправо и влево; легкий бег змейкой; ходьба. **Комплекс ОРУ «Осень золотая»** (№2, с.13)*1. «Дуб».* «Вот дуб растет, высокий и красивый. И смотрит он на нас игриво».И. п. — основная стойка. 1 — руки через стороны вверх, подняться на носки; 2-вернуться в и. п. Повторить 6-8 раз. *2. «Ива». «*Вот ива наклонилась над водой. Она увидела свое в ней отраженье».И. п. — стойка на коленях, руки в стороны, назад. 1 — руки вперед, коснуться пола; 2 — вернуться в и. п. 6-8 раз. *3. «Елочка».* «Принагнулась елочка, елочка-иголочка, Тяжело пушистые веточки держать».И п. — сед с прямыми ногами, руки вниз. 1 — руки вперед, коснуться носков; 2 — вернуться в и. п. *5—6* раз. 4. *«Сухие ветки». «*Сухие ветки спилили, на землю положили. Ветер задувает, ветки по земле катает». И. п. — лежа на животе. 1—4 — перекаты со спины на живот и обратно. Повторить 5—6 раз. *5. «Листики» «*Ветер листья все срывает, листья скручиваются и по ветру летают».И п. — лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки в обхват — назад. Повторить *5—б* раз. 6. «*Осинка».* «А вот осинка тонкая смеется, словно речка звонкая»И. п..— основная стойка. Прыжки (ноги сомкнуты— врозь) в чередовании с ходьбой (30—40 раз). 7. «Дровосек» (очищающее дыхание). «А вот сухие сучья рубит дровосек».Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке с хлопком под вытянутой ногой;Прыжки в высоту с разбега через канат (Р-50см.)Метание: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с ведением мяча с места, с расстояния 3 шагов.П/и «Медведь и пчелы»  «Осенние листья»Листья осенние тихо кружатся, *Кружатся на пальчиках, руки в стороны.*Листья нам под ноги тихо ложатся. *Приседают.*И под ногами шуршат, шелестят, *Движения руками вправо-влево.*Будто опять закружиться хотят. *Поднимаются, кружатся.* |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, канат, баскетбольный мяч на полгруппы, маски на п/и;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я - лянторец» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 – 4 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, ритмично влезать на гимн. стенку и спускаться с нее, бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Овощи | Вводная часть: (№1,с.57) Ходьба в колонне по одному на носках, руки вверх; на пятках, спиной вперед; с высоким подниманием колен, боковой галоп вправо и влево; легкий бег змейкой; ходьба. **Комплекс ОРУ «Огород»** (№2, с.13)*«Ищем овощи, стараемся. Но овощи спрятались, мы удив­ляемся»*И. п.: о. с, руки вниз. 1 — поднять плечи вверх; 2 — и. п. Повто­рить 8—10 раз.*«Вправо, влево посмотрите! Дружно овощи ищите!»*И. п.: о. с, руки вниз. 1 — повернуть голову вправо; 2 — прямо; 3 — влево; 4 - прямо. Повторить 4—5 раз. Упражнение выполнять в медленном темпе.*«Наклонились дети к грядкам. Здесь овощи, они играют в прятки»*И. п.: ноги врозь пошире, руки вверх. 1 — наклон вперед, кос­нуться руками пяток с внутренней стороны; 2 — и. п. Повторить 6—8 раз. Упражнение делать сначала в медленном темпе, затем в более быстром.*«На грядках овощи растут. Мы видим их и там и тут»*И. п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. 1 — поворот впра­во, руки за спину — выдох; 2 — и. п., вдох; 3 — то же в другую сторону. Повторить 6 раз.*«Мы присядем возле грядки. Все у нас всегда в порядке!»*И. п.: о. с, руки вниз. 1 — присесть, разведя колени, отрывая пятки от пола, руки за голову; 2 — и. п. Повторить 6 раз.*«С грядок урожай собрали. Все веселились, играли, скакали»*И. п.: ноги слегка расставлены врозь, ступни параллельны. Прыжки на двух ногах с поворотом то в одну, то в другую сторону. Повороты делать на четыре счета. Повторить 4 раза.Основные виды движений:Прыжки через веревку боком в зажатым между ног мешочком (Р-50см.)Метание: передача мяча из одной руки в другую с отскоком от пола в движении;Лазание: ползание под дугами с опорой на руки (лежа на животе, ноги прямые вместе)П/и «Посади овощи и собери урожай» |
| Оборудование: длинная веревка, мешочки с песком, б.мячи, дуги, маты, атрибуты к п/и;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я - лянторец» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 – 6 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, учить преодолевать двигательные трудности, развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Фрукты | Вводная часть: (№1,с.58) Ходьба в колонне на носках, на пятках боком, в приседе, с перекатом с пятки на носок, боковой галоп вправо и влево; подскоки, легкий бег; ходьба. Дых упр «Ух»**Комплекс ОРУ «Фрукты»** (№2, с.13)*1. «Достанем фрукты на ветвях.* И. п. — основная стойка. 1 — руки вперед, вверх, подняться на носки; 2 — вернуться в и. п. Повторить 6—8 раз. *2. «Яблоко».* И. п. — сед с прямыми ногами, руки внизу, впереди. 1 — развести руки в стороны — назад; 2 — вернуться в и. п. Повторить 6—8 раз. *3. «Соберем яблоки в кучу* соберем». И. п. И.п.— сед, ноги врозь, руки вниз. 1 — руки в стороны, назад; 2 — руки вперед, вниз. Повторить 5— 6 раз. 4. «*Яблоки качаются на ветках».* И. п. — лежа на спине, руки обхватывают согнутые в коленях ноги. 1—4 — раскачивание вперед-назад. *5—* б раз. *5. «Загляни под ветки: нет ли яблок?»* И. п. — опора на колени и кисти рук. 1 — руки согнуты в локтевых суставах, туловище прогнуть, сделать подлезание вперед; 2 — вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза. 6*. «Яблоко упало с дерева и запрыгало по земле»* Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой (30—40 раз). Основные виды движений:Равновесие: прыжки по скамейке с продвижением вперед;Прыжки на двух ногах с подбрасыванием вверх мяча двумя руками и ловлей его.Метание: ведение мяча одной рукой между предметами;Лазание: по веревочной лестницеП/и «Собери урожай»  |
| Оборудование: Дл.веревка. мешочки, мячи по кол-ву детей, 3 дуги, 2 корзинки, гимн. скамейка, веревочная лестница, кегли 5-6 шт.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ОКТЯБРЬ

Ситуация месяца «Я – лянторец» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 – 8 нод) |
| Цель: Развитие скоростно-силовых качеств посредством ОВД |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, учить преодолевать двигательные трудности, развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Моя Родина | Вводная часть: (№1,с.40)Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе; на пятках руки за головой; в полуприседе, обычная ходьба, бег змейкой, легкий бег. Ходьба.**Комплекс ОРУ без предметов**. Вспомним те места, где вы бывали с родителями.В нашем городе есть бассейн. Заглянем туда и поплаваем.1. Дети стоят, ноги слегка расставлены, руки перед грудью, согнуты в локтях. Совершают руками движения пловца. (5раз). Есть на Лянторе музей, где вы можете посмотреть животных, которые живут на севере. Нужно внимательно все рассмотреть. 2. Стоя, ноги слегка расставлены, повороты туловища, вправо-влево. (по 4 раза).В нашем городе дома большие и маленькие.3. Приседания. Присесть, обхватив колени руками, затем встать, вытянув руки вверх. (4-6 р). В нашем городе протекает речка на берегу, которой мы загораем летом.4. Лежа на животе, руки согнуты в локтях перед собой. Поочередное сгибание и разгибание ног. (4 раза по 8 в чередовании с отдыхом). А вот так дети радуются, когда в нашем городе проходят праздники на Центральной площади. 5. Прыжки на двух ногах вокруг себя. (2 раза в чередовании с ходьбой).Основные виды движений:Равновесие: прыжки по скамейке с продвижением вперед.Прыжки на двух ногах через веревку; на двух ногах с подбрасыванием вверх мяча двумя руками и ловлей его.Метание: ведение мяча и забрасывание его в кольцо; забрасывание двумя руками в кольцо из-за головы в прыжке вверх с места П\/и «Весною в городе» |
| Оборудование: Гимнастическая скамейка, веревка, мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2). |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1 - 2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках, в лазании по канату, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Дружат люди всей планеты | Вводная часть: (№1,с.41) Ходьба на носках, на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперед, в приседе, «крабики», «канатоходцы», обычная ходьба, прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; боковой галоп; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Мы дружные**»Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по канату прямо;Прыжки: с ноги на ногу с круговыми движениями рук вперед и назад;Метание: ведение мяча одной рукой с дополнительными заданиями (повороты в разные стороны, вокруг себя);П/И «Что купили в магазине» с речевым сопровождением( №2,с.26) |
| Оборудование: канат, мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца « Я житель земного шара» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3 – 4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в прыжках, в лазании по канату, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп.Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Игрушки | Вводная часть: (№1,с.59) Ходьба на носках, на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперед, в приседе, «крабики», «канатоходцы», обычная ходьба, прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; боковой галоп; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ** «Всех мы в гости приглашаем, ярмарку мы открываем» И. п.: стоя, ступни параллельно. 1 — руки через стороны вверх, хлопок в ладоши над головой — вдох; 2—4 — медленно руки вниз — выдох. Повторить 8 раз.  «Торопитесь, не зевайте и товары выбирайте» И. п.: о. с, руки в «замок» перед грудью. 1 — выпрямить руки вперед, ладонями наружу; 2 — и. п. Повторить 8 раз. «Вот забавные игрушки — куклы, зайчики, Петрушки» И. п.: ноги врозь, руки «полочкой» за спиной. 1—2 — наклон вперед, руки вперед — в стороны, произнести «во-о-от», колени не сгибать, голову держать прямо; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз. «На матрешек оглянитесь, их одежкам удивитесь» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — приподнять плечи вверх; 2 — вернуться в и. п.; 3 — поворот вправо, руки в стороны — вниз; 4 — и. п. То же в левую сторону. Повторить 6—8 раз. «А вот кони расписные, у них гривы золотые» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки «по­ лочкой» перед грудью. Правую прямую ногу вперед на носок, при­ поднять, задержать, вернуться в и. п. То же с левой ноги. Повторить по 4 раза. «Эй, народ, не скучай! Пой, пляши, смотри, гуляй!» И. п.: ноги вместе, руки на пояс. Выполнить 10 прыжков ноги врозь — ноги вместе, сделать 8 шагов на месте в умеренном темпе. Повторить 2—3 раза. «Мы на ярмарке гуляли, песни пели, танцевали и немножечко устали» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1—2 — подняться на носки, руки через стороны вверх — вдох; 3—4 — вернуться в и. п. Повторить 3—4 раза.Основные виды движений:Равновесие: Ходьба по канату боком;Прыжки: на одной ноге с продвижением вперед;Лазание по канату.П/И «Что купили в магазине» с речевым сопровождением( №2,с.26) Дети встают в круг на небольшом расстоянии друг от друга, поворачиваются лицом в центр круга. В выходной мама с Зиной Целый день по магазинам ходили, выбирали, Одежду покупали. Купили свитер, куртку, шапку. Купили брюки, туфли, тапки. *Шагают на месте, энергично взмахивая руками. Руки согнуты в локтях перед грудью, сжимают-разжимают пальцы рук*. Купили шарф — большой, пушистый, Платок с кистями золотистый. Оделась Зина, Раз, два, три! Скорее, мама, Посмотри! Не узнала мама Зину. «Где же Зиночка?» — спросила. «Мама, мама, это я — Зина, доченька твоя!» В выходной мама с Зиной Целый день по магазинам ходили, выбирали, Одежду покупали. *Ударяют кулачками друг о друга. Выполняют прыжки на двух ногах на месте, руки на пояс. Выполняют два наклона вперед, руки вперед — в стороны. Хлопают в ладоши. Шагают на месте, энергично взмахивая руками.* Игра малой подвижности «Чтоб не мерзнуть никогда» (№2,с.27)Дети образуют круг, педагог с мячом находится в центре круга. Педагог читает стихотворение: Чтоб не мерзнуть никогда — В стужу, вьюгу, в холода,— Чтоб мороза не бояться, тепло нужно одеваться. Нужно вспомнить и узнать, Что зимою надевать, Чтобы нам тепло гулять, На прогулке не дрожать! Буду мячик вам кидать, Вы — одежду называть. Раз, два, три, Мячик мой лови! По окончании чтения стихотворения педагог поочередно кидает мяч каждому из игроков. Игроки возвращают мяч педагогу, называя при этом что-либо из одежды (шапка, шарф, пальто, куртка и т.д.) |
| Оборудование: канат, мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5 -6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи; учить прокатывать набивные мячи руками, ногами. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| Мир чудес | Вводная часть Ходьба на носках, руки в стороны, на внешней стороне стопы, на пятках; спиной вперед, семенящим, широким шагом, в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп, вправо и влево; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, ходьба. **Комплекс ОРУ «Что мы делали, покажем»**Основные виды движений:Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки: перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой в высоту с места.Метание: Игровые упражнения с набивным мячом П\и «Пустое место» (№1,с.170) |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, набивные мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

НОЯБРЬ

Ситуация месяца «Я житель земного шара» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7 - 8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья, создание положительных эмоций, у детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи; учить прокатывать набивные мячи руками, ногами. Оздоровительная: Укрепление здоровья детей.Воспитательная: Воспитывать интерес детей к физическим упражнениям. |
| Тема | Структура НОД |
| День матери | Вводная часть Ходьба на носках, руки в стороны, на внешней стороне стопы, на пятках; спиной вперед, семенящим, широким шагом, в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп, вправо и влево; легкий бег, быстрый бег, бег спиной вперед, ходьба. **Комплекс ОРУ «Наши мамы»**Основные виды движений:Лазание: ползание змейкой с опорой на предплечья и колени между кеглямиПрыжки: перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой в высоту с места.Метание: Игровые упражнения с набивным мячом П\и «Платок» |
| Оборудование: кегли, набивные мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии;Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова(№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от новогодних праздников. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии; отрабатывать навыки метания, лазания; помочь в преодолении двигательных трудностей.Оздоровительная: Формировать желание вести здоровый образ жизни.Воспитывать: Воспитывать внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Рождественское чудо | Вводная часть: (№1,с.63) Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; спиной вперед, обычная ходьба; боковой галоп, бег с захлестыванием голени назад, легкий бег; Ходьба. Дыхательное упражнение (вдох через нос, выдох через рот на ладонь «сдуваем снежинку»). Перестроение в три колонны.**Комплекс ОРУ с кеглей**Основные виды движений:Равновесие: ходьба по веревке, лежащий на полу, прямо и боком, руки на поясе.Прыжки через короткую скакалку на месте на двух ногах.Метание: передача мяча над головой, между ног, боком в парах.Лазание по веревочной лестнице.П/и «К нам приходит Новый год», «Что висит на ёлке?» |
| Оборудование: канат, скакалки, б.мячи, веревочная лестница, матыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физ. занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1);Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2). |
|  |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Создание положительного настроения от занятия физкультурой.  |
| Программное содержание | Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии.Оздоровительная: Формировать интерес и любовь к спорту. Воспитательная: Воспитывать у детей уважения к труду взрослых, навыки безопасного поведения в спортивном зале; |
| Тема | Структура НОД |
| Мой мир | Вводная часть (№1,с.61) Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; в полуприседе, с упражнениями для рук, обычная ходьба; боковой галоп, бег с захлестыванием голени назад, легкий бег; Ходьба. Перестроение в три колонны. Дыхательное упражнение «Снежинки» (вдох через нос, выдох через рот на ладонь «сдуваем снежинку»).**Комплекс ОРУ «Скоро в школу»**«Когда же в школу мы пойдем?» И. п.: о. с, руки вниз. 1 - поднять плечи вверх, руки в стороны — вниз; 2 — и. п. Повторить 8—10 раз. «Открывай нам, школа, дверь, мы ведь школьники теперь!» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки к плечам, локти в стороны. 1 — свести локти перед грудью — выдох; 2 — руки в стороны до сведения лопаток — вдох. Локти держать на уровне плеч. Повторить 8—10 раз «Здравствуй, школа» И. п.: ноги врозь, руки согнуть в локтях, ладони к груди. 1—2 — поворот вправо, руки в стороны, ладони вверх; 3—4 — и. п. То же в другую сторону. При поворотах ноги с места не сдвигать. Повторить по 4 раза. «У нас тяжелые портфели, их поднимаем еле-еле» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — наклон вперед, коснуться руками земли - выдох; 2 - и. п. При наклонах ноги в коленях не сгибать. Повторить 6—8 раз. «Долго мы сидеть не можем и стоять не можем тоже!» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — выставить ногу вперед на носок; 2 - в сторону; 3 - назад; 4 - и. п. То же другой ногой. Повторить 3—4 раза каждой ногой. «К доске я смело выхожу, и буквы мелом я пишу» И. п.: о. с, руки вниз. 1 — правую руку и правую ногу вперед; 2 - и. п.; 3 - левую руку и левую ногу вперед; 4 - и. п. Повтор. 4-5 раз. «На переменах веселимся, играем, прыгаем, резвимся» И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Прыжки на одной ноге: пять прыжков в сторону на правой ноге; то же в другую сторону на левой ноге. Повторить 3—4 раза. Основные виды движений:Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове, руки в стороны;Прыжки: перепрыгивание на одной ноге через веревку вперед-назад, вправо-влево на месте;Метание: бросание мяча снизу, из-за головы, от груди в парах. Подвижная игра «Перемена» |
| Оборудование: гимнастическая скамейка, мешочки с песком, веревка длинная, мячи на пол группы;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Создание положительного настроения от занятия физкультурой.  |
| Программное содержание | Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии.Оздоровительная: Формировать интерес и любовь к спорту. Воспитательная: Воспитывать у детей уважения к труду взрослых, навыки безопасного поведения в спортивном зале; |
| Тема | Структура НОД |
| Мой мир | Вводная часть (№1,с.61) Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; в полуприседе, с упражнениями для рук, обычная ходьба; боковой галоп, бег с захлестыванием голени назад, легкий бег; Ходьба. Перестроение в три колонны. Дыхательное упражнение «Снежинки» (вдох через нос, выдох через рот на ладонь «сдуваем снежинку»).**Комплекс ОРУ «Со снежками»**Прыжки: прыжки с продвижением вперед.Метание: бросок мяча о пол и ловля его после отскока двумя руками; боковой галоп в парах с передачей мяча друг другу от груди.Лазание: ползание змейкой с опорой на предплечья и колени между кеглями, расставленными по прямой на р-1м. друг от друга.П/и «Салки на мячах» |
| Оборудование: кегли, мячи-улитки, мягкие мячи, мячи на пол группыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Создание положительного настроения от занятия физкультурой.  |
| Программное содержание | Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии, в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять умение выполнить основные виды движений в быстром темпе.Оздоровительная: Формировать интерес и любовь к спорту. Воспитательная: Воспитывать у детей уважения к труду взрослых, навыки безопасного поведения в спортивном зале |
| Тема | Структура НОД |
| Начало зимы | Вводная часть: (№1, с.62) Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной, на внешней стороне стопы, руки согнуты в локтях; с разворотом в противоположную сторону, скрестным шагом; с высоким поднимание колен, легкий бег с перепрыгиванием через мягкие предметы, ходьба, перестроение на ору. **Комплекс ОРУ «В зимнем лесу»**Подставим ладошки снежинкам-веселым и легким пушинкам» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки вперед, ладони вверх; 2 — руки вверх, кисти рук в стороны, ладони вверх; 3 — руки в стороны, ладони вверх; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз. «Шагает быстро по сугробам на праздник к детям Новый год» И. п.: о. с, руки на пояс. 1—3 — руки в стороны, правую ногу согнуть в колене, оттянуть носок, пауза; 4 — вернуться в и. п. То же с левой ноги. Повторить по 4—5 раз. «Метель в лесу под Новый год все метет, метет, метет» И. п.: стоя, ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки в стороны ладонями вверх. 1—2 — согнуть руки в локтях перед грудью; 1—6 — последовательное вращение вперед рук одна вокруг другой. То же, вращение рук назад. Повторить по 3—4 раза. «А мы по лесу пойдем, елку выберем, найдем» И. п.: ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1 —3 — три пружинящих наклона вперед, руки вниз, пальцами рук дотянуться до носков ног, ноги прямые, голову вниз, смотреть на ступни, колени не сгибать; 4 — и. п. «Елочку в лесу найдем, в сад на праздник принесем» И. п.: ноги на ширине плеч, руки за головой;. 1—2 — наклон вправо, руки вверх — выдох; 3—4 — и. п., вдох. То же в другую сторону. Наклоняться точно в сторону, голову держать прямо. Повторить по 4—5 раз. «Трудно через лес идти, но праздник ждет нас впереди» И. п.: ноги шире плеч, руки на пояс. 1 — полуприсед на правой ноге, левая прямая, руки вперед; 2-й. п.; 3—4 — то же на другой ноге. Повторить по 3—4 раза. «Все мы рады — у ворот к нам стучится Новый год» И. п.: о. с, руки на пояс. Выполнить 4 подскока на правой ноге, 4 — на левой ноге. Повторить 4 раза. Игровое упражнение «Новогодние шары»Основные виды движений:Прыжки: друг за другом на одной ноге через обручи, лежащие на полу;Метание: броски мяча через волейбольную сетку в парах;Лазание: залезание на гимн. стенку и спускание с её противоположной стороны с переходом с пролета на пролет по диагонали.П/и «Метель, сугробы, снежинки» |
| Оборудование: обручи, мячи, волейбольная сетка, гимнаст. маты, шапки мороза на п/игру;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ДЕКАБРЬ

Ситуация месяца «Волшебные подарки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Создание положительного настроения от занятия физкультурой.  |
| Программное содержание | Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии, в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять умение выполнить основные виды движений в быстром темпе.Оздоровительная: Формировать интерес и любовь к спорту. Воспитательная: Воспитывать у детей уважения к труду взрослых, навыки безопасного поведения в спортивном зале; |
| Тема | Структура НОД |
| К нам приходит Новый год! | Вводная часть (№1, с.62) Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках руки за спиной, на внешней стороне стопы, руки согнуты в локтях; с разворотом в противоположную сторону, скрестным шагом; с высоким поднимание колен, легкий бег с перепрыгиванием через мягкие предметы, ходьба, перестроение на ору.**Комплекс ОРУ «Что за чудо Новый год!»** 1. «Елка в садике стоит, огнями весело блестит» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки в стороны — вверх, подняться на носки, — вдох; 2 — и. п., опуститься на всю стопу —выдох. Повторить 6—8 раз.2. «Белый снег пушистый в воздухе кружится»И. п.: о. с, руки вперед вниз. 1 — плавно поднять руки вверх; 2 — и. п. Повторить 6—8 раз.3. «Как у нашей елки колкие иголки»И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с хлопком между ног — выдох; 2 — и. п., выпрямиться, потянуться вверх — вдох. Посмотреть на поднятые руки. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз.4. «Дед Мороз к нам идет и подарки раздает» И. п.: ноги врозь, руки на пояс. 1 — поворот вправо, правая рука в сторону; 2 — и. п.; 3—4 — то же влево. Повторить по 4—5 раз вкаждую сторону.5. «Ищем подарки под елкой» И. п.: о. с, руки на пояс. 1-2—3 — медленно присесть, разводя колени, — длительный выдох, руки вниз; 4 — быстро встать — быстрыйвдох, руки на пояс. Пятки от земли не отрывать. Повторить6—8 раз.6. «Как нам весело сегодня — пришел праздник новогодний» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. Выполнить 8—10 прыжков. Непродолжительная ходьба. Повторить 2—3 раза.Основные виды движений:Прыжки: друг за другом на одной ноге через обручи, лежащие на полу;Метание: броски мяча через волейбольную сетку в парах;Лазание: залезание на гимн. Стенку и спускание с её противоположной стороны с переходом с пролета на пролет по диаганали.П/и «Два Мороза» |
| Оборудование: кегли, мячи-улитки, мягкие мячи, мячи на пол группыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ЯНВАРЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить прыгать на батуте; познакомить с упражнением «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закрепить умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакций.Оздоровительная: Приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр;Воспитательная: Воспитывать взаимопонимание, дружелюбие, внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Мой мир | Вводная часть: (№1,с.64) Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; спиной вперед, обычная ходьба; боковой галоп, бег с захлестыванием голени назад, легкий бег; Ходьба. Перестроение в три колонны.Дыхательное упражнение «Снежинки» (вдох через нос, выдох через рот на ладонь «сдуваем снежинку»).(вдох через нос, выдох через рот на ладонь «сдуваем снежинку». Перестроение в три колонны.**Комплекс ОРУ «Веселая тренировка»** (№2,с.250)1.«Мы сильные» И. п.: о. с, руки к плечам, кисти сжаты в кулаки. 1—2 — с силой поднять руки вверх, разжимая кулаки, — вдох; 3—4 — и. п., выдох. Повторить 8 раз.2. «Погреемся» И. п.: стоя, ноги врозь, руки вниз. 1—2 — плавно руки в стороны — вдох; 3—4 — махом обхватить себя за плечи, резко выдохнуть, сказать «ух!» Повторить 8 раз.3. «Наклонись ниже» И. п.: стоя, ноги сомкнуты, руки вниз. 1 — руки дугами через стороны вверх, хлопок над головой — вдох; 2—3 — наклон вниз, приближая голову к ногам, хлопок за ними — выдох; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз.4. «Мы стараемся» И. п.: стоя, ноги врозь, руки на пояс — вдох. 1—2 — наклон вправо, левая рука вверх, голова и туловище прямо — выдох; 3— 4 — и. п., вдох. То же влево. Повторить по 4—5 раз.5. «Шагаем на месте» И. п.: стоя, ноги параллельно, руки вниз. Поочередно сгибать колени, отрывая пятки от земли, делая энергичный перекат стопы до конца пальцев ног, поочередно взмахивая руками вперед-назад.6. «Дружно приседаем» И. п.: о. с, руки на пояс — вдох. 1—3 — три раза присесть, разводя колени, спина прямо — выдох; 4 — и. п. Повторить 3—4 раза.7. «Прыгаем, шагаем» И. п.: о. с, руки вниз. Выполнить 4 прыжка на месте на двух ногах, 4 шага на месте, энергично взмахивая руками вперед-назад. Повторить 5—6 раз.Подвижная игра «Найди свое место» Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной.Прыжки на батуте (разбег 2-2,5м., отталкивание одной ногой от пола, приземление на батут двумя ногами; приземление на пол на две полусогнутые ноги с носка на всю ступню; после приземления с батута выпрямление, поднятие прямых рук вверх)Метание: ходьба на 4-х с толканием головой мяча на Р-3м.П/и «Забавные лисята» (№2,с.251)П/и «У белки в дубле» (№2,с.252) |
| Оборудование: гимнастическая скамейка м.мячи, батуты, атлетические мячи на пол группыИндивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |
|  |

ЯНВАРЬ

Тема месяца «Мальчики и девочки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Закрепить знания о диких животных. Учить прыгать на батуте; познакомить с упражнением «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закрепить умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакций.Оздоровительная: Приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр;Воспитательная: Воспитывать взаимопонимание, дружелюбие, внимание. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и мои друзья | Вводная часть: (№1,с.64) Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; спиной вперед, обычная ходьба; боковой галоп, бег с захлестыванием голени назад, легкий бег; Ходьба. Перестроение в три колонны.Дыхательное упражнение «Снежинки» (вдох через нос, выдох через рот на ладонь «сдуваем снежинку») Перестроение в три колонны.**Комплекс ОРУ «Будем веселится»**Пришли в гости к детям Зимние Святки. Принесли они с собой Рождество и колядки. Будем в Святки веселиться, Песни петь, в игры играть И резвиться.1. «Кубики вверх» И. п.: о. с, кубики внизу в обеих руках. 1 — руки в стороны; 2 —руки вверх; 3 — руки в стороны; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз.2. «Постучи кубиками» И. п.: ноги врозь, кубики внизу в обеих руках. 1 — руки в стороны; 2 — руки вперед, стукнуть кубиками друг о друга; 3 — руки в стороны; 4 — и. п.; 5 — руки в стороны; 6 — руки за спину, стукнуть кубиками друг о друга; 7 — руки в стороны; 8 — и. п. Повторить 4—5 раз.3. «Наклонись» И. п.: ноги на ширине плеч, руки с кубиками в стороны. 1 — наклон вперед, коснуться кубиками носка правой ноги; 2 — и. п.; 3 — наклон вперед, коснуться кубиками носка левой ноги; 4 — и. п. Повторить по 4—5 раз.4. «Кубики скользят» И. п.: ноги врозь, руки с кубиками внизу. 1—2 — наклон вправо, скользя правой рукой по бедру, левую к подмышке; 3 — и. п. То же в другую сторону. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону.5. «Присядь» И. п.: о. с, руки с кубиками внизу. 1—2 — присесть, кубики вперед; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз.6. «Вокруг кубиков» И. п.: о. с, руки свободно, кубики около ног на земле. Прыжки на двух ногах вокруг кубиков в чередовании с кратким отдыхом или ходьбой вокруг кубиков в другую сторону. Повторить 3—4 раза.Подвижная игра «Мороз — Красный нос»Основные виды движений:Прыжки на батуте.Метание: бросание мешочков с песком в горизонтальную цель (обруч) с расстояния 4мЛазание: вис на гимнастической стенке, подъем прямых ног до прямого угла.П/и «Поймай оленя» П/и «У оленя дом большой» |
| Оборудование: батуты, мешочки с песком по кол-ву детей, обруч, гимн, стенка, веревки (лоссо)Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |
|  |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание положительного настроения от занятия физкультурой. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту, вести мяч, лазать по канату; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; Оздоровительная: Укрепление мелких мышц рук.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку, способствовать участию детей в совместных играх. |
| Тема | Структура НОД |
| Дни рождения | Вводная часть (№1, с.65) Ходьба на носках; на пятках; в полуприседе; «слоники», скресным шагом; боком; «крабики»; с перекатом с пятки на носок; обычная ходьба; построения в звенья; прямой галоп правой и левой ногами; дых. Упр. Прыжки на правой и левой ноге; легкий бег на носках; быстрый бег; бег спиной вперед; бег с заданиями (с разбега подпрыгнуть вверх, достать до бубна и продолжать бег) 2-3 раза.Комплекс ОРУ «Мне весело»Основные виды движений:Равновесие: ходьба на 4-х по скамейке с толканием мяча головой вперед;Прыжки: в высоту с разбега;Метание: ведение мяча одной рукой с продвижением вперед между предметами.П/и «Поезд» (№1, с.127) |
| Оборудование: Гимнастическая скамейка, набивные мячи, баскет. мячи, 2 стойки, веревка;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Мальчики и девочки» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  2 НЕДЕЛЯ (3-4нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание уважения к труду взрослых. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту, вести мяч, лазать по канату; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; Оздоровительная: Укрепление мелких мышц рук.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку, способствовать участию детей в совместных играх. |
| Тема | Структура НОД |
| Трудовые действия | Вводная часть (№1, с.65) Ходьба на носках; на пятках; в полуприседе; «слоники», скрестным шагом; боком; «крабики»; с перекатом с пятки на носок; обычная ходьба; построения в звенья; прямой галоп правой и левой ногами; дых. Упр. Прыжки на правой и левой ноге; легкий бег на носках; быстрый бег; бег спиной вперед; бег с заданиями (с разбега подпрыгнуть вверх, достать до бубна и продолжать бег) 2-3 раза.**Комплекс ОРУ «Профессии»**«Все профессии важны, все профессии нужны» И. п.: ноги врозь, руки в стороны. 1 — руки вперед, хлопок в ладоши; 2 — и. п.; 3 — руки вверх, хлопок над головой; 4 — и. п. Выполнить 2 раза. Пауза, руки опустить вниз. Повторить 4 раза. «Регулировщик на посту: «Вам в эту сторону, вам — в ту!"» И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. 1 — правая рука вперед, ладонь вверх; 2 — то же левой рукой; 3 — правая рука вверх, ладонь вперед; 4 — то же левой рукой; 5 — правая рука в сторону, ладонь вниз; б — то же левой рукой; 7 — правая рука вниз; 8 — левая рука в и. п. Повторить 6—8 раз, постепенно убыстряя темп. «Готовит повар нам обед — кашу, щи и винегрет» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вниз. 1 — наклон вперед, руки вперед, полукругом перед собой, пальцы рук касаются друг друга, выдох; 2 — и. п., вдох. Повторить 6—8 раз. При наклоне колени не сгибать, голову прямо. «Покрашены стены и потолок, в этом нам маляр помог» И. п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — наклон вправо, левая рука плавно через сторону вверх, выдох; 2 — и. п., вдох; 3— 4 — то же в другую сторону. Повторить 4—5 раз. «Готовится к спектаклю балерина, старается и ровно держит спину» И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — поставить правую прямую ногу вперед на пятку; 2 — опустить ступню на землю; 3 — потянуть носок ноги на себя; 4 — и. п. То же с другой ноги. Повторить по 4 раза. Опорная нога прямая, держать равновесие, спина прямая, голову вниз не опускать. «Все мамы очень любят спорт. И вот прыжок — побит рекорд» И. п.: ноги слегка расставить, ступни параллельно, руки вниз. 1 —3 — прыжки на месте на двух ногах; 4 — подпрыгнуть вверх как можно выше. Выполнить 4 раза. 8-10 шагов на месте в спокойном темпе. Повторить 2—3 раза. «С праздником мамочек всех поздравляем, очень их любим и обнимаем» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 - руки в стороны; 2 - обхватить обеими руками плечи; 3 - руки в стороны; 4 - и. п. Повторить 4—6 раз. Основные виды движений:Равновесие: ходьба на 4-х по скамейке с толканием мяча головой вперед;Прыжки: впрыгивание на предмет с разбега в три шага;Метание: ведение мяча одной рукой с продвижением вперед между предметами;Лазание: по канату. Игровое упражнение «Мячи в кругах» |
| Оборудование: Гимнастическая скамейка, набивные мячи, баскет. мячи, канат;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с гимнастической палкой; укреплять мышцы кистей рук, стоп; закреплять умение правильно выполнять разнообразные хваты в упражнениях с гимнастической палкой; учить прыгать через длинную скакалку с места; развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать ее в соревнованиях. Оздоровительная: Укрепление мелких мышц рук.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку, способствовать участию детей в совместных играх. |
| Тема | Структура НОД |
| Защитники Отечества | Вводная часть (№1, с.66) Ходьба на носках; на пятках; пятки одной ноги к пальцам другой,»муравьишки», «слоники», с перекатом с пятки на носок; гусиным шагом, обычная ходьба; построения в звенья; дых.упр. «Ах!» **Комплекс ОРУ «Аты-баты шли солдаты»**«Укрепляем руки» И. п.: о. с, руки с палкой внизу. 1 — руки с палкой вперед; 2 — руки с палкой вверх; 3 — руки с палкой вперед; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз. «Мы ловкие» И. п.: ноги на ширине ступни, палка в правой руке вертикально впереди, хватом за середину. 1 — отвести прямую руку вправо; 2 — вперед с перехватом в левую руку; 3—4 — то же другой рукой. При разведении рук — вдох, при сведении — выдох. Руки разводить шире, держа их на уровне плеч. Повторить 6—8 раз. «Палку вперед» И. п.: ноги на ширине ступни, палка внизу. 1—2 — наклон вперед, одновременно поднимая руки вперед, смотреть на руки, потянуться вперед; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз. «Повернись с палкой» И. п.: ноги врозь, палка на лопатках. 1 — поворот вправо, руки вверх — выдох; 2-й. п., вдох; 3—4 — то же в другую сторону. При повороте ноги с места не сдвигать. Повторить 6—8 раз. «Тренируем ноги» И. п.: о. с, палка вертикально, одним концом на полу, руки на верхнем конце палки. 1—3 — медленно присесть, разводя колени, — выдох; 4 — быстро встать — вдох. Палку держать ближе к туловищу, во время приседания не наклонять. «Будь внимательным» И. п.: ноги врозь, палка на земле между ног, руки вниз. Прыжки через палку, ноги скрестно — врозь. По 10 прыжков, повторить 3 раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой;Прыжки: через длинную скакалку с места;Метание: броски мяча через волейбольную сетку в парах;Лазание: влезание на гимн.лестницу и спуск с неё в разном темпе. Подвижная игра «Веселая маршировка» |
| Оборудование: веревка, дл.скакалка, волейбольная сетка, мячи, маты.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

ФЕВРАЛЬ

Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание уважения к взрослым. |
| Программное содержание | Образовательная: Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с гимнастической палкой; укреплять мышцы кистей рук, стоп; закреплять умение правильно выполнять разнообразные хваты в упражнениях с гимнастической палкой; учить прыгать через длинную скакалку с места; развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать ее в соревнованиях. Оздоровительная: Укрепление мелких мышц рук.Воспитательная: Воспитывать взаимовыручку, способствовать участию детей в совместных играх. |
| Тема | Структура НОД |
| Я и моя семья | Вводная часть (№1, с.66) Ходьба на носках; на пятках; пятки одной ноги к пальцам другой,»муравьишки», «слоники», с перекатом с пятки на носок; гусиным шагом, обычная ходьба; построения в звенья; дых.упр. «Ах!» Комплекс **ОРУ «Мама, папа,я-дружная семья»**«Укрепляем руки» И. п.: о. с, руки с палкой внизу. 1 — руки с палкой вперед; 2 — руки с палкой вверх; 3 — руки с палкой вперед; 4 — и. п. Повторить 6—8 раз.Основные виды движений:Равновесие: ходьба по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой;Прыжки: через длинную скакалку с места;Метание: броски мяча через волейбольную сетку в парах;Лазание: влезание на гимн.лестницу и спуск с неё в разном темпе. Подвижная игра «Веселая маршировка» |
| Оборудование: веревка, дл.скакалка, волейбольная сетка, мячи, маты.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

Ситуация месяца « Моя семья, мои корни» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание любви к маме, бабушке, сестре. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить прыгать через большой обруч, бороться за достижение своей цели, упражнять в равновесии, в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места. Развивать координацию движений, ловкость.Оздоровительная: Укрепление мышцы кистей рук, стоп.Воспитательная: Воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях. |
| Тема | Структура НОД |
| Мамин праздник | Вводная часть: (№1,с.67) Ходьба на носках; на пятках руки согнуты в локтях; гусиным шагом; с разведением носков врозь «канатоходцы»; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; легкий бег змейкой; быстрый бег; бег с заданием на свисток (1 свисток – бежать в противоположную сторону, 2 свистка – повернуться вокруг себя и продолжить бег, 3 свистка – повернуться вокруг себя, присесть на корточки, встать и бежать дальше). Ходьба. Дыхательное упражнение Перестроение в три колонны.**ОРУ « С утра сияет солнышко»** (№2,с.332)Основные виды движений: Равновесие: ходьба скрестным шагом, между ногами скамейка, руки на поясе.Прыжки через большой обруч, вращая его (как через скакалку). Метание: бросание мяча в баскетбольное кольцо с места.Лазание по канату.П/и «Платки» (№2,с.333)П/и «Тюльпан» (№2,с.335) |
| Оборудование: Гимн. скамейка, большой обручи, б. мячи на пол группы, 3 платка, 3 обруча, цветок для п/игры.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

 Ситуация месяца «Моя семья, мои корни» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание бережного отношения к природе. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить прыгать через большой обруч, бороться за достижение своей цели, упражнять в равновесии, в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо в прыжке, вести мяч. Развивать координацию движений, быстроту, силу.Оздоровительная: Укрепление мышцы кистей рук, стоп.Воспитательная: Воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях. |
| Тема | Структура НОД |
| Весна на пороге | Вводная часть: (№1,с.67) Ходьба на носках; на пятках руки согнуты в локтях; гусиным шагом; с разведением носков врозь «канатоходцы»; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; легкий бег змейкой; быстрый бег; бег с заданием на свисток (1 свисток – бежать в противоположную сторону, 2 свистка – повернуться вокруг себя и продолжить бег, 3 свистка – повернуться вокруг себя, присесть на корточки, встать и бежать дальше). Ходьба. Дыхательное упражнение Перестроение в три колонны Комплекс Комплекс **ОРУ«Веселится весна»:**« Уходи прочь, зима!"» И. п.: о. с, руки согнуты перед грудью ладонями книзу. 1 —3 — три рывка руками в стороны; 4 — вернуться в и. п. Повторить 6—8 раз. «Весна махнула рукавом, словно ласточка крылом» И. п.: ноги на ширине плеч, руки за спину. 1 — руки в стороны; 2 — наклон вправо, руки вверх; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — и. п. То же влево. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону. «Снег под солнцем плавится, ручьи во все стороны разбегаются»И. п.: ноги врозь, руки вверху. 1 — наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 2 — выпрямиться, посмотреть на руки — вдох. Повторить 6—8 раз. «Подснежники стараются, из-под снега пробиваются» И. п.: ноги слегка расставить, руки в стороны. 1—2 — глубоко присесть, колени обхватить руками, голову опустить; 3—4 — и. п. Повторить 6—8 раз. «Тик-так» — часы идут сейчас. Зимы пробил последний час!» И. п.: о. с, руки на поясе. 1 — мах правой ногой вперед; 2 — мах назад; 3 — мах вперед; 4 — вернуться в и. п. Повторить по 3—4 раза каждой ногой. «Наконец-то ты пришла, долгожданная весна!» И. п.: о. с, руки вниз. 1—8 — прыжки на двух ногах вправо и влево в чередовании с ходьбой на месте. Повторить 3—4 раза. Основные виды движений:Равновесие: ходьба скрестным шагом, между ногами скамейка, руки на поясе.Прыжки через большой обруч, вращая его (как через скакалку). Метание: бросание мяча в баскетбольное кольцо с места.Лазание по канату.Подвижная игра «Зима и весна» |
| Оборудование: гимн. скамейка, обручи, канат, б.мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

 Тема месяца «Весна пришла» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в метании, в прыжках, в равновесии, в лазании по канату; учить прыгать через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координации. И ловкость.Оздоровительная: Укрепление мышцы кистей рук, стоп.Воспитательная: Воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях. |
| Тема | Структура НОД |
| Скоро в школу | Вводная часть (№1, с.68) Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках; спиной вперед; на внешней стороне стопы; в полуприседе; скрестным шагом назад; боковой галоп; дых.упр. «Чух-чух!» легкий бег; быстрый бег; бег спиной вперед; бег с заданиями.**Комплекс ОРУ «Скоро в школу»**Основные виды движений:Равновесие: ходьба на 4-х по скамейке с толканием мяча головой;Прыжки: через скамейку «Джигитовка»;Метание: передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую на месте.П/и «Перемена» |
| Оборудование: гимн. скамейка, мячи набивные, б.мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАРТ

Тема месяца «Весна пришла» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание бережного отношения к комнатным растениям. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в метании, в прыжках, в равновесии, в лазании по канату; учить прыгать через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координации. И ловкость.Оздоровительная: Укрепление мышцы кистей рук, стоп.Воспитательная: Воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях. |
| Тема | Структура НОД |
| Книжкина неделя | Вводная часть: (№1,с.68) Ходьба на носках; на пятках руки в стороны; на пятках; спиной вперед; на внешней стороне стопы; в полуприсяде; скрестным шагом назад; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; легкий бег; быстрый бег; Ходьба. Дыхательное упражнение (на счет 1 – вдох, на счет 2 - озвученный выдох: «А-а»). Перестроение в три колонны.**Комплекс ОРУ «По сказкам»**1. «Колобок». Ноги вместе, руки на поясе. Медленное вращение головы вправо и влево. ( по 4 раза в каждую сторону).2. «Б.Яга – костяная нога». Ноги вместе, руки на поясе. 1-выставить ногу вперед на пятку, 2-и.п., 3-4 тоже другой ногой. (по 4 раза каждой ногой).3. «Тянем – потянем». Ноги слегка расставлены, руки на поясе. 1-наклониться, потянуться вправо, руки вытягиваем в том же направлении, 2- и.п., 3-4 тоже, в другую сторону. ( по 4 раза).4. «Поросята». Лежа на животе, руки вытянуты вверх. 1- перевернуться на спину. 2- и.п. (6-8 раз).5. «Козлятки». Ноги вместе, руками изображают рожки на голове. Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой.Основные виды движений:Равновесие: ходьба на носках с перешагиванием через набивные мячи;Прыжки: перепрыгивание через скамейку на двух ногах вправо, влево с продвижением вперед;Метание: отбивание мяча в движении;Лазание: ползание по полу на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами.П/и «Репка» |
| Оборудование: набивные мячи, гимнастическая скамейка, б. мячи;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2). |

АПРЕЛЬ

Ситуация месяца «Космос. Я часть вселенной» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умение выразительно, осознано, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в лазании по канату, в прыжках через скакалку на двух ногах, в метании.Оздоровительная: Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки. Воспитательная: Воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила. |
| Тема | Структура НОД |
| День радости | Вводная часть: (№1,с.69) Ходьба на носках, на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок «обезьяны»; боком, приставным шагом; «крокодилы» ползание на животе по полу. Обычная ходьба; подскоки; бег спиной вперед; с изменением направления движения по сигналу. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение «Ветер» (на счет 1 – вдох, на счет 2 - озвученный выдох: «Ш-ш-ш»).Перестроение в три звена.**Комплекс ОРУ « Дружная зарядка»**«Дружно делаем зарядку, все движенья — по порядку» И. п.: о. с, руки согнуты перед грудью. 1 — развести руки в стороны — вдох; 2 — вернуться в и. п. — выдох. При выполнении упражнений локти не опускать. Повторить 6 раз. «Самый сильный в доме я, как и все мои друзья» И. п.: ноги врозь, руки вниз. 1 — руки к плечам; 2 — руки вверх, посмотреть на них; 3 — руки к плечам; 4 — и. п. Повторить 6 раз. «Наклоняться все умеют — и ребята, и зверята» И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверху. 1 — наклон вперед с одновременным отведением рук назад — выдох; 2 — выпрямиться, посмотреть на руки — вдох. Ноги при наклоне не сгибать. Повторить 6—8 раз. «Повороты выполняем, свою спину укрепляем» И. п.: ноги врозь, руки на затылке. 1—2 — поворот вправо — выдох; 3—4 — и. п., вдох. То же в другую сторону. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону. «Тренируем ноги, лапы, чтобы бегать, но не падать» И. п.: о. с, руки за спиной. 1 — поднимая согнутую ногу, подтянуть колено руками к груди; 2 — и. п. То же другой ногой. Носок поднятой ноги оттянут, опорная нога прямая. Повторить по 3 раза каждой ногой. «Прыгаем с друзьями вместе, развлеченья нет чудесней» И. п.: ноги вместе, руки вниз. 1 — прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 — и. п. Выполнить 8 прыжков, непродолжительная ходьба на месте, повторить прыжки 2—3 раза. Основные виды движений: Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками.Прыжки через скакалку, на двух ногах. Метание: перебрасывание мяча от груди, из-за головы двумя руками.П/и «Ловишки со скакалкой» (№1, с.50) П/и с речевым сопровождением «Руки человека» (№2,с.406) |
| Оборудование: Гимн. скамейка, б. мячи на пол группы, скакалки на пол группы.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

АПРЕЛЬ

Ситуация «Космос. Я часть вселенной» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание интереса к космосу. |
| Программное содержание | Закреплять умение выразительно, осознано, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в лазании по канату, в прыжках через скакалку на двух ногах, в метании.Оздоровительная: Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки. Воспитательная: Воспитывать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила. |
| Тема | Структура НОД |
| Путешествие в космос | Вводная часть: Ходьба на носках, на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок «обезьяны»; боком, приставным шагом; «крокодилы» ползание на животе по полу. Обычная ходьба; подскоки; бег спиной вперед; с изменением направления движения по сигналу. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. Перестроение в три звена.**Комплекс ОРУ «Тренируемся»**1. И. п.: о. с, руки в стороны. 1 — руки прямые скрестно перед грудью — выдох; 2 — и. п., вдох. При скрестном положении руки меняются: сверху то одна, то другая. Повторить 6—8 раз. 2. И. п.: о. с, руки назад, пальцы сжаты в кулак. 1 — махом поднять руки на уровень пояса; 2 — махом руки на уровне груди; 3 — махом руки вверх; 4 — руки в стороны, вернуться в и. п. Повторить 6—8 раз. 3. И. п.: ноги на ширине плеч, руки вверх в «замок». 1 — резкий наклон вперед с опусканием рук между ног; 2 — и. п. Ноги не сгибать, наклоняться ниже, руки отводить дальше назад. Повторить 6—8 раз. 4. И. п.: ноги на ширине плеч, руки за головой. 1—2 — наклон вправо — выдох; 3—4 — и. п. — вдох. То же в другую сторону. При выполнении упражнения наклоняться точно в сторону, голову не опускать. Повторить по 3—4 раза в каждую сторону. 5. И. п.: о. с, руки на пояс. 1 — поднять прямую ногу вперед; 2 — махом отвести назад; 3 — снова вперед; 4 — и. п. Ноги прямые, носок оттянуть, сохранять равновесие на опорной ноге. То же другой ногой. Повторить по 3—4 раза. 6. И. п.: о. с, руки вниз. Прыжки на одной ноге: 5 прыжков в сторону на правой ноге; то же в другую сторону на левой ноге. Повторить 3—4 раза. Подвижная игра «Земляне и инопланетяне»Основные виды движений:Метание: перебрасывание мяча от груди, из-за головы двумя руками двумя руками друг другу через сетку с Р-3-4 м.Прыжки: через скакалку на двух ногах;Лазание по канату.П/и «Космодром» |
| Оборудование: Гимн. скамейка, б. мячи на пол группы, скакалки на пол группы, канат.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

Ситуация месяца «Я Россиянин» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 1 НЕДЕЛЯ (1-2 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, создание жизнерадостного настроения, воспитание чувства гордости за наших ветеранов, уважения к старикам. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в лазании по веревочной лестнице; учить прыгать с разбега; закреплять умение метать вдаль.Оздоровительная: Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.Воспитательная: Воспитывать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. |
| Тема | Структура НОД |
| День Победы | Вводная часть: (№1,с.71) Построение в шеренгу. Равнение. Расчет на 1,2. Повороты на месте. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки в стороны; на пятках; спиной вперед; в полуприсяде; скрестным шагом вперед Обычная ходьба; Бег в медленном темпе. Перестроения в движении. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. **Комплекс ОРУ «День Победы»** (№2,с.346)Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с отбиванием мяча о пол на каждый шаг и ловлей его двумя руками. Прыжки в длину с разбега до ориентира (Р-1,8м).Метание мяча одной рукой от плеча вдаль (Р. 6-12 м.)Лазание по веревочной лестнице.П/и «Петушиный бой» (№2,с.347) Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: Гимн. скамейка, б. мячи на пол группы, веревочная лестница.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

Ситуация месяца «Я Россиянин» Подготовительная группа

|  |
| --- |
| 2 НЕДЕЛЯ (3-4 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей, воспитание любви к родному городу. |
| Программное содержание | Образовательная: Упражнять в равновесии, в лазании по веревочной лестнице; учить прыгать с разбега; закреплять умение метать вдаль ;Оздоровительная: Рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание.Воспитательная: Воспитывать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. |
| Тема | Структура НОД |
| Наш Пушкин | Вводная часть: (№1,с.71) Построение в шеренгу. Равнение. Расчет на 1,2. Повороты на месте. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки в стороны; на пятках; спиной вперед; в полуприсяде; скрестным шагом вперед Обычная ходьба; Бег в медленном темпе. Перестроения в движении. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. **Комплекс ОРУ «Герои сказок»** Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с отбиванием мяча о пол на каждый шаг и ловлей его двумя руками. Прыжки в длину с разбега, с места до ориентира (Р-1,8м).Метание малого мяча правой - левой рукой от плеча вдаль (Р. 6-12 м.)Лазание по веревочной лестнице.П/и «Весною в городе» Ходьба в колонне по одному. |
| Оборудование: Гимн. скамейка, б. мячи на пол группы, веревочная лестница.Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

Тема месяца «Моя Родина - Россия» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  3 НЕДЕЛЯ (5-6 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, прыгать на батуте; вести мяч, технику бросков; упражнять в равновесии, развивать координацию, ловкость.Оздоровительная: Расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).Воспитательная: Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, здоровью других детей. |
| Тема | Структура НОД |
| Права ребенка | Вводная часть: (№1,с.72) Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь. Обычная ходьба; Прыжки на двух ногах; подскоки. Легкий бег. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. **Комплекс ОРУ «Мы – дети Земли»**Основные виды движений:Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча двумя руками. Прыжки на двух ногах на батуте с разбега в 2-2,5 м.Метание: бросание мяча разными способами в парах.П/и «По сказкам» |
| Оборудование: Гимн. скамейка, б. мячи на пол группы, батут;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |

МАЙ

Тема месяца «Моя Родина - Россия» Подготовительная группа

|  |
| --- |
|  4 НЕДЕЛЯ (7-8 нод) |
| Цель: Укрепление здоровья детей. |
| Программное содержание | Образовательная: Учить бегать на скорость, прыгать через скакалку; отрабатывать навыки метания мешочков в обруч; упражнять в подлезании под дугу.Оздоровительная: Расширять представление о важных компонентах здорового образа жизни (движение, солнце, воздух).Воспитывать радостное эмоциональное отношение к выполнению упражнений. |
| Тема | Структура НОД |
| До свидания, детский сад! |  Вводная часть: (№1,с.72) Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь. Обычная ходьба; Прыжки на двух ногах; подскоки. Легкий бег. Ходьба обычная. Дыхательное упражнение. **Комплекс ОРУ «Скоро в школу**» (№2,с397)Основные виды движенийПрыжки на двух ногах на батуте с разбега в 2-2,5 м.Метание: бросание мяча разными способами в парах.Лазание по канату.П/и «Перемена» (№2,с398) П/и с речевым сопровождением «Первый раз в первый класс» |
| Оборудование: канат, б. мячи на пол группы, батут;Индивидуальная работа с детьми, плохо освоившими материал на закрепление основных видов движений, данных на прошедшем физкультурном занятии.Источник: Тематическое планирование детей в ДОУ по программе «Детство» И.М.Сучкова, Е.А.Мартынова (№1); Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет Ю.А.Кириллова (№2) |