

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Начальная школа – детский сад № 44» города Белгорода

«Рассмотрено»

На Педагогическом совете МБОУ
«Начальная школа – детский сад
№44»

Протокол № 1 от
«31»августа 2021 г.

«Согласовано»

Заместитель директора
МБОУ «Начальная школа – детский
сад
№44» г. Белгорода

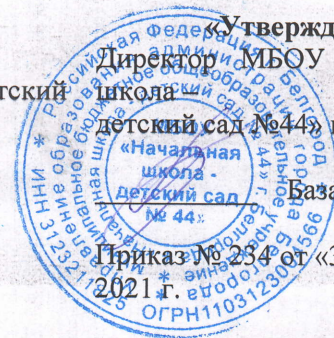
Иевлева Н.А.

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Начальная
школа – детский сад №44» г. Белгорода

Базавлук Ю.В.

Приказ № 234 от «31»августа
2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

педагога МБОУ «Начальная школа – детский сад №44»
по образовательной области «Физическое развитие» для
детей старшей группы №4 (от 5 до 6 лет).

Разработана с учётом примерной общеобразовательной программы
дошкольного образования

Разработана
инструктором по физической культуре

Иванисовым А.А.

Белгород, 2021

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика.
3. Ценностные ориентиры.
4. Тематическое планирование.
5. Календарно-тематическое планирование.
6. Список литературы

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом от 31 июля 2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

2. Законом РФ « Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012, приказ № 273 – ФЗ;

3. Конституцией РФ и учетом Конвенции ООН о правах ребенка (Сборник Международных договоров, 1993)

4. Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 № 1155);

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

6. Программа воспитания.

Ведущей целью рабочей программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника. Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения.

Основные цели и задачи:

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

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

Режим работы детского сада 12-ти часовой: с 7.00 до 19.00, в рамках пятидневной рабочей недели, суббота, воскресенье и праздничные дни – выходные. Образовательный процесс осуществляется с первого сентября по тридцать первое мая. Летний период – с первого июня по тридцать первое августа.

Режим организации жизнедеятельности детского сада определен в соответствии с личностно-ориентированным подходом ко всем видам детской деятельности; с учетом социального заказа родителей и нормативно-правовых требований к организации режима деятельности детского сада.

Режим дня отвечает требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, составлен с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и способствует их гармоничному развитию. Допускается изменение режима в связи с сезонными изменениями – холодный и теплый период года.

Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели с 7.00 до 8.00 часов, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение. Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп в течение всего года на основе рекомендаций врача-педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Обязательное сохранение в режиме дня отведено на ведущую деятельность детей дошкольного возраста – свободную игру или другую самостоятельную деятельность. Самостоятельная деятельность детей 3 – 7 лет (игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 – 4 часов; максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5 – 6 часов, до 3-х лет – в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Продолжительность дневного сна для детей дошкольного возраста 2,0 – 2,5 часа.

Возрастные особенности развития детей старшей группы (5-7 лет)

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост Дошкольника 5 лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела 17—18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста — 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Эти размеры необходимо учитывать при изготовлении атрибутов для праздничных утренников и подвижных игр.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3—4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности воспитатель должен учитывать при проведении подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных занятий, так как даже самые легкие ушибы в области носа и уха могут привести к травмам.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

При проведении общеразвивающих упражнений воспитатель учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево и т. д. Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети

старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к шести-семи годам составляет 92-95 ударов в минуту. К семи-восемью годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается и работа сердца становится более ритмичной.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20%.

Жизненная емкость легких у пяти-шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см³, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем — 25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — еще больше.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Например, если физкультурные занятия проводятся на воздухе, то общий объем беговых упражнений для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6-0,8 км до 1,2-1,6 км.

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников с учетом проявляемой

ими индивидуальности, предупреждении случаев гипердинамии и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

Целевые ориентиры

Старшая группа Образовательная область «Физическое развитие»

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья, а так же на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
 - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
 - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- через решение следующих задач:
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
 - воспитание культурно гигиенических навыков;
 - формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут.

Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1 -3 минуты.

Приучать детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование: зимой кататься на санках, скользить по ледяным дорожкам, ходить на лыжах; в теплый период кататься на двухколесном велосипеде, самокате, роликовых коньках.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Формировать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей: при кашле и чихании закрывать рот и нос платком.

Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно заправлять постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья.

Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода—наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.

Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Учить характеризовать свое самочувствие.

Раскрыть возможности здорового человека.

Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.

Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год—физкультурные праздники длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с

ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно пез каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, тую трое; равнение в затылок, в-колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением,

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок

пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2-3 м) и кона (5-6

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 уди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении. закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах,

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Тематическое планирование: на 2021-2022 учебный год

Тема	Развернутое содержание работы	Период	Варианты итоговых мероприятий
До свидания, лето, здравствуй, детский сад!	Развивать познавательную мотивацию, интерес к школе, книгам. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. Продолжать знакомить с детским садом как ближайшим социальным окружением, расширять представления о профессиях сотрудников детского сада	1 сентября -10 сентября	Развлечение для детей, организованный сотрудниками детского сада. Экскурсия в библиотеку, по школе. Тематическое

			развлечение Мониторинг
Осень	<p>Расширять представления детей об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада), о времени сбора урожая, о некоторых овощах, фруктах, ягодах, грибах. Продолжать знакомить с сельскохозяйственными профессиями. Закреплять знания о правилах безопасного поведения в природе. Формировать обобщенные представления об осени как времени года, приспособленности растений и животных к изменениям в природе, явлениях природы. Дать первичные представления об экосистемах, природных зонах. Формировать элементарные экологические представления. Расширять представления о неживой природе. Знакомить с правилами безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Развивать умения замечать красоту осенней природы, вести наблюдения за погодой.</p> <p>Расширять знания о домашних животных и птицах. Знакомить с некоторыми особенностями поведения лесных зверей и птиц осенью.</p>	13 сентября - 24 сентября	Праздник «Осень». Выставка детского творчества. Тематическое развлечение.
Животный мир. Домашние животные	<p>Формирование первичных ценностных представлений о животных как «меньших братьях» человека. Подвижные игры по теме праздника, игры-имитации характерных особенностей (повадок, поз, движений) животных; чтение художественной литературы по теме праздника; рассматривание фотографий домашних животных.</p>	27 сентября - 08 октября	Выставка рисунков, показ театра
Животный	<p>Формирование первичных ценностных представлений о животных как</p>	11 октября	Проектная

<p>мир. Дикие животные</p>	<p>«меньших братьях» человека. Подвижные игры по теме праздника, игры-имитации характерных особенностей (повадок, поз, движений) животных; чтение художественной литературы по теме праздника; рассматривание фотографий диких животных.</p>	<p>-22 октября</p>	<p>деятельность. Игра-развлечение «Кто, кто в теремочке живет?»; Кукольный театр «Колобок» и др., выставка рисунков</p>
<p>Я и моя семья</p>	<p>Расширять представления о здоровом образе жизни. Формировать образ Я. Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Развивать представления о своем внешнем облике. Развивать гендерные представления. Формировать умение называть свои имя, фамилию, имена членов семьи, говорить о себе в первом лице. Развивать представления о своей семье. Закреплять знания о своей семье: называть свои имя, фамилию, имена членов семьи, знакомить с профессиями родителей.</p>	<p>25 октября – 12 ноября</p>	<p>Открытый день здоровья. Спортивное развлечение</p>
<p>Мой дом, мой город</p>	<p>Закрепить понятия: дом, предметы домашнего обихода, мебель, бытовые приборы. Знакомить с родным городом (поселком), его названием, основными достопримечательностями. Формировать начальные представления о родном крае, его истории и культуре. Воспитывать любовь к родному краю. Познакомить с некоторыми выдающимися людьми прославившими Россию (писатели, художники). Расширять представления о родной стране, о государственных праздниках; вызвать интерес к истории своей страны; воспитывать чувство гордости за свою страну, любви к ней. Знакомить с историей России, гербом, флагом, мелодией гимна. Рассказывать о людях, прославивших Россию, о том, что Россия многонациональная страна, Москва-столица родины. Знакомить с историей</p>	<p>15 ноября – 26 ноября</p>	<p>Сюжетно-ролевая игра по правилам дорожного движения.</p>

	<p>родного города. Знакомить с видами транспорта, в том числе с городским, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения. Знакомить с «городскими» профессиями (милиционер, продавец, парикмахер, шофер, водитель автобуса).</p>		
Транспорт	<p>Закреплять у детей знания о транспорте и его основных частях, знакомить с правилами дорожного движения. Знакомить с видами транспорта, с правилами поведения в городе, с элементарными правилами дорожного движения. Знакомить с «городскими» профессиями (милиционер, продавец, парикмахер, шофер, водитель автобуса). Знакомить с достопримечательностями родного города.</p>	29 ноября – 17 декабря	Сюжетная игра «Поездка в гости»
Новогодний праздник	<p>Организовывать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы Нового года и новогоднего праздника. Привлекать к активному разнообразному участию в подготовке к празднику, его проведению. Воспитывать чувство удовлетворения от участия в коллективной предпраздничной деятельности.</p> <p>Закладывать основы праздничной культуры. Вызвать эмоционально положительное отношение к предстоящему празднику, желание активно участвовать в его подготовке. Вызвать стремление поздравить близких с праздником, преподнести подарки, сделанные своими руками. Познакомить с традициями празднования нового года в различных странах</p>	20 декабря – 31 декабря	Новогодний утренник.
Зима	<p>Расширять представления о зиме. Развивать умение устанавливать</p>	10-28	Праздник

	<p>простейшие связи между явлениями живой и неживой природы. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту природы. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении зимой. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту зимней природы.</p> <p>Расширять представления о сезонных изменениях в природе (изменения в погоде, растения зимой, поведение зверей и птиц). Формировать первичные представления о местах, где всегда зима.</p> <p>Расширять представления о местах, где всегда зима, о животных Арктики и Антарктики.</p>	января	«Зима». Выставка детского творчества.
Безопасность	Безопасность в доме, на улице, в городе. Транспортная безопасность. Правила безопасности в природе. Дорожная безопасность.	31 января – 11 февраля	Развлечение. Выставка рисунков.
День защитника Отечества	<p>Осуществлять патриотическое воспитание. Знакомить с «военными» профессиями. Воспитывать любовь к Родине. Продолжать расширять представления детей о Российской армии. Рассказывать о трудной, но почетной обязанности защищать Родину. Воспитывать в духе патриотизма, любви к Родине. Знакомить с разными родами войск, боевой техникой.</p> <p>Расширять гендерные представления, формировать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Родины. Воспитывать в девочках уважение к мальчикам как к будущим защитникам Родины. Формировать первичные гендерные представления. Приобщать к русской</p>	14 февраля – 25 февраля	Создание в группе макета(с участием взрослых), выставка творческих работ боевой техники. Тематическое развлечение.

	истории через знакомство с былинами.		
Праздник мам	<p>Организовать все виды детской деятельности вокруг темы семьи любви к маме, бабушке. Воспитывать уважение к воспитателям.</p> <p>Расширять гендерные представления, воспитывать в мальчишках представление о том, что мужчины должны внимательно и уважительно относиться к женщинам. Привлекать детей к изготовлению подарков мамам, бабушкам, воспитателям. Воспитывать бережное и чуткое отношение к самым близким людям, потребность радовать близких добрыми делами.</p>	28 февраля – 11 марта	Праздник мам.
Весна	<p>Расширять представления о весне. Воспитывать бережное отношения к природе, умение замечать красоту весенней природы. Расширять представления о сезонных изменениях(изменения в погоде, растения весной, поведение зверей и птиц). Расширять представления о простейших связях в природе (потеплело - появилась травка и т. д.). Вести сезонными наблюдения</p> <p>Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать к ней бережное отношение. Формировать элементарные экологические представления. Формировать представления о работах, проводимых в саду и на огороде.</p>	14 марта – 25 марта	Праздник «Весна», г Выставка детского творчества. Тематическое развлечение.
Космос	Земля - наш общий дом. Дать элементарные представления об освоении космоса, о планетах, звездах.	28 марта – 8 апреля	Развлечение
Знакомство с народной культурой и традициями	Расширять представления об игрушках, о народной игрушке (дымковская игрушка, матрешка и др.). Знакомить с народными промыслами. Продолжать знакомить с устным народным	11 апреля – 29 апреля	Фольклорный праздник. Выставка детского творчества.

	<p>творчеством.</p> <p>Использовать фольклор при организации всех видов детской деятельности.</p> <p>Продолжать знакомить детей с народными традициями и обычаями, народным декоративно-прикладным искусством. Расширять представления о народных игрушках. Знакомить с национальным декоративно-прикладным искусством. Рассказывать о русской избе и других строениях, их внутреннем убранстве, предметах быта, одежды.</p>		
День Победы	<p>Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. Формировать знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Воспитывать уважение к ветеранам войны.</p> <p>Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Воспитывать детей в духе патриотизма, любви к Родине. Расширять знания о героях Великой Отечественной войны, о победе нашей страны в войне. Знакомить с памятниками героям Вов.</p>	2 мая -13 мая	Праздник, посвященный Дню Победы. Выставка детского творчества. Тематическое развлечение.
Здравствуй, лето!	<p>Формировать у детей обобщенные представления о лете как времени года; признаках лета. Расширять и обогащать представления о влиянии тепла, солнечного света на жизнь людей, животных и растений; представления о съедобных и несъедобных грибах.</p> <p>Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Знакомить с летними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении в лесу.</p>	16 мая – 31 мая	Праздник «Лето». Спортивный праздник. Выставка детского творчества.

Календарно- тематическое планирование

№п/п	Тематическая неделя	Тема ООД	Дата по тематическому планированию	Дата фактическая	Программное содержание	Литература
1		Занятие 1	2.09.21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, 2. Прыжки подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед,. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах двумя руками снизу 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с. 19
2		Занятие 2	7.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки за головой. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами 3. Перебрасывание мячей в шеренгах после удара мячом о пол 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.20
3		Занятие 3	8.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. познакомить детей с игрой в футбол 2. учить простейшим техническим действиям с мячом 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
4		Занятие 4	9.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки — подпрыгивание на двух 2. Подбрасывание малого мяча вверх двумя руками 3. Бег в среднем темпе 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.21
5		Занятие 5	14.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в высоту с места 	Л. И. Пензуляева

					<p>(«достань до предмета») 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши 3. Ползание на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом</p>	<p>Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.23</p>
6		Занятие 6	15.09. 21		<p>1. игровое упражнение «Передай мяч». 2. Игровое упражнение «не задень».</p>	<p>Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.23</p>
7		Занятие 7	16.09. 21		<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе 3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком</p>	<p>Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.7</p>
8		Занятие 8	21.09. 21		<p>1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени. 3. Равновесие ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p>	<p>Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.26</p>
9		Занятие 9	22.09. 21		<p>1. Совершенствование техническим действиям с мячом 2. Способствовать развитию ловкости, быстроты, координационных способностей, выносливости</p>	<p>Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет</p>

10		Занятие 10	23.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Пролезание в обруч боком в группировке 2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен,— «Пингвины» 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.26
11		Занятие 11	28.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1.Пролезание в обруч прямо и боком в 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе 3. Прыжки на двух ногах между предметами 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.28
12		Занятие 12	29.09. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Игровое упражнение «Поймай мяч». 2. Игровое упражнение «Будь ловким». 3. Игровое упражнение «Найди свой цвет». 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.29
13		Занятие 13	30.9. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, 2. Прыжки на двух ногах через шнуры 3. Бросание мяча двумя руками от груди 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.30
14		Занятие 14	5.10. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в

					<p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры правым и левым боком.</p> <p>3. Передача мяча двумя руками от груди из исходного положения — ноги на ширине плеч</p>	детском саду. Средняя группа с.32
15		Занятие 15	6.10. 21		<p>1. Формировать простейшие технико-технические действия с мячом</p> <p>2. Развивать быстроту, ловкость, выносливость</p>	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
16		Занятие 16	7.10. 21		<p>1. Прыжки — спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</p> <p>3. Переползание через препятствия</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.33
17		Занятие 17	12.10. 21		<p>1. Прыжки — спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги</p> <p>2. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди</p> <p>3. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствия</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.34
18		Занятие 18	13.10. 21		<p>1. Игровое упражнение «Проведи мяч»</p> <p>2. Игровое упражнение «Мяч водящему».</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.34

19		Занятие 19	14.10. 11		<p>1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой</p> <p>2. Лазанье — подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь руками пола</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.35
20		Занятие 20	19.10. 21		<p>1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м</p> <p>2. Ползание на четвереньках между предметами «змейкой»</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. На середине присесть, встать и пройти дальше</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.35
21		Занятие 21	20.10. 21		<p>3. Совершенствование техническим действиям с мячом</p> <p>4. Способствовать развитию ловкости, быстроты, координационных способностей, выносливости</p>	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет

22		Занятие 22	21.10. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Пролезание подряд через три обруча 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине перешагнуть через предмет и сойти не спрыгивая 3. Прыжки на двух ногах на мягкое препятствие прыжки с трех шагов на препятствие 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.36
23		Занятие 23	26.10. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Переползание на четвереньках с преодолением препятствий 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше 3. Прыжки на препятствие 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.37
24		Занятие 24	27.10. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Игровое упражнение «Посадка картофеля». 2. Игровое упражнение «Попади в корзину» (баскетбольный вариант). 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.38
25		Занятие 25	28.10. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая малый мяч из правой руки в левую перед собой и за спиной 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, поставленными в одну линию вначале на одной ноге, затем на другой 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу, ноги на ширине плеч 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.39

26		Занятие 26	2.10. 21		<p>1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной</p> <p>2. Прыжки по прямой — два прыжка на правой ноге, затем два на левой</p> <p>3. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.40
27		Занятие 27	3.11. 21		<p>3. Формировать простейшие технико-технические действия с мячом</p> <p>4. Развивать быстроту, ловкость, выносливость</p>	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
28		Занятие 28	4.11. 21		<p>1. Прыжки с продвижением вперед — поочередное подпрыгивание</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками</p> <p>3. Отбивание мяча о землю, продвигаясь вперед шагом</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.41
29		Занятие 29	9.11. 21		<p>1. Прыжки на правой и левой ноге</p> <p>2. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч в прямом направлении</p> <p>3. Отбивание мяча о пол, продвигаясь вперед шагом</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.42
30		Занятие 30	10.11. 21		<p>5. Совершенствование техническим действиям с мячом</p> <p>6. Способствовать развитию</p>	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое

					ловкости, быстроты, координационных способностей, выносливости	воспитание детей 3-7 лет
31		Занятие 31	11.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед 2. Пролезание в обруч с мячом в руках в группировке, не касаясь верхнего 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.41
32		Занятие 32	16.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени 3. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.44
33		Занятие 33	17.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. игровое упражнение «Перебрось и поймай». 2. Игровое упражнение «Перепрыгни - не задень». 3. Игровое упражнение «Ловишки парами». 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.33
34		Занятие 34	18.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье — подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола и не задевая за верхний край шнура 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.45

35		Занятие 35	23.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур прямо и боком 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами 3. Ходьба между предметами на носках 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.46
36		Занятие 36	24.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 5. Формировать простейшие технико-технические действия с мячом 6. Развивать быстроту, ловкость, выносливость 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
37		37	25.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие — ходьба по наклонной доске прямо 2. Прыжки — перепрыгивание на двух ногах через бруски 3. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах. 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.48
38		38	30.11. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом 2. Прыжки — перепрыгивание через шнур, положенный вдоль зала 3. Перебрасывание мяча, стоя на коленях, двумя руками из-за головы 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.49
39		39	1.12. 21		<ol style="list-style-type: none"> 1. познакомить детей с игрой «Хоккей» 2. учить держать клюшку, вести 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье!

					шайбу разными способами, бросать шайбу в цель 3. развивать точность, глазомер, координационные способности	Физическое воспитание детей 3-7 лет
40		40	2.12. 21		1. Прыжки — подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши 3. Ползание на четвереньках между кеглями	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.50
41		41	7.12. 21		1. Прыжки попеременно на правой и левой ноге 2. Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой 3. Прокатывание набивного мяча	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.51
42		42	8.12. 21		1. игровое упражнение «Метко в цель». 2. Игровое упражнение «Кто быстрее до снеговика». 3. Игровое упражнение «Пройдем по мосточку».	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.51
43		43	9.12. 21		1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.52
44		44	14.12. 21		1. Перебрасывание мяча друг другу 2. Ползание с мешочком на спине на	Л. И. Пензуляева Физическая

					<p>четвереньках, с опорой на ладони и колени</p> <p>3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове</p>	<p>культура в детском саду. Средняя группа с. 54</p>
45		45	15.12. 21		<p>1. познакомить детей с игрой «Хоккей»</p> <p>2. учить держать клюшку, вести шайбу разными способами, бросать шайбу в цель</p> <p>3. развивать точность, глазомер, координационные способности</p>	<p>Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет</p>
46		46	16.12. 21		<p>1. Лазанье — влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек</p> <p>2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики</p> <p>3. Прыжки на Правой и левой ноге между кеглями</p> <p>4. Бросание мяча о стену.</p>	<p>Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.54</p>
47		47	21.12. 21		<p>1. Лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек</p> <p>2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове</p> <p>3. Прыжки между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен</p>	<p>Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.56</p>
48		48	22.12. 21		<p>1. игровое упражнение «Забей»</p>	<p>Л. И. Пензуляева</p>

					шайбу». 2. Игровое упражнение «По дорожке».	Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.56
49		49	23.12. 21		1. Равновесие —ходьба и бег по наклонной доске 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками 3. Метание — забрасывание мяча в корзину двумя руками	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.57
50		50	28.12. 21		1. Ходьба и бег по наклонной доске 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи 3. Перебрасывание мяча	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.58
51		51	29.12. 21		1. познакомить детей с игрой «Хоккей» 2. учить держать клюшку, вести шайбу разными способами, бросать шайбу в цель 3. развивать точность, глазомер, координационные способности	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
52		52	30.12. 21		1. Прыжки в длину с места 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой. 3. Бросание мяча вверх.	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.59
53		53	11.12.21		1. Прыжки в длину с места 2. Переползание через препятствие и	Л. И. Пензуляева Физическая

					подлезание под дугу, не касаясь руками пола 3. Перебрасывание мячей двумя руками снизу	культура в детском саду. Средняя группа с.60
54		54	12.01.22		1. игровое упражнение «Кто быстрее». 2. Игровое упражнение «Пробеги — не задень».	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.60
55		55	13.01.22		1. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.61
56		56	18.01.22		1. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола 2. Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.62
57		57	19.01.22		1. учить действиям с клюшкой и шайбой 2. разучить разнообразные способы ведения шайбы, бросков 3. развивать глазомер, быстроту, выносливость	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет

58		58	20.01.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой 3. Прыжки через шнуры на двух ногах 4. Ведение мяча 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.63
59		59	25.01.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. игровое упражнение «По местам». 2. Ходьба в колонне по одному «змейкой - между кеглями 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.64
60		60	26.01.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски 3. Забрасывание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.64
61		61	27.01.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие — бег по наклонной доске, спуск шагом 2. Прыжки через бруски правым и левым боком 3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.65
62		62	1.02.2		<ol style="list-style-type: none"> 1. учить действиям с клюшкой и шайбой 2. разучить разнообразные способы ведения шайбы, бросков 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое

					3. развивать глазомер, быстроту, выносливость	воспитание детей 3-7 лет
63		63	2.02.22		1. Прыжки в длину с места 2. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом 3. Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.67
64		64	3.02.22		1. Прыжки в длину с места 2. Ползание на четвереньках между кеглями 3. Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.67
65		65	8.02.22		1. игровое упражнение «Кто дальше». 2. Игровое упражнение «Кто быстрее».	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.68
66		66	9.02.22		1. Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой 2. Подлезание под палку 3. Перешагивание через шнур	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.68
67		67	10.02.22		1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа

					на спине — «Проползи - не урони» 3. Ходьба на носках между кеглями 4. Прыжки на двух ногах через шнуры.	с.69
68		68	15.02.22		1. учить действиям с клюшкой и шайбой 2. разучить разнообразные способы ведения шайбы, бросков 3. развивать глазомер, быстроту, выносливость	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
69		69	16.02.22		1. Лазанье влезание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места 4. Отбивания мяча в ходьбе	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.70
70		70	17.02.22		1. Лазанье — влезание на гимнастическую стенку 2. Ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами 4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.70
71		71	22.02.22		1. игровое упражнение «Гонки санок» 2. игровое упражнение «Не попадись».	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду.

					3. Игровое упражнение «По мостику».	Средняя группа с.71
72		72	24.02.22		1. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове 2. Прыжки из обруча в обруч, 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. Бросание одной рукой, а ловля двумя	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.72
73		73	1.03.22		1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через набивные 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.72
74		74	2.03.22		1. игровое упражнение «Пас точно на клюшку». 2. Игровое упражнение «Проведи — не задень».	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.73
75		75	3.03.22		1. закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча 2. учить простейшим парным взаимодействиям 3. способствовать развитию координации, быстроты, глазомера	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет

76		76	9.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжок в Высоту с разбега 2. Метание мешочков в цель с расстояния 3. Прыжки на двух ногах между кеглями 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.74
77		77	10.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. игровое упражнение «Поймай мяч». 2. Игровое упражнение «Кто быстрее». 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.75
78		78	15.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «По-медвежьи» 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагам, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой 3. Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры, 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.76
79		79	16.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьи» 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше 3. Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.76
80		80	17.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча 2. учить простейшим парным 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое

					<p>взаимодействиям</p> <p>3. способствовать развитию координации, глазомера, быстроты,</p>	воспитание детей 3-7 лет
81		81	22.03.22		<p>1. Метание мешочков горизонтальную цель одной рукой снизу</p> <p>2. Подлезание под шнур боком справа и слева</p> <p>3. Ходьба на носках между набивными мячами</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.77
82		82	23.03.22		<p>1. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой способом от плеча</p> <p>2. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.78
83		83	24.03.22		<p>1. игровое упражнение «Прокати и сбей».</p> <p>2. Игровое упражнение «Пробеги - не задень».</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.79
84		84	29.03.22		<p>1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч на правой и левой ноге</p> <p>3. Метание в вертикальную цель</p>	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.79

85		85	30.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной 2. Прыжки на двух ногах правым боком затем поворот в прыжке на 180° и продолжение прыжков левым боком. 3. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.80
86		86	31.03.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча 2. учить простейшим парным взаимодействиям 3. способствовать развитию координации, быстроты, глазомера 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
87		87	5.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед 2. Прокатывание обруча друг другу 3. Пролезание в обруч 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.82
88		88	6.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через короткую скакалку на месте и с продвижением 2. Прокатывание обручей друг другу 3. Пролезание в обруч 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.82
89		89	7.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. игровое упражнение «Пройди — не задень». 2. Игровое упражнение «Догони 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в

					обруч». 3. Игровое упражнение «Перебрось и поймай».	детском саду. Средняя группа с.83
90		90	12.04.22		1. Метание мешочков в вертикальную способом от плеча 2. Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.84
91		91	13.04.22		1. Метание мешочков в вертикальную 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой 3. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.84
92		92	14.04.22		1. учить техники ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча 2. развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
93		93	19.04.22		1. Лазанье по гимнастической стенке 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед 3. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.85

94		94	20.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом, ходьба по рейке гимнастической стенки приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.86
95		95	21.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. игровое упражнение «Сбей кеглю». 2. Игровое упражнение «Пробеги — не задень». 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.87
96		96	26.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 3. Бросание мяча о стену с расстояния 3 м одной рукой, а ловля двумя руками 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.87
97		97	27.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи 2. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах, и ловля его двумя руками после отскока от пола 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.88
98		98	28.04.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. учить техники ведения мяча, бросков в корзину, передачи и 	Л.Н. Волошина Играй на

					ловли мяча 2. развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание	здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
99		99	30.04.22		1. Прыжки в длину с разбега 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.89
100		100	4.05.22		1. Прыжки в длину с разбега 2. Забрасывание мяча в корзину (кольцо) 3. Подлезание под дугу	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.89
101		101	5.05.22		1. игровое упражнение «Прокати — не урони». 2. Игровое упражнение «Кто быстрее». 3. Игровое упражнение «Забрось в кольцо».	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с. 90
102		102	11.05.22		1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя 2. Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.90

103		103	12.05.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Бросание мяча о пол и ловля его одной рукой, бросание мяча вверх и ловля его одной рукой 2. Пролезание в обруч правым (левым) 3. Ходьба по скамейке, ударяя мячом о пол и ловя его двумя руками. 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.91
104		104	17.05.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя 2. Лазание в обруч прямо и боком 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.92
105		105	18.05.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. учить техники ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча 2. развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание 	Л.Н. Волошина Играй на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет
106		106	19.05.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков 2. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивными мячами 3. Прыжки на двух ногах между кеглями 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.92
107		107	24.05.22		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 2. Ходьба с перешагиванием через 	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду.

					бруски 3. Прыжки на правой и левой ноге попеременно	Средняя группа с.93
108		108	25.05.22		1. Игровое упражнение «Мяч водящему» 2. Игровое упражнение «Передача мяча в колонне» - эстафета 3. Подвижная игра «не оставайся на земле»	Л. И. Пензуляева Физическая культура в детском саду. Средняя группа с.93

Список литературы

1. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – Мозаика-Синтез, 2014. – 368 с.
2. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа / Под ред. Л.И. Пензулаевой. - Мозаика-Синтез, 2014. – 124 с.

