|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  :   «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Сентябрь       «Я и детский сад»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2  Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4  Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | |
| 1 неделя"  Наша группа"  Досуг- "День знаний" | Упражнять в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки приходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при броске мяча. | ОРУ без предметов  (4- 9) | Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег в рассыпную, бег с нахождением своего места | 1.ходьба по гимнастической скамейке прямо(боком).  2.прыжки на двух ногах чрез шнуры (через набивные мячи)  3..перебрасывание мяча | «Ловишки»,  «Вершки и корешки» | Игровые упражнения:  «Ловкие  ребята»;  «Пингвина»;  «Догони свою пару» |
| 2 неделя  "Друзья» | Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнение с мячом и лазание под шнур. | ОРУ с флажками  (4-12) | Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставание до предметов; повторить упражнение с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. | 1.прыжки с доставанием до предмета ( прыжки на двух   предметами)  2.пербрасывание мяча через шнур друг другу (упражнять  в переброске мяча стоя в шеренге)  3. лазание под шнур, не касаясь руками пола  (упражнение «Черепашка») | «Летает – не летает»  «Совушка» | «Быстро встань в колонну!»  «Прокати обруч»  Игра «Великаны и гномы» |
| 3 неделя  "Будем вежливы» | Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир- кубик или кегля)развивать ловкость в упражнении с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить упражнения на переползание по гимнастической скамейке. | ОРУ с малым мячом  (4-15) | Упражнять  детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, развивать ловкость в упажнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие. | 1.подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руами)  2.ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.  3.упражнение в равновесии  (ходьба по скамейке с поворотом | «Летает – не летает»  «Совушка» | Спортивный досуг ««Осенние забавы» |
| 4 неделя  "Наши  добрые дела» | Упражнять  в чередовании  ходьбы и бега по сигналу  педагога; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. | ОРУ с палками  (4-17) | Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу педагога. Поворот в ходьбе, беге производиться в движении по сигналу | 1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами  2.ходьба по гимнастической скамейке: на середине скамейке присесть, хлопнуть в ладоши ( с приставным шагом)  3.прыжки из обруча в обруч (на правой и левой ноге) | «Не попадись»  «Фигура» | «Прыжки по кругу»  «Проведи мяч»  «Круговая лапта» |
| Работа с воспитателями | 1 Информационная папка раскладушка «Здоровый ребенок –это…»  2Консультация «Детские  игры –классики»  3 Индивидуальная работа с воспитателями по созданию  физкультурно-оздоровительной среды в группе  4рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики» | | | | | |
| Работа с родителя-ми | 1 Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»  2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг»  3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста»  4 Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитие» | | | | | | |
| **Октябрь       «Осень»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | |
| 1 неделя  «Осень» | Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять  в сохранении равновесия  на повышенной опоре и прыжках; развивать  ловкость в упражнении с мячом. | ОРУ без предметов  (4-20) | Ходьба и бег  в колонне по одному между предметами; поставленными по двум  сторонам  зала (кегли, кубики или набивные мячи) -6-8 шт., расстояние между предметами 0,5 ) сохранять необходимую дистанцию. | 1.ходьба по гимнастической скамейке , руки за головой, (боком) на середине присесть, руки в стороны. Сойти со скамейки не прыгая.  2.прыжки на правой и левой ноге с двух сторон зала лежат шнуры, расстояние 40 см. ( с лева направо через шнур)  3.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. | «Перелет птиц»,  «эстафета-бег по следочкам» | Игровые упражнения:  «Перебрось – поймай»;  «Не попадись»;  «Фигура» |
| 2 неделя  «Грибы» | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. | ОРУ с обручем  (4-23) | Ходьба с изменением направления движения по сигналу педагога; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному, по сигналу  педагога дети с помощью ведущего изменяют направление движения, бег с перепрыгиванием через предметы | 1.Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги .  2. отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. (забрасывание  мяча в корзину)  3. ползание на ладонях и ступнях. ( пролезание в обруч) | «Не  оставайся на полу»,  «У медведя во бору»  «Эхо» | «Кто самый меткий!»  «Перепрыгни –не задень»  Игра «Совушка» |
| 3 неделя «Овощи» | Упражнять детей  в ходьбе с высоким подниманием  колен; повторить  упражнение в ведении мяча. Упражнять  в сохранении равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | ОРУ на гимнастической скамейке  (4-24) | Ходьба в колонне по одному с переходом  на ходьбу с высоким подниманием колена. Бег в среднем темпе , переход на обычную ходьбу. Перестроение в три колонны. | 1.Ведение мяча по прямой (между предметами  2. ползание по гимнастической скамейке.( с мешочком на спине)  3. ходьба по гимнастической скамейке.( руки за голову) | «Удочка»  «Летает –не летает»,  «Урожай» | «Успей выбежать»  «Мяч водящему»  Игра «Не попадись» |
| 4 неделя  «Фрукты» | Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять  в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; упражнять в упражнениях на равновесие | ОРУ с палками  (4-27) | Ходьба  в колонне по одному, по сигналу педагога смена темпа движения. Ходьба широким  ( коротким) шагом  .  Бег в колонне по одному | Ползание на четвереньках в прямом направлении. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.  Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши | П\И «Удочка»,  «Сварим компот» | И\У «Проползи не урони»  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  Ходьба на равновесие. |
| Работа с воспитателями | Консультация «Физкультура в детском саду»  Анкетирование  Папка –раскладушка « Дети в детском саду»  Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | |
| Работа с родителями | Анкетирование « Выявление отношения к ЗОЖ» (№3)  Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у детей.  Информация «Здоровьесберегающие технологии»  Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Ноябрь        «Кто нас окружает»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2  Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4  Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | |
| 1 неделя «Домашние животные» | Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу,  упражнять в ходьбе по канату,  упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, повторить эстафету с мячом | ОРУ  без предметов   (4-30) | Равновесие-ходьба по канату боком, приставным шагом, двумя способами: пятки на полу, наски на канате,носки или середина стопы на канате.  Прыжки на двух ногах через  шнур (6-8 шт)  Эстафета с мячом «Мяч водящему» | Ходьба по канату боком, приставным шагом, руки за голову.  Прыжки на правой, ЛЕВОЙ ноге, продвигаясь вперед.  Броски мяча в корзину двумя  руками (баскетбольный вариант) «Попади в корзину» | Игра «Угадай чей голосок?»,  Игра «Мышеловка»,  Игра «Затейники» | Игровые упражнения:  «мяч о стенку»,  «Будь ловким», |
| 2 неделя  «Домашние птицы» | Упражнять детей в ходьбе  с изменением направления движения ; прыжками через короткую скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. | ОРУ с короткой скакалкой  (4-33) | Прыжки через короткую скакалку вращая ее вперед.  Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.  Бросание мяча друг другу стоя в шеренге. | Прыжки через короткую скакалку, ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.  передавать мяч в шеренге -эстафета для двух команд,  дых. упражнение (птичка- на ниточке) | Игра «Фигуры», «Не оставайся на полу»,  «летает на летает»,  «Затейники» | Передача мяча по кругу,  Прыжки между кубиками «Не задень», |
| 3 неделя  «Дикие животные» | Упражнять в ходьбе и беге « змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии. | ОРУ с кубиками  (4-35) | Ведение мяча в прямом направлении,   лазание под дугу, равновесие- ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой. | Метание мешочка в горизонтальную цель ( расстояние 3-4 м),  Ползание по медвежьи на ладонях и ступнях,  Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове. | Игра «перелет птиц»,  «летает –не летает»,  « По местам» | Досуг « Осенний спортивный марафон» |
| 4 неделя  «Лесные птицы» | Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, развивать координацию движения и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую  стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. | ОРУ  без предметов  (4-37) | Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет;  Прыжки через шнуры, энергично отталкиваясь от пола;  Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его двумя руками. | Повторить лазание по гимнастической стенке, равновесие- ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на поясе или за головой,  Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. | Игра «Фигура»,  По желанию детей. | Игровые упражнения:  «Передай мяч»  С кочки на кочку»,  Игра «Хитрая лиса» |
| Работа с воспитателями | Консультация использование физкультурного оборудования для повышения ДА детей во время прогулки  Рекомендации по индивидуальной работе.  Консультация «Роль педагогического коллектива в оздоровлении дошкольников»»  Изготовление атрибутов к спортивным соревнованиям | | | | | |
| Работа с родителями | Консультация «Формирование культуры здоровья у дошкольников»  Плакаты «Высказывание великих людей о женщине –матери»  Индивидуальные беседы с родителями.  Изготовление атрибутов к празднику «День матери» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **декабрь       «Зима»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2   Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу педагога, перестроение в три колонны                                                          3-4   Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением, выполнение поворотом, налево. направо | | | | | | |
| 1 неделя  «Зима» | Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук,  беге в рассыпную; в сохранении равновесии при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); Развивать ловкость в упражнении с мячом. | ОРУ  в парах (4-40) | Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове, перешагивая через набивной мяч.  Бросание  мяча  вверх одной рукой и ловля его двумя.  Прыжки на двух ногах змейкой | Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть, вынести руки вперед.  Переброска мяча друг другу, стоя лицом в шеренге.  Прыжки на правой и левой ногах продвигаясь вперед ( выполнять двумя колоннами) | Игра «Хитрая лиса»,  «Совушка» | Игровые упражнения «Пройди – не задень»,  «Пас на льду»,  Прыжки  вперед.,  «Санки вперед» |
| 2 неделя  «Деревья, лес» | Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения  в ползании и эстафету с мячом | ОРУ без предметов  (4-42) | Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.  Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне»,  Ползание по скамейке на ладонях и коленях. | Прыжки  между предметами, на двух ногах,  Прокатывание мяча между предметами,  Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком | Игра «Салки с ленточками»,  «Эхо!» | Ирг.упр. «Пройди не урони»,  «Из кружка в кружок»,  «Стой!»,  «Лыжные гонки» |
| 3 неделя «Зимнее развлечение» | Повторить ходьбу с изменением темпа движения с  ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. | ОРУ с малым мячом  (4-45) | Подбрасывание мяча  правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков,  Равновесие- ходьба  по  гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой., руки за головой. | Перебрасывание мячей в парах.  Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.  Прыжки со скамейки на мат или коврик. | «Попрыгунчики-воробышки»,  «Лягушки  и цапля», | Игр.упр.  «Пас на ходу»,  «Кто быстрее»,  «Пройди -не урони»,  « На коньки становись!» |
| 4 неделя  «Новый год» | Повторить ходьбу и бег  по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по - медвежьи» ; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. | ОРУ  без предметов  (4-47) | Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и  ступнях.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. | Лазанье  о гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз., не пропуская реек.  Равновесие- ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени.  Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. | Игра «Хитрая лиса»,  «Эхо»,  «Два Мороза» | Игр.упр.  «Точный пас»,  «Кто дальше бросит?»,  «По дорожке проскользни»  Ирга «Охотники и соколы» |
| Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультура в детском саду»  2.Анкетирование  3.Папка –раскладушка « Здравствуй снег, мороз и лёд, игр зимних хоровод»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | |
| Работа с родителями | 1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок»   2.Папка – передвижка «Десять советов родителям»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **январь       «Что нас окружает»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2   Ходьба по кругу, перестроение в три колонны                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | |
| 1 неделя  «Игрушки» | Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения  на равновесие при ходьбе по умеренной площади опоры;  прыжки на двух ногах, через препятствия. | ОРУ с гимнастической палкой  (4-50) | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки произвольно, прыжки через препятствия , с энергичным  взмахом рук.  Ведение  мяча  с одной стороны зала на другую. | Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной.  Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  Прокатывание мяча между предметами, стараясь на задевать их. | Игра «День и ночь»,  «Два мороза» | «Кто  быстрее».  «Проскользи – не упади»  «Подпрыгни и достань игрушку»,  «Саночники» |
| 2 неделя  «Транспорт» | Повторить ходьбу  с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с мета; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. | ОРУ с кубиками  (4-52) | Прыжки в длину с места на мат,  «Поймай мяч»,  Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой | Прыжки в длину с места  Бросание мяча о пол и ловля его.  Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. | «Совушка»,  «Таксист» | «»Кто дальше бросит?»  «Веселые воробышки»  «Два мороза»,  «Лыжный шаг» |
| 3 неделя «Квартира, мебель» | Упражнять в ходьбе и беге с заданиями, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под дугу. | ОРУ с малым мячом  (4-55) | Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя (3 раза подряд)  Лазание под дугу левым и правым боком.  Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком с перешагиванием через кубики. | Перебрасывание мяча друг другу.  Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении.  Равновесие- ходьба на носках между предметами. | «Удочка»,  «Лишний стул» | «Хоккеисты»,  Катание друг друга на санках,  «Два мороза» |
| 4 неделя  «Обувь, одежда» | Повторить ходьбу и бег с изменением темпа и направления; упражнять  в ползании на четвереньках;  Повторить упражнение  на сохранение равновесия в прыжках | Ору со скакалкой  (4-57) | Ползание по гимнастической скамейке.  Равновесие- ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами. Держась за руки.  Прыжки через короткую скакалку различным способом. | Ползание на четвереньках между предметами,  Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке руки за головой.  Прыжки из обруча в обруч (выполнять двумя колоннами) | «паук и мухи».  «Кто быстрей оденется  на прогулку» | «По ледяной дорожке»,  «По местам»,  «Поезд»  Игровая программа «Снежные забавы» |
| Работа с воспитателями | 1.Консультация «Здоровый ребенок –это…»  2.Папка-передвижка «Стадион дома»  3.Папка –раскладушка « Забавы зимушки -зимы»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | |
| Работа с родителями | 1.Конкурс снежных построек для ДА детей во время прогулки   2.Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **февраль       «Труд взрослых»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | |
| 1 неделя  «труд помощника воспитателя»» | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закрепить навык энергичного отталкивания от пола при прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. | ОРУ с обручем  (4-59) | Равновесие- ходьба по гимнастические скамейки, перешагивая через набивные мячи.  Бросание мяса одной рукой, ловля его двумя.  Прыжки на двух ногах через  шнуры. | Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги, к носку другой.  Прыжки между предметами на правой и левой ноге.  Игровое упражнение «Мяч водящему» ( 2 круга, 2 мяча) | Игра «Ключи»,  «Компот» | «Быстро по местам»,  «Точная подача»,  «Попрыгунчики»,  «Два Мороза» |
| 2 неделя  «Посуда, труд повара» | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук.  Разучить прыжки подскоком, Упражнять в перебрасывании мяча.  Упражнять в подлезании через дугу. | ОРУ с гимнастической палкой  (4-61) | Прыжки-подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.  Перебрасывание мяча друг другу в парах.  Лазание под дугу боком и прямо. | Прыжки на двух ногам между предметами.  Ползание на ладонях и коленях между предметами.  Перебрасывание мяча друг другу в парах. | «Не оставайся на земле»,  «Затейники» | «Фигуры»,  «Гонки санок»,  «Пас клюшкой» |
| 3 неделя «Труд врача» | Повторить ходьбу со сменой темпа движения.  Упражнять в попеременном подпрыгивании на левой и правой ноге.  Упражнять в метании мешочка, лазаньи по гимнастической стенке. Повторить упражнение на сохранении равновесия. | ОРУ без предметов  (4-63) | Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет.  Равновесие-  ходьба парами по гимнастическим параллельно стоящим скамейкам.  «Попади в круг» | Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет.  Равновесие-  ходьба гимнастической скамейки с перешагиванием через предметы.  Метание мешочка в горизонтальную цель. | «Не попадись»,  «Карусель» | «Снежинка»,  «Гонки санок»,  «Загони шайбу»  Игра «Карусель» |
| 4 неделя  «Я и папа» | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, повторить упражнение на равновесие и прыжки. | ОРУ  с большим мячом  (4-65) | Ползание на четвереньках между предметами не задевая их.  Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед грудью.  Прыжки из обруча в обруч. | Досуг посвященный 23 февраля  Игры, соревнования | «Жмурки»,  «Передал –садись» | «не попадись»,  Игра «Белые медведи»,  «Карусель»,  Затейники» |
| Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультура в детском саду»  2.Участие воспитанников детского сада на  городском конкурсе  3.Папка –раскладушка « Дарите детям свою любовь и заботу»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | |
| Работа с родителями | 1.Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной»   2.Папка – передвижка «Десять советов родителям»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **март       «Семья»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу,  повороты направо, налево, кругом. Перестроение в  три колонны                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в колонну по  2, по 4 ,повороты  кругом. | | | | | | |
| 1 неделя  «Я и мама» | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной площади опоре с дополнительными  заданиями. Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. | ОРУ с малым мячом  (4-72) | Равновесие- ходьба на встречу друг другу, на середине разойтись таким образом, чтобы не столкнуть другого (упражнение  выполняется в два потока на встречу).Прыжки выполняются шеренгами  Эстафета с мячом «передача мяча» | Равновесие- ходьба  по гимнастической скамейке с передачей мяча  перед и за собой.  Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед.  Эстафета с мячом | «Ключи»,  «Совушка»,  «Горелки»,  «Колпачок» | Игр.упр.  «»Лягушки в болоте»,  «Мяч о стенку»,  «Бегуны»,  Досуг «Масленица» |
| 2 неделя  «Семья» | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег в рассыпную. Повторить упражнение в прыжках, ползании, задания с мячом. | ОРУ с флажками  (4-74) | Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед.  Перебрасывание мяча через сетку.  Подлезание под шнур (дугу) | Прыжки через шнур.  Перебрасывание мяча в парах.  Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. | «Затейники»,  «Тихо-громко» | Игр.упр.  «»Охотники и утки»,  «Мы веселые ребята», |
| 3 неделя «Здоровье» | Повторить ходьбу с выполнением  задания. Упражнять в метании мешочка на дальность. Повторить упражнение в ползании и сохранении равновесия по ходьба по повышенной опоре. | ОРУ с гимнастической палкой  (4-76) | Метание мешочка в горизонтальную цель.  Ползание по прямой «Кто быстрее».  Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют. | Досуг «Мамин день»,  Игры, эстафеты, соревнования | «Волк во рву»,  «Горелки» | Игр.упр.  «Кто быстрее»,  «Пас ногой»  «Ловкие зайчата»,  «Эхо» |
| 4 неделя  «Цветы» | Повторить ходьбе и бег  с выполнением задания, упражнять в лазаньи  на гимнастическую стенку; повторить упражнение на равновесие и прыжках. | ОРУ  без предметов  (4-79) | Лазанье на гимнастическую стенку.  Равновесие- ходьба по прямой с перешагиванием через предметы.  Прыжки на правой и левой  ноге между предметами. | Лазанье под дугу прямо и боком.  Передача мяча «Передача мяча в шеренге».  Прыжки через короткую скакалку вперед и на месте. | «Совушка»,  Наши алые цветки»,  «Удочка» | Игр.упр.  «Салки-перебежки»,  «Передача мяча в колонне»,  «Горелки» |
| Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультурный уголок в группе»  2. изготовление нестандартного физкультурного оборудования  3.Папка –раскладушка « Физические упражнения»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | |
| Работа с родителями | 1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок»   2.Папка – передвижка «Пессимизм и здоровье»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | |
| Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Апрель       «Весна»** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу,  в колонну, в 4 звена, ходьба четверками                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение 4 колонны, в одну колонну из четырех. | | | | | | |
| 1 неделя  «Весна» | Повторить игровые упражнения  в ходьбе и беге. Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом. | ОРУ  с малым мячом  (4-81) | Равновесие- Ходьба по гимнастической скамейке передавая мяч перед и за спиной.  Прыжки с продвижением вперед.  Переброска мяча в шеренге. | Развлечение «День смеха», «Книжкина  неделя»  Игры, эстафеты, викторины | «Хитрая лиса»,  «Охотник и утки» | Игр. Упр.  «Быстро в шеренгу»,  «Перешагни –не задень»,  « С кочки на кочку»,  «Великаны и гномы» |
| 2 неделя  «Водичка-водичка» | Повторить упражнения в ходьбе и беге.  Упражнять детей в прыжках в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. | ОРУ с обручем  (4-83) | Прыжки в длину с разбега. Броски мяча друг другу. Ползание на четвереньках «Кто быстрее» | Досуг «День космонавтики»  Игры-эстафеты | «Мышеловка», «Пузырь», | Игр.упр.  «Слушай сигнал»,  «Пас ногой»,  «Пингвины», |
| 3 неделя «Аквариум» | Упражнять детей в колонне по одному, в перестроении в пары; В метании мешочка на дальность, в ползании и равновесии. | ОРУ без предметов  (4-85) | Метание мешочка в даль,  Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.  Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове.  Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед. | Метание мешочка на дальность.  Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.  Прыжки через короткую скакалку на месте. | «Затейники»,  «Караси и щука»,  «Тихо-громко» | Игр.упр.  «Перебежки,  «Пройди- не задень»,  «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой»,  «Поймай мяч». |
| 4 неделя  «Песок и камни» | Повторить ходьбу и бег  с выполнением задания, упражнять в равновесии, в прыжка и мячом. | ОРУ  на гимнастической скамейке  (4-87) | Бросание мяча в шеренге.  Прыжки в длину с разбега.  Равновесие – ходьба на носках с мешочком на голове. | Прыжки на правой и левой ноге попеременно,  Переброска мяча в парах друг другу.  игр. Упр. «Догони пару» | «Камни, ножницы, бумага» | Ирг.упр.  «Передача мяча в колонне»,  «Лягушка в болоте»,  «Горелки»,  «Великаны и гномы» |
| Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультура в детском саду»  2. создание  книжек малышек про загадки о спорте.  3.Папка –раскладушка « Птичьи забавы»»  4.Индивидуальные работа с воспитателями   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | **май       «Познай мир»** | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя  «Дорожная безопасность» | Повторить упражнения в ходьбе и беге;  в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге. Бросание мяча о стенку | ОРУ  с обручем  (4-89) | Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке с передавая  мяч перед и за спиной, не спрыгивая со скамейки. Прыжки с ноги на ногу продвигаясь вперед.  Броски малого мча и пол и ловля его мосле отскока | Досуг «День победы».  Игры-эстафеты,  соревнования | «Совушка»,  «Таксист», | Игрюупр.  «Пас на ходу»,  «Брось- поймай!,  Прыжки через короткую скакалку.  Элементы футбола. | | 2 неделя  «пожарная безопасность» | Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнение с мячом. | ОРУ с большим мячом  (4-91) | Прыжки в длину с места.  Ведение мяча одной рукой продвигаясь вперед.  Пролезание в обруч прямо и боком не касаясь руками пола. | Прыжки в длину с разбега.  Метание мешочка в вертикальную цель.  Ходьба между предметами с мешочком на голове -равновесие. | «Летает – не летает» | Игр.упр.  «Ловкие прыгуны»,  «Проведи мяч»,   «Пас друг другу»,  «Мышеловка» | | 3 неделя «Насекомые» | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу, в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочка на дальность , в прыжках, в равновесии. | ОРУ без предметов  (4-92) | Метание мешочка на дальность.  Равновесие- ходьба по рейке приставляя пятку одной ноги к носку другой.  Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. | Метание мешочка на дальность,  Лазанье под шнур прямо и боком не касаясь руками пола.  Равновесие- ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. | «Воробышки и автомобиль» | Игр.упр.  «Мяч водящему»,  «Кто скорее до кегли»,  Игры эстафеты по желанию детей. | | 4 неделя  «Мой город» | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу педагога.  Повторить упражнение в лазании   на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия  при ходьбе  по повышенной опоре, в прыжках. | ОРУ с палкой  (4-95) | Лазание по гимнастической стенке, перелезание с одного пролета на другой.  Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки за головой или на поясе.  Прыжки на двух ногах между кеглями. | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.  Прыжки между предметами на правой и левой ноге.  Равновесие- ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом , с мешочком на голове . | «Охотники и утки»,  «Летает не летает» | Досуг «Город в котором я живу»  Игры, викторина, соревнования | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Организация режима дня и оздоровительно-воспитательной работы с детьми»  2.Папка –передвижка «Классики»  3.Папка –раскладушка «Физкультминутка, как формы активного отдыха»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.Конкурс рисунков детей и родителей «Безопасность детей летом, или что можно, а что нельзя»»   2.Папка – передвижка «Безопасность детей на улице»  3.Информация « Всем без исключения о правилах движения»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |   Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  :   «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | Сентябрь       «Я и детский сад» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2  Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4  Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя"  Наша группа"  Досуг- "День знаний" | Упражнять в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки приходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при броске мяча. | ОРУ без предметов  (4- 9) | Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег в рассыпную, бег с нахождением своего места | 1.ходьба по гимнастической скамейке прямо(боком).  2.прыжки на двух ногах чрез шнуры (через набивные мячи)  3..перебрасывание мяча | «Ловишки»,  «Вершки и корешки» | Игровые упражнения:  «Ловкие  ребята»;  «Пингвина»;  «Догони свою пару» | | 2 неделя  "Друзья» | Упражнять в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнение с мячом и лазание под шнур. | ОРУ с флажками  (4-12) | Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставание до предметов; повторить упражнение с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. | 1.прыжки с доставанием до предмета ( прыжки на двух   предметами)  2.пербрасывание мяча через шнур друг другу (упражнять  в переброске мяча стоя в шеренге)  3. лазание под шнур, не касаясь руками пола  (упражнение «Черепашка») | «Летает – не летает»  «Совушка» | «Быстро встань в колонну!»  «Прокати обруч»  Игра «Великаны и гномы» | | 3 неделя  "Будем вежливы» | Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир- кубик или кегля)развивать ловкость в упражнении с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить упражнения на переползание по гимнастической скамейке. | ОРУ с малым мячом  (4-15) | Упражнять  детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов, развивать ловкость в упажнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие. | 1.подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руами)  2.ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.  3.упражнение в равновесии  (ходьба по скамейке с поворотом | «Летает – не летает»  «Совушка» | Спортивный досуг ««Осенние забавы» | | 4 неделя  "Наши  добрые дела» | Упражнять  в чередовании  ходьбы и бега по сигналу  педагога; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. | ОРУ с палками  (4-17) | Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу педагога. Поворот в ходьбе, беге производиться в движении по сигналу | 1.Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами  2.ходьба по гимнастической скамейке: на середине скамейке присесть, хлопнуть в ладоши ( с приставным шагом)  3.прыжки из обруча в обруч (на правой и левой ноге) | «Не попадись»  «Фигура» | «Прыжки по кругу»  «Проведи мяч»  «Круговая лапта» | | Работа с воспитателями | 1 Информационная папка раскладушка «Здоровый ребенок –это…»  2Консультация «Детские  игры –классики»  3 Индивидуальная работа с воспитателями по созданию  физкультурно-оздоровительной среды в группе  4рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики» | | | | | | | Работа с родителя-ми | 1 Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»  2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг»  3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста»  4 Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | Ноябрь        «Кто нас окружает» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2  Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4  Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя «Домашние животные» | Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу,  упражнять в ходьбе по канату,  упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур, повторить эстафету с мячом | ОРУ  без предметов   (4-30) | Равновесие-ходьба по канату боком, приставным шагом, двумя способами: пятки на полу, наски на канате,носки или середина стопы на канате.  Прыжки на двух ногах через  шнур (6-8 шт)  Эстафета с мячом «Мяч водящему» | Ходьба по канату боком, приставным шагом, руки за голову.  Прыжки на правой, ЛЕВОЙ ноге, продвигаясь вперед.  Броски мяча в корзину двумя  руками (баскетбольный вариант) «Попади в корзину» | Игра «Угадай чей голосок?»,  Игра «Мышеловка»,  Игра «Затейники» | Игровые упражнения:  «мяч о стенку»,  «Будь ловким», | | 2 неделя  «Домашние птицы» | Упражнять детей в ходьбе  с изменением направления движения ; прыжками через короткую скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. | ОРУ с короткой скакалкой  (4-33) | Прыжки через короткую скакалку вращая ее вперед.  Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.  Бросание мяча друг другу стоя в шеренге. | Прыжки через короткую скакалку, ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.  передавать мяч в шеренге -эстафета для двух команд,  дых. упражнение (птичка- на ниточке) | Игра «Фигуры», «Не оставайся на полу»,  «летает на летает»,  «Затейники» | Передача мяча по кругу,  Прыжки между кубиками «Не задень», | | 3 неделя  «Дикие животные» | Упражнять в ходьбе и беге « змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии. | ОРУ с кубиками  (4-35) | Ведение мяча в прямом направлении,   лазание под дугу, равновесие- ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой. | Метание мешочка в горизонтальную цель ( расстояние 3-4 м),  Ползание по медвежьи на ладонях и ступнях,  Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове. | Игра «перелет птиц»,  «летает –не летает»,  « По местам» | Досуг « Осенний спортивный марафон» | | 4 неделя  «Лесные птицы» | Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, развивать координацию движения и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую  стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. | ОРУ  без предметов  (4-37) | Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет;  Прыжки через шнуры, энергично отталкиваясь от пола;  Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его двумя руками. | Повторить лазание по гимнастической стенке, равновесие- ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, руки на поясе или за головой,  Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. | Игра «Фигура»,  По желанию детей. | Игровые упражнения:  «Передай мяч»  С кочки на кочку»,  Игра «Хитрая лиса» | | Работа с воспитателями | Консультация использование физкультурного оборудования для повышения ДА детей во время прогулки»  Рекомендации по индивидуальной работе.  Консультация «Роль педагогического коллектива в оздоровлении дошкольников»»  Изготовление атрибутов к спортивным соревнованиям | | | | | | | Работа с родителя-ми | Консультация «Формирование культуры здоровья у дошкольников»  Плакаты «Высказывание великих людей о женщине –матери»  Индивидуальные беседы с родителями.  Изготовление атрибутов к празднику «День матери» | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | Октябрь       «Осень» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя  «Осень» | Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять  в сохранении равновесия  на повышенной опоре и прыжках; развивать  ловкость в упражнении с мячом. | ОРУ без предметов  (4-20) | Ходьба и бег  в колонне по одному между предметами; поставленными по двум  сторонам  зала (кегли, кубики или набивные мячи) -6-8 шт., расстояние между предметами 0,5 ) сохранять необходимую дистанцию. | 1.ходьба по гимнастической скамейке , руки за головй, (боком) на середине присесть, руки в стороны. Сойти со скамейки не прыгая.  2.прыжки на правой и левой ноге с двух сторон зала лежат шнуры, расстояние 40 см. ( с лева направо через шнур)  3.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. | «Перелет птиц»,  «эстафета-бег по следочкам» | Игровые упражнения:  «Перебрось – поймай»;  «Не попадись»;  «Фигура» | | 2 неделя  «Грибы» | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. | ОРУ с обручем  (4-23) | Ходьба с изменением направления движения по сигналу педагога; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному, по сигналу  педагога дети с помощью ведущего изменяют направление движения, бег с перепрыгиванием через предметы | 1.Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги .  2. отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. (забрасывание  мяча в карзину)  3. ползание на ладонях и ступнях. ( пролезание в обруч) | «Не  оставайся на полу»,  «У медведя во бору»  «Эхо» | «Кто самый меткий!»  «Перепрыгни –не задень»  Игра «Совушка» | | 3 неделя «Овощи» | Упражнять детей  в ходьбе с высоким подниманием  колен; повторить  упражнение в ведении мяча. Упражнять  в сохранении равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | ОРУ на гимнастической скамейке  (4-24) | Ходьба в колонне по одному с переходом  на ходьбу с высоким подниманием колена. Бег в среднем темпе , переход на обычную ходьбу. Перестроение в три колонны. | 1.Введение мяча по прямой (между предметами  2. ползание по гимнастической скамейке.( с мешочком на спине)  3. ходьба по гимнастической скамейке.( руки за голову) | «Удочка»  «Летает –не летает»,  «Урожай» | «Успей выбежать»  «Мяч водящему»  Игра «Не попадись» | | 4 неделя  «Фрукты» | Закрепить навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять  в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; упражнять в упражнениях на равновесие | ОРУ с палками  (4-27) | Ходьба  в колонне по одному, по сигналу педагога смена темпа движения. Ходьба широким  ( коротким) шагом  .  Бег в колонне по одному | Ползание на четвереньках в прямом направлении. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.  Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши | П\И «Удочка»,  «Сварим компот» | И\У «Проползи не урони»  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  Ходьба на равновесие. | | Работа с воспитателями | Консультация «Физкультура в детском саду»  Анкетирование  Папка –раскладушка « Дети в детском саду»  Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | Анкетирование « Выявление отношения к ЗОЖ» (№3)  Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у детей.  Информация «Здоровьесберегающие технологии»  Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | декабрь       «Зима» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу педагога, перестроение в три колонны                                                          3-4   Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением, выполнение поворотом, налево. направо | | | | | | | | 1 неделя  «Зима» | Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук,  беге в рассыпную; в сохранении равновесии при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); Развивать ловкость в упражнении с мячом. | ОРУ  в парах (4-40) | Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове, перешагивая через набивной мяч.  Бросание  мяча  вверх одной рукой и ловля его двумя.  Прыжки на двух ногах змейкой | Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть, вынести руки вперед.  Переброска мяча друг другу, стоя лицом в шеренге.  Прыжки на правой и левой ногах продвигаясь вперед ( выполнять двумя колоннами) | Игра «Хитрая лиса»,  «Совушка» | Игровые упражнения «Пройди – не задень»,  «Пас на льду»,  Прыжки  вперед.,  «Санки вперед» | | 2 неделя  «Деревья, лес» | Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения  в ползании и эстафету с мячом | ОРУ без предметов  (4-42) | Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.  Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне»,  Ползание по скамейке на ладонях и коленях. | Прыжки  между предметами, на двух ногах,  Прокатывание мяча между предметами,  Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком | Игра «Салки с ленточками»,  «Эхо!» | Ирг.упр. «Пройди не урони»,  «Из кружка в кружок»,  «Стой!»,  «Лыжные гонки» | | 3 неделя «Зимнее развлечение» | Повторить ходьбу с изменением темпа движения с  ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. | ОРУ с малым мячом  (4-45) | Подбрасывание мяча  правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками.  Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков,  Равновесие- ходьба  по  гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой., руки за головой. | Перебрасывание мячей в парах.  Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.  Прыжки со скамейки на мат или коврик. | «Попрыгунчики-воробышки»,  «Лягушки  и цапля», | Игр.упр.  «Пас на ходу»,  «Кто быстрее»,  «Пройди -не урони»,  « На коньки становись!» | | 4 неделя  «Новый год» | Повторить ходьбу и бег  по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по - медвежьи» ; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. | ОРУ  без предметов  (4-47) | Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и  ступнях.  Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. | Лазанье  о гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз., не пропуская реек.  Равновесие- ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени.  Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. | Игра «Хитрая лиса»,  «Эхо»,  «Два Мороза» | Игр.упр.  «Точный пас»,  «Кто дальше бросит?»,  «По дорожке проскользни»  Ирга «Охотники и соколы» | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультура в детском саду»  2.Анкетирование  3.Папка –раскладушка « Здравствуй снег, мороз и лёд, игр зимних хоровод»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок»   2.Папка – передвижка «Десять советов родителям»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | январь       «Что нас окружает» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Ходьба по кругу, перестроение в три колонны                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя  «Игрушки» | Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения  на равновесие при ходьбе по умеренной площади опоры;  прыжки на двух ногах, через препятствия. | ОРУ с гимнастической палкой  (4-50) | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки произвольно, прыжки через препятствия , с энергичным  взмахом рук.  Ведение  мяча  с одной стороны зала на другую. | Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной.  Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  Прокатывание мяча между предметами, стараясь на задевать их. | Игра «День и ночь»,  «Два мороза» | «Кто  быстрее».  «Проскользи – не упади»  «Подпрыгни и достань игрушку»,  «Саночники» | | 2 неделя  «Транспорт» | Повторить ходьбу  с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с мета; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. | ОРУ с кубиками  (4-52) | Прыжки в длину с места на мат,  «Поймай мяч»,  Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой | Прыжки в длину с места  Бросание мяча о пол и ловля его.  Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. | «Совушка»,  «Таксист» | «»Кто дальше бросит?»  «Веселые воробышки»  «Два мороза»,  «Лыжный шаг» | | 3 неделя «Квартира, мебель» | Упражнять в ходьбе и беге с заданиями, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под дугу. | ОРУ с малым мячом  (4-55) | Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя (3 раза подряд)  Лазание под дугу левым и правым боком.  Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком с перешагиванием через кубики. | Перебрасывание мяча друг другу.  Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении.  Равновесие- ходьба на носках между предметами. | «Удочка»,  «Лишний стул» | «Хоккеисты»,  Катание друг друга на санках,  «Два мороза» | | 4 неделя  «Обувь, одежда» | Повторить ходьбу и бег с изменением темпа и направления; упражнять  в ползании на четвереньках;  Повторить упражнение  на сохранение равновесия в прыжках | Ору со скакалкой  (4-57) | Ползание по гимнастической скамейке.  Равновесие- ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами. Держась за руки.  Прыжки через короткую скакалку различным способом. | Ползание на четвереньках между предметами,  Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке руки за головой.  Прыжки из обруча в обруч (выполнять двумя колоннами) | «паук и мухи».  «Кто быстрей оденется  на прогулку» | «По ледяной дорожке»,  «По местам»,  «Поезд»  Игровая программа «Снежные забавы» | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Здоровый ребенок –это…»  2.Папка-передвижка «Стадион дома»  3.Папка –раскладушка « Забавы зимушки -зимы»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.Конкурс снежных построек для ДА детей во время прогулки   2.Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | февраль       «Труд взрослых» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя  «труд помощника воспитателя»» | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закрепить навык энергичного отталкивания от пола при прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. | ОРУ с обручем  (4-59) | Равновесие- ходьба по гимнастические скамейки, перешагивая через набивные мячи.  Бросание мяса одной рукой, ловля его двумя.  Прыжки на двух ногах через  шнуры. | Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги, к носку другой.  Прыжки между предметами на правой и левой ноге.  Игровое упражнение «Мяч водящему» ( 2 круга, 2 мяча) | Игра «Ключи»,  «Компот» | «Быстро по местам»,  «Точная подача»,  «Попрыгунчики»,  «Два Мороза» | | 2 неделя  «Посуда, труд повара» | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук.  Разучить прыжки подскоком, Упражнять в перебрасывании мяча.  Упражнять в подлезании через дугу. | ОРУ с гимнастической палкой  (4-61) | Прыжки-подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.  Перебрасывание мяча друг другу в парах.  Лазание под дугу боком и прямо. | Прыжки на двух ногам между предметами.  Ползание на ладонях и коленях между предметами.  Перебрасывание мяча друг другу в парах. | «Не оставайся на земле»,  «Затейники» | «Фигуры»,  «Гонки санок»,  «Пас клюшкой» | | 3 неделя «Труд врача» | Повторить ходьбу со сменой темпа движения.  Упражнять в попеременном подпрыгивании на левой и правой ноге.  Упражнять в метании мешочка, лазаньи по гимнастической стенке. Повторить упражнение на сохранении равновесия. | ОРУ без предметов  (4-63) | Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет.  Равновесие-  ходьба парами по гимнастическим параллельно стоящим скамейкам.  «Попади в круг» | Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет.  Равновесие-  ходьба гимнастической скамейки с перешагиванием через предметы.  Метание мешочка в горизонтальную цель. | «Не попадись»,  «Карусель» | «Снежинка»,  «Гонки санок»,  «Загони шайбу»  Игра «Карусель» | | 4 неделя  «Я и папа» | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами, повторить упражнение на равновесие и прыжки. | ОРУ  с большим мячом  (4-65) | Ползание на четвереньках между предметами не задевая их.  Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед грудью.  Прыжки из обруча в обруч. | Досуг посвященный 23 февраля  Игры, соревнования | «Жмурки»,  «Передал –садись» | «не попадись»,  Игра «Белые медведи»,  «Карусель»,  Затейники» | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультура в детском саду»  2.Участие воспитанников детского сада на  городском конкурсе  3.Папка –раскладушка « Дарите детям свою любовь и заботу»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной»   2.Папка – передвижка «Десять советов родителям»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | март       «Семья» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу,  повороты направо, налево, кругом. Перестроение в  три колонны                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в колонну по  2, по 4 ,повороты  кругом. | | | | | | | | 1 неделя  «Я и мама» | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной площади опоре с дополнительными  заданиями. Повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. | ОРУ с малым мячом  (4-72) | Равновесие- ходьба на встречу друг другу, на середине разойтись таким образом, чтобы не столкнуть другого (упражнение  выполняется в два потока на встречу).Прыжки выполняются шеренгами  Эстафета с мячом «передача мяча» | Равновесие- ходьба  по гимнастической скамейке с передачей мяча  перед и за собой.  Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед.  Эстафета с мячом | «Ключи»,  «Совушка»,  «Горелки»,  «Колпачок» | Игр.упр.  «»Лягушки в болоте»,  «Мяч о стенку»,  «Бегуны»,  Досуг «Масленица» | | 2 неделя  «Семья» | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, бег в рассыпную. Повторить упражнение в прыжках, ползании, задания с мячом. | ОРУ с флажками  (4-74) | Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед.  Перебрасывание мяча через сетку.  Подлезание под шнур (дугу) | Прыжки через шнур.  Перебрасывание мяча в парах.  Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. | «Затейники»,  «Тихо-громко» | Игр.упр.  «»Охотники и утки»,  «Мы веселые ребята», | | 3 неделя «Здоровье» | Повторить ходьбу с выполнением  задания. Упражнять в метании мешочка на дальность. Повторить упражнение в ползании и сохранении равновесия по ходьба по повышенной опоре. | ОРУ с гимнастической палкой  (4-76) | Метание мешочка в горизонтальную цель.  Ползание по прямой «Кто быстрее».  Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют. | Досуг «Мамин день»,  Игры, эстафеты, соревнования | «Волк во рву»,  «Горелки» | Игр.упр.  «Кто быстрее»,  «Пас ногой»  «Ловкие зайчата»,  «Эхо» | | 4 неделя  «Цветы» | Повторить ходьбе и бег  с выполнением задания, упражнять в лазаньи  на гимнастическую стенку; повторить упражнение на равновесие и прыжках. | ОРУ  без предметов  (4-79) | Лазанье на гимнастическую стенку.  Равновесие- ходьба по прямой с перешагиванием через предметы.  Прыжки на правой и левой  ноге между предметами. | Лазанье под дугу прямо и боком.  Передача мяча «Передача мяча в шеренге».  Прыжки через короткую скакалку вперед и на месте. | «Совушка»,  Наши алые цветки»,  «Удочка» | Игр.упр.  «Салки-перебежки»,  «Передача мяча в колонне»,  «Горелки» | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультурный уголок в группе»  2. изготовление нестандартного физкультурного оборудования  3.Папка –раскладушка « Физические упражнения»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.Конкурс рисунков детей и родителей «Выпал беленький снежок»   2.Папка – передвижка «Пессимизм и здоровье»  3.Информация «Зимние травмы»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | Апрель       «Весна» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу,  в колонну, в 4 звена, ходьба четверками                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение 4 колонны, в одну колонну из четырех. | | | | | | | | 1 неделя  «Весна» | Повторить игровые упражнения  в ходьбе и беге. Упражнять на равновесие, в прыжках, с мячом. | ОРУ  с малым мячом  (4-81) | Равновесие- Ходьба по гимнастической скамейке передавая мяч перед и за спиной.  Прыжки с продвижением вперед.  Переброска мяча в шеренге. | Развлечение «День смеха», «Книжкина  неделя»  Игры, эстафеты, викторины | «Хитрая лиса»,  «Охотник и утки» | Игр. Упр.  «Быстро в шеренгу»,  «Перешагни –не задень»,  « С кочки на кочку»,  «Великаны и гномы» | | 2 неделя  «Водичка-водичка» | Повторить упражнения в ходьбе и беге.  Упражнять детей в прыжках в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. | ОРУ с обручем  (4-83) | Прыжки в длину с разбега. Броски мяча друг другу. Ползание на четвереньках «Кто быстрее» | Досуг «День космонавтики»  Игры-эстафеты | «Мышеловка», «Пузырь», | Игр.упр.  «Слушай сигнал»,  «Пас ногой»,  «Пингвины», | | 3 неделя «Аквариум» | Упражнять детей в колонне по одному, в перестроении в пары; В метании мешочка на дальность, в ползании и равновесии. | ОРУ без предметов  (4-85) | Метание мешочка в даль,  Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.  Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове.  Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед. | Метание мешочка на дальность.  Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.  Прыжки через короткую скакалку на месте. | «Затейники»,  «Караси и щука»,  «Тихо-громко» | Игр.упр.  «Перебежки,  «Пройди- не задень»,  «Кто дальше прыгнет», «Пас ногой»,  «Поймай мяч». | | 4 неделя  «Песок и камни» | Повторить ходьбу и бег  с выполнением задания, упражнять в равновесии, в прыжка и мячом. | ОРУ  на гимнастической скамейке  (4-87) | Бросание мяча в шеренге.  Прыжки в длину с разбега.  Равновесие – ходьба на носках с мешочком на голове. | Прыжки на правой и левой ноге попеременно,  Переброска мяча в парах друг другу.  игр. Упр. «Догони пару» | «Камни, ножницы, бумага» | Ирг.упр.  «Передача мяча в колонне»,  «Лягушка в болоте»,  «Горелки»,  «Великаны и гномы» | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Физкультура в детском саду»  2. создание  книжек малышек про загадки о спорте.  3.Папка –раскладушка « Птичьи забавы»»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.конкурс – «Рецепт на здоровье»   2.Папка – передвижка «Умные или счастливые»  3.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Образовательная область «Физическое развитие»  Подготовительная группа | | | | | | | | Интеграция ОО ПО ФГОС  : «Социально-коммуникативное развитие»,  «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | | | май       «Познай мир» | | | | | | | | № п/п  Тема недели | Задачи | Утренняя гимнастика  ОРУ | I часть | II  часть  ОВД   ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице | | Построение и перестроение :      1-2   Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в 2, 3,  колонны, повороты направо, налево, кругом.                                                          3-4   Построение в шеренгу, перестроение в 1, 2, 4 колонны. повороты направо, налево, кругом. | | | | | | | | 1 неделя  «Дорожная безопасность» | Повторить упражнения в ходьбе и беге;  в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге. Бросание мяча о стенку | ОРУ  с обручем  (4-89) | Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке с передавая  мяч перед и за спиной, не спрыгивая со скамейки. Прыжки с ноги на ногу продвигаясь вперед.  Броски малого мча и пол и ловля его мосле отскока | Досуг «День победы».  Игры-эстафеты,  соревнования | «Совушка»,  «Таксист», | Игрюупр.  «Пас на ходу»,  «Брось- поймай!,  Прыжки через короткую скакалку.  Элементы футбола. | | 2 неделя  «пожарная безопасность» | Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места, повторить упражнение с мячом. | ОРУ с большим мячом  (4-91) | Прыжки в длину с места.  Ведение мяча одной рукой продвигаясь вперед.  Пролезание в обруч прямо и боком не касаясь руками пола. | Прыжки в длину с разбега.  Метание мешочка в вертикальную цель.  Ходьба между предметами с мешочком на голове -равновесие. | «Летает – не летает» | Игр.упр.  «Ловкие прыгуны»,  «Проведи мяч»,   «Пас друг другу»,  «Мышеловка» | | 3 неделя «Насекомые» | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу, в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочка на дальность , в прыжках, в равновесии. | ОРУ без предметов  (4-92) | Метание мешочка на дальность.  Равновесие- ходьба по рейке приставляя пятку одной ноги к носку другой.  Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. | Метание мешочка на дальность,  Лазанье под шнур прямо и боком не касаясь руками пола.  Равновесие- ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. | «Воробышки и автомобиль» | Игр.упр.  «Мяч водящему»,  «Кто скорее до кегли»,  Игры эстафеты по желанию детей. | | 4 неделя  «Мой город» | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу педагога.  Повторить упражнение в лазании   на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия  при ходьбе  по повышенной опоре, в прыжках. | ОРУ с палкой  (4-95) | Лазание по гимнастической стенке, перелезание с одного пролета на другой.  Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки за головой или на поясе.  Прыжки на двух ногах между кеглями. | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.  Прыжки между предметами на правой и левой ноге.  Равновесие- ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом , с мешочком на голове . | «Охотники и утки»,  «Летает не летает» | Досуг «Город в котором я живу»  Игры, викторина, соревнования | | Работа с воспитателями | 1.Консультация «Организация режима дня и оздоровительно-воспитательной работы с детьми»  2.Папка –передвижка «Классики»  3.Папка –раскладушка «Физкультминутка, как формы активного отдыха»  4.Индивидуальные работа с воспитателями | | | | | | | Работа с родителями | 1.Конкурс рисунков детей и родителей «Безопасность детей летом, или что можно, а что нельзя»»   2.Папка – передвижка «Безопасность детей на улице»  3.Информация « Всем без исключения о правилах движения»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | | | | | | | |
| Работа с родителями | 1.конкурс – «Рецепт на здоровье»   2.Папка – передвижка «Умные или счастливые»  3.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя»  4.Индивидуальные беседы с родителями | | | | | |