

Муниципальное образование г. Ноябрьск  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СНЕГУРОЧКА»

**«Рассмотрено»**

на заседании педагогического  
совета

Протокол №1

от «25» августа 2022 г.

**«Согласовано»:**

Заместитель заведующего  
МБДОУ «Снегурочка»

\_\_\_\_\_ А.В.Старовойтова

от «25» августа 2022 г.

**«Утверждаю»**

Заведующий МБДОУ  
«Снегурочка»

\_\_\_\_\_ Н.П. Гаджук

от «25» августа 2022 г.

**Рабочая программа  
по образовательному компоненту  
«Физическая культура на открытом воздухе»  
образовательной области «Физическое развитие»**

**для детей подготовительной к школе группы комбинированной направленности  
с тяжелыми нарушениями речи**

1 компонент непрерывной образовательной деятельности в неделю  
37 компонентов непрерывной образовательной деятельности в год

Составитель:

воспитатели МБДОУ «Снегурочка»

2022-2023 учебный год.

## Пояснительная записка

Рабочая программа непосредственно образовательной деятельности «Физическая культура на открытом воздухе» образовательной области «Физическое развитие» для детей подготовительной к школе группы комбинированной направленности с тяжелыми нарушениями речи составлена на основе основной образовательной программы дошкольного образования.

Рабочая программа направлена на реализацию содержания образовательной области «Физическое развитие» ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

- Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
- Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3 - 7 лет.
- Программа оздоровительно-развивающей работы с дошкольниками «Развивающая педагогика оздоровления» (дошкольный возраст) авторы - В.Т. Кудрявцев, Б.Б.
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: подготовительная к школе группа (6 - 7 лет)

Основная работа осуществляется в рамках непосредственной образовательной деятельности (далее по тексту НОД). Рабочая программа рассчитана на 37 НОД в учебном году (по 1 НОД в неделю) длительностью 25 минут.

В подготовительной к школе группе комбинированной направленности с тяжелыми нарушениями речи программой предусмотрены различные формы проведения НОД: учебно-игровая НОД, диагностическая. На НОД предусмотрено проведение физкультминутки, гимнастика для глаз.

Непосредственно-образовательная деятельность с детьми может осуществляться в первой и во второй половине дня.

### Формы физкультурно-оздоровительной работы:

Содержание работы:	Срок проведения	Продолжительность:
Физкультурные занятия	2 раза в неделю	30 минут
Утренняя гимнастика	ежедневно	10- 12 минут
Физкультурные досуги	1 раз в месяц	40 минут
Физкультурные праздники	2 раза в год	до 1 часа
День здоровья	1 раз в квартал	
Неделя здоровья	2 раза в год	

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **целей:** формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни и овладению физической культурой (всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе).

Способствует решению следующих **задач:**

- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
  - Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
  - Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений:
    - побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности, в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.

- воспитание интереса к физическим упражнениям и совместным подвижным играм в группе и на улице;
  - развитие потребности ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, развитие умений самостоятельно использовать физкультурный инвентарь и простейшее физкультурное оборудование.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки:
- осуществлять процесс освоения детьми разнообразных видов основных и общеразвивающих движений (ходьба, бег, простейшие перестроения, прыжки, метание, катание, бросание, ловля мяча, лазанье, ползание и т.п.);
  - учить сохранению правильной осанки в различных положениях;
  - воспитывать потребность в правильном выполнении движений, развивать умение оценивать их красоту и выразительность, получать удовольствие, радость от двигательной активности;
  - помогать осваивать культуру использования спортивного оборудования, инвентаря, воспитывать аккуратность, бережливость.
  - по развитию физических качеств: ориентации в пространстве по указанию взрослого и самостоятельно; равновесия при выполнении разнообразных движений; координации, ловкости, быстроты, гибкости, силы и выносливости;

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

- кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах, реагировать на речевые сигналы (беги, стой, лови, бросай, прыгай и т.п.) и правила выполнения упражнений и игр;
- согласовывать действия со сверстниками, формировать навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем.
- развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность в подвижных играх, в ходе совместной и индивидуальной двигательной деятельности детей.

**Задачами** национально-регионального компонента являются: расширение кругозора детей о национальной культуре народов Севера, закрепление представлений детей о природе, животных Крайнего Севера, ознакомление с национальными традициями народов Крайнего Севера.

**Дополнительные задачи по обновлению содержания образования:** повышение мотивации двигательной активности детей путем непосредственно-образовательной деятельности, использования дыхательной двигательной гимнастики для детей, гимнастики для глаз, коррекционных упражнений для профилактики плоскостопия, формирования правильной осанки.

**Новизна данной рабочей учебной программы заключается:** в применении вариативных и оригинальных форм, средств и методов физического воспитания детей дошкольного возраста.

**Отличительными особенностями** данной программы является расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей и максимального приближения непосредственно-образовательной деятельности к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей; социально-личностная направленность программных задач.

**Национально-региональный компонент** будет реализовываться как часть непосредственно-образовательной деятельности только в некоторых темах в образовательной области «социализация» в виде подвижных игр коренных народов Крайнего Севера.

**Приоритетное интеллектуальное направление** работы будет реализовываться как часть непосредственно-образовательной деятельности только в некоторых темах.

Принципы отбора основного содержания связаны с интеграцией областей при переходе от одной возрастной группы к другой.

### Особенности организации образовательного процесса:

- творческий подход к сценарию НОД;
- проведение по одной теме не одного, а двух или нескольких НОД (при необходимости);
- переходить к следующей НОД только после того, как дети усвоили предыдущий материал;
- выполнять программу последовательно;
- доброжелательно и уважительно относиться к ребенку;
- тщательность подготовки к каждой НОД;
- поддерживать интерес ребенка к выполнению задания;
- соблюдать правило — не навреди.

Предпочтительная **форма организации** образовательного процесса адекватная возрасту детей - фронтальная (групповая форма, подгрупповая, индивидуальная). Методы: наглядный, словесный, практический, игровая деятельность.

### Формы работы с детьми 6 – 7 лет (Образовательная область «Физическая культура»)

Содержание работы	Формы работы	Формы организации детей	Примерный объем (в неделю)
<b>Непосредственно образовательная деятельность</b>			
Становление мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Физкультурные занятия, утренняя гимнастика, игра, беседа, рассказывание, чтение, рассматривание иллюстраций, интегративная деятельность	Групповая, подгрупповая, индивидуальная	30 мин.
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Утренняя гимнастика, физкультурное занятие, интегративная деятельность, контрольно – динамическая деятельность, спортивные и физкультурные досуги, спортивные состязания		1 час 10 мин. – 1 час 20 мин.
Развитие физических качеств			1 час 10 мин
Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям	Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера, проектная деятельность, игра, спортивный и физкультурный досуг.		30 мин.

**Тематическое планирование по образовательной области «Физическое развитие»**

№	Тема недели	Тема (раздел)	В том числе: практической НОД
1	День знаний	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1
2	Лев Николаевич Толстой	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1
3	Осень	«Скоро в школу»	1
4		«В осеннем лесу»	1
5	Я вырасту здоровым	«Мы спортивные ребята»	1
6		«Лес полон сказок и чудес»	1
7	Курбан – Байрам	«Школа мяча»	1
8	День народного единства	«Для чего нужны глаза?»	1
9		«Поможем бабушке Загадушке»	1
10	День матери	«Игры доброй воли»	1
11		«Круговая тренировка»	1
12		«Мы любим спорт»	1
13	День героев Отечества	«Наши любимые игры»	1
14		«Спорт любит сильных, смелых и выносливых»	1
15	Новый год	«Веселая ярмарка»	1
16		Зимние забавы	1
17		«Новогодняя елка»	1
18	Рождество Христово	«Идет волшебница Зима»	1
19		«Веселые забавы»	1
20	Зима	«Мой край родной, мой край суровый»	1
21		«Сумей удержать и удержаться»	1
22	День родного языка	«Зимующие птицы»	1
23		«Наша армия сильна»	1
24	День защитника Отечества	«Мы с мячами очень дружим»	1
25		Международный женский день «У мамы руки золотые»	1
26	Международный женский день	«Морские жители»	1
27	Масленица	«Ярмарка подвижных игр»	1
28	Народная культура и традиции	«Юные спортсмены»	1
29		«Времена года»	1
30	День птиц, Вороний день	«Быстрый мяч»	1

31	День космонавтики	День космонавтики. «Космическое путешествие»	1
32	Весна	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1
33	Праздник весны и труда	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1
34	День Победы	«Стань красивым и стройным»	1
35	Лето	День здоровья. «Любимые игры народов Севера	1
36		«Давайте вместе поиграем»	1
37	Международный день защиты детей	«Все выше и дальше»	1
<b>Итого</b>			<b>37</b>

### Основные требования к уровню подготовки воспитанников

**Дети 6-7 лет к концу учебного года должны уметь:**

*Ходьба и бег:*

- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление, темп.

*Ползание, лазанье:*

- лазать по гимнастической лестнице (высота 2,5 м) с изменением угла наклона до вертикального.

*Прыжки:*

- прыгать в обозначенное место с высоты 25 – 30 см;
- прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см),
- прыгать в длину с места не менее (70 – 75 см),
- с разбега (не менее 80 – 90 см),
- в высоту с разбега (не менее 25 – 30 см);
- прыгать через короткую и длинную скакалки.

*Бросание, ловля, метание:*

- метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 4 – 8 м, в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 2 – 3 м;
- бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками,
- отбивать мяч одной рукой на месте не менее 5 – 8 раз каждой рукой, в ходьбе на расстоянии 5 м.

*Равновесие:*

- сохранять устойчивое положение тела при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры.

*Строевые упражнения:*

- перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом.

*Спортивные упражнения:*

- участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- соблюдать правила безопасного поведения в подвижных играх в спортивном зале;
- помогать и готовить взрослым физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

*Дети должны иметь представление:*

- о внешнем строении своего тела;
- о здоровом образе жизни;
- о способах ухаживания за своим телом:

о возможностях организма: я умею бегать, прыгать, слушать и т.д.

**Календарно – тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности  
«Физическая культура на открытом воздухе» образовательной области «Физическое развитие»  
для детей подготовительной к школе группы комбинированной направленности с тяжелыми нарушениями речи**

Месяц	предпол. дата	№ п/п	Содержание				Средства обучения
			Базовая программа		Ход непосредственно-образовательной деятельности	НРК	
			Программное содержание, образовательные области	Компонент ДОУ			
сентябрь		1	<p>Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в прыжках в длину с места; в беге на 30 м.; в метании мешочков вдаль правой (левой) рукой.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>1. Вводная часть: Построение, ходьба, бег.</b> ОРУ в колонне на ходу. <b>2. Основная часть:</b> диагностика: метание мешочков, бег на 30 метров, прыжок в длину. П.и. «белый шаман» <b>3. Заключительная часть:</b> Спокойна ходьба по площадке, «У кого мяч» земли.</p>	<p>Подвижная игра «Белый шаман»</p>	<p>Мячи, доски.</p>

сентябрь		2	<p>Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в метании набивного мяча вдаль; в гибкости; в продолжительности бега в медленном темпе до 1,5 мин.; в скорости бега на 10.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>1. Вводная часть:</b> - Построение, ходьба в колонне по1, ходьба м/у предметов, бег, ходьба и бег в рассыпную.</p> <p><b>2. Основная часть:</b> Диагностика: метание набивного мяча, бег в медленном темпе, скорость бега на 10 м.</p> <p><b>3. Заключительная часть:</b> Спокойна ходьба по площадке, «Найди и промолчи».</p>	<p>4 гимнастичес. палки, мячи.</p>
сентябрь		3	<p>Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в две шеренги. Равномерный бег шеренгами с одной стороны площадки на другую. По сигналу по очереди шеренги выполняют задания. Ходьба в рассыпную, ходьба в колонне по одному.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Пингвины», «Догони свою пару».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Вершки и корешки».</p>	

сентябрь			4	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, змейкой, ходьба и бег в рассыпную с остановками по сигналу.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Быстро встань в колонну!», «Прокати обруч». Подвижная игра «Совушка».</p> <p><b>III часть:</b> «Великаны и гномы».</p>	Подвижная игра «Полярная сова и евражки»	Скакалки, мячи.
октябрь			5	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, равнение. Бег на скорость 20м., ходьба 10м. Ходьба и бег между предметами.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Быстро передай», «Пройди, не задень». Подвижная игра «Совушка».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Летает – не летает».</p>	Подвижная игра «Белый шаман»	Мячи, доски.

октябрь			6	<p>Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну. Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, переход на продолжительный бег более 1 минуты, ходьба. Построение в круг.  <b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Прыжки по кругу», «Проведи мяч», «Круговая лапта».  <b>III часть:</b> ИМП «Сделай фигуру».</p>		<p>4 гимнастичес. палки, мячи.</p>
октябрь			7	<p>Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с изменением темпа движения. Бег с преодолением препятствий.  <b>II часть:</b> Игровые упражнения «Перебрось – поймай», «Не попадись».  <b>III часть:</b> «Сделай фигуру».</p>		<p>4 гимнастичес. палки, мячи.</p>

Октябрь			8	<p>Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по два в движении. Бег в среднем темпе в колонне по два.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Кто самый меткий?», «Перепрыгни, не задень».</p> <p>Подвижная игра «Совушка».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>		<p>4 гимнастичес. палки, мячи.</p>
ноябрь			9	<p>Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на бег в умеренном темпе продолжительность 1 минуту с переходом на ходьбу.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Успей выбежать», «Мяч водящему», «Не попадись».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>П/и «Белый шаман»</p>	<p>Автопокрышки</p>

ноябрь			10 Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну, ходьба в колонне по одному с остановкой. Бег в умеренным темпом продолжительностью до 2 минут. Ходьба.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Лягушки», «Не попадись». Подвижная игра «Ловишки с лентами».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Эхо».</p>	Подвижная игра «Полярная сова и евражки»	Скакалки, мячи.
ноябрь			11 Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному между предметами, бег с перепрыгиванием через препятствия.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Поймай мяч», «Будь ловким». Подвижная игра «Мышеловка».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Затейники».</p>		Мячи

ноябрь			12	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, ходьба. ИМП «Сделай фигуру». Бег с перепрыгиванием через предметы.</p> <p><b>II часть:</b> Игра «Горячая картошка» (произвольное количество мячей). Игровое упражнение «Не задень». Подвижная игра «Не оставайся на полу»</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Затейники».- медленный бег, ходьба, дыхательные упражнения.</p>	Подвижная игра «Полярная сова и евражки»	Скакалки, мячи.
декабрь			13	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, ходьба, ходьба с высоким подниманием колен, широким шагом, семенящим шагом. Бег в рассыпную.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Передай мяч». Подвижная игра «По местам».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному</p>	Подвижная игра «Куропатки и охотники»	Мячи

декабрь			14 Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, ходьба, ходьба с изменением направления движения. Ходьба и бег в рассыпную.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Передай мяч», «С кочки на кочку». Подвижная игра «Хитрая лиса».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП по выбору детей. бег, ходьба, дыхательные упражнения.</p>	Подвижная игра «Куропатки и охотники»	Мячи
декабрь			15 Повторить ходьбу в колонне по одному"с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Ходьба и бег в колонне по одному, игровое упражнение «Аист, лягушки, зайки».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Пас на ходу». Подвижная игра «Совушка».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному между снежными постройками.</p>		Шишки, мячи, колокольчик, обручи

декабрь		16	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, ходьба в рассыпную. Игровое упражнение «Цапля, бабочка». Бег в рассыпную.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Пройди, не урони», «Из кружка в кружок». Подвижная игра «Стой!»</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>	Подвижная игра «Полярная сова и евражки»	Скакалки, мячи.
декабрь		17	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, ходьба. Игра «Сделай фигуру», бег в рассыпную, ходьба с изменением направления движения.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди, не урони». Подвижная игра «Льдинки, ветер и мороз».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП по выбору детей.</p>	Подвижная игра «Куропатки и охотники»	Шнур
		18	Упражнять детей в ходьбе	приобщение к ценностям	<b>I часть.</b> Ходьба в колонне по		Шнур на

			<p>между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.</p>	<p>физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p>одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе.</p> <p><b>II часть.</b> Игровые упражнения: «Точный пас», «Кто дальше бросит?», «По дорожке проскользи».</p> <p><b>III часть:</b> Игра малой подвижности «Эхо».</p>		<p>высоте 20см, мячи.</p>
январь		19	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Игровое упражнение «Между санками». Катание на санках.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Проскользи – не упади». Подвижная игра «Два Мороза».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>Подвижная игра «Полярная сова и евражки»</p>	<p>Скакалки, мячи.</p>

январь		20	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Катание на санках, игровое упражнение «Снежная королева».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Кто дальше бросит», «Веселые воробышки». Игра «Два Мороза».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному между снежными постройками.</p>	Подвижная игра «Куропатки и охотники»	Шнур
февраль		21	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	<p>Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга;</p> <p>Развивать направление взора ребенка вблизи и вниз;</p> <p>Развивать слуховое восприятие</p>	<p><b>I часть:</b> Лепка снежков в выкладывание их по линии, ходьба вокруг снежков, бег.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Хоккеисты», катание на санках. Подвижная игра «Ветер, льдинки и мороз».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в среднем темп между ледяными постройками.</p>	Подвижная игра «Ловкий оленевод»	Мячи

февраль			22	<p>Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Ходьба в колонне по одному между снежными постройками, ходьба и бег в рассыпную. Ходьба на лыжах.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «По ледяной дорожке», «По местам», «Поезд».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>		Шнур
февраль			23	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Игра «Быстро по местам». Ходьба на лыжах.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Точная подача», «Попрыгунчики». Игра в снежки.</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>	Подвижная игра «Куропатки и охотники»	Шнур

февраль			24 Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, ходьба на лыжах, П.И. «Сделай фигуру».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Гонки санок», «Пас на клюшку».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Затейники».</p>	Подвижная игра «Полярная сова и евражки»	Мячи, шнур, колокольчик.
март			25 Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть.</b> Игровое упражнение: «Снежинки»;</p> <p><b>II часть.</b> «Гонка санок», «Загони шайбу».</p> <p><b>III часть.</b> Игра «Карусель».</p>	Подвижная игра «Куропатки и охотники»	Шнур

март			26	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть.</b> Ходьба и бег с выполнением задания «Найди свой цвет».</p> <p><b>II часть.</b> Игровые упражнения: «Не попадись».</p> <p><b>III часть.</b> Игра «Белые медведи» («Карусель», «Затейники»).</p>		6 гимнастичес. палок, мячи
март			27	<p>Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.</p>	<p>Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга;</p> <p>Развивать направление взора ребенка вблизи и вниз;</p> <p>Развивать слуховое восприятие</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, упражнение «Бегуны». Катание друг друга на санках.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Лягушки в болоте», Подвижная игра «Совушка».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Летает – не летает».</p>	Подвижная игра «Ловкий оленевод»	Мячи

март			28	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, Подвижная игра «Мы веселые ребята».</p> <p><b>II часть:</b> Подвижная игра «Охотники и утки».</p> <p><b>III часть:</b> Игра малой подвижность «Тихо – громко».</p>	Подвижная игра «Козочка»	Автопокрышки, мячи
Апрель			29	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	<p>Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга;</p> <p>Развивать во время бега быстроту реакции; в прыжках развивать чувство равновесия;</p> <p>Развивать направление взора ребенка вдаль и вверх</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по два в движении. Игровое упражнение «Кто скорее до мяча»</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Пас ногой», «Ловкие зайчата». Подвижная игра «Горелки».</p> <p><b>III часть:</b> Игра малой подвижность «Эхо».</p>	Подвижная игра «Охота на волка»	Шишки, бум

апрель			30	<p>Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, ходьба и бег. Игровое упражнение «Салки – перебежки».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Передача мяча в колонне». Подвижная игра «Удочка», «Горелки»</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>		Мячи.
апрель			31	<p>Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному. Ходьба. Игровое задание «Быстро в шеренгу».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Перешагни – не задень», «С кочки на кочку». Подвижная игра «Охотники и утки».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Великаны и гномы».</p>	Подвижная игра «Козочка»	Автопокрышки, мячи

апрель			<p>32 Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в прыжках в длину с места; в беге на 30 м.; в метании мешочков вдаль правой (левой) рукой. Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.</p>	<p>Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга;</p> <p>Развивать во время бега быстроту реакции; в прыжках развивать чувство равновесия;</p> <p>Развивать направление взора ребенка вдаль и вверх</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, бег в умеренном темпе продолжительностью до 1,5 минут. Игровое упражнение «Слушай сигнал».</p> <p><b>II часть:</b> диагностика: метание мешочков, бег на 30 метров, прыжок в длину. Подвижная игра «Космонавты».</p> <p><b>III часть:</b> Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>Подвижная игра «Охота на волка»</p>	
май			<p>33 Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в метании набивного мяча вдаль; в гибкости; в продолжительности бега в медленном темпе до 1,5 мин.; в скорости бега на 10.</p>	<p>приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну, ходьба, бег. Подвижная игра «Перебежки».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Пройди – не задень», Диагностика: метание набивного мяча, бег в медленном темпе, скорость бега на 10 м. «Поймай мяч».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Тихо – громко».</p>		<p>Мячи.</p>

май			34	<p>Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.</p>	<p>Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга; Развивать во время бега быстроту реакции; в прыжках развивать чувство равновесия; Развивать направление взора ребенка вдаль и вверх; Развивать слуховую ориентировку</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну, ходьба, бег. Подвижная игра «Перебежки».</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения «Пройди – не задень», «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой», «Поймай мяч».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Тихо – громко».</p>		
май			35	<p>Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.</p>	<p>Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга;</p> <p>Развивать направление взора ребенка вблизи и вниз;</p> <p>Развивать слуховое восприятие</p>	<p><b>I часть:</b> Построение в колонну по одному, ходьба и бег. Игровое упражнение «Ров справа!». Ходьба и бег в рассыпную.</p> <p><b>II часть:</b> Игровые упражнения с мячом «Передача мяча в колонне». Подвижная игра «Лягушка в болоте», «Горелки».</p> <p><b>III часть:</b> ИМП «Великаны и гномы».</p>	Подвижная игра «Ловкий оленевод»	Мячи

май			<p>36 Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.</p>		<p><b>I часть:</b> Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба. Непрерывный бег до 2 минут.  <b>II часть:</b> Игровые упражнения «Пас на ходу», «Брось – поймай». Прыжки через короткую скакалку (в помещении) или упражнения с элементами футбола (на улице)  <b>III часть:</b> ИМП по выбору детей.</p>		<p>Палка, шишки.</p>
-----	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------------