

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида №2 «Ромашка» города Губкина Белгородской области
309190, Белгородская область, город Губкин, улица Раевского, дом 126

СОГЛАСОВАН:

на заседании Управляющего совета
МАДОУ «Детский сад
комбинированного вида № 2
«Ромашка» города Губкина
Белгородской области
протокол № 3 от «30» августа 2024г.

ПРИНЯТ:

на заседании Педагогического совета
МАДОУ «Детский сад
комбинированного вида № 2
«Ромашка»
города Губкина Белгородской области
протокол № 1 от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕН:

приказом заведующего МАДОУ
«Детский сад комбинированного вида
№ 2 «Ромашка»
города Губкина Белгородской области
№ 125 от 30 августа 2024 г.
Л.В. Корнева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
организации образовательной деятельности
в старшей группе общеразвивающей направленности
(ОО «Физическое развитие»)
на 2024 - 2025 учебный год

Составитель:
Золотых И.Н.,
инструктор по физической культуре

Губкин 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

| | | |
|------|--|----|
| | Пояснительная записка | 4 |
| | Раздел I. Целевой раздел | 4 |
| 1.1. | Цели и задачи Программы | 4 |
| 1.2. | Целевые ориентиры и планируемые результаты Программы | 7 |
| | Раздел II. Содержательный раздел | 10 |
| 2.1. | Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности с детьми <i>(приложение 1)</i> | 10 |
| 2.2 | План взаимодействия с семьями воспитанников | 10 |
| | Раздел III. Организационный раздел | 11 |
| 3.1. | Учебный план | 11 |
| 3.2. | Расписание занятий | 11 |
| 3.3. | Сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах | 12 |
| 3.4. | Распределение организованной образовательной деятельности в течение учебного года | 13 |

Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее - Программа) разработана на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида

№ 2 «Ромашка» города Губкина Белгородской области, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО), федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1022, зарегистрировано в Минюсте России 27 января 2023 г., регистрационный № 72149) (далее – ФАОП ДО).

Вариативная часть Программы представлена:

- «Выходи играть во двор» (ОО «Физическое развитие») Л.Н. Волошина. (УМК «Дошкольник Белогорья»)
- «Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет» Ю.А.Кириллова.

Срок реализации Программы: с 1 сентября 2024 года по 30 августа 2025 года.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Цели и задачи Программы

Цель программы:

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности, обеспечение их безопасности.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

| От 3 лет до 4 лет | От 4 лет до 5 лет | От 5 лет до 6 лет | От 6 лет до 7 лет |
|---|---|--|--|
| - Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения) спортивные упражнения, подвижные игры, | - Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия | - Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнений основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, | - Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристические навыки; |

| | | | |
|---|---|---|---|
| <p>помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; - Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; - Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; - Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни. | <p>для спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость). - Развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; - Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; - Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку; повышать иммунитет средствами физического воспитания; - Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности. | <p>элементы спортивных игр, элементарные туристические навыки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развивать психо-физические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; - Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных играх и спортивных играх, формах активного отдыха; - Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; - Укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; - Расширять представления о здоровье и его ценностях, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, | <ul style="list-style-type: none"> - Развивать психо-физические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; - Воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; - Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; - Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристических |
|---|---|---|---|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | туризме, как факторе активного отдыха; Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристических прогулок и экскурсий. | прогулок и экскурсий; - Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям. |
|--|--|---|--|

В области физического развития детей с ТНР основными **задачами** являются создание условий для:

- становления у обучающихся ценностей ЗОЖ;
- овладение элементарными нормами и правилами ЗОЖ (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
- развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В том числе:

«**Выходи играть во двор**» (ОО «Физическое развитие») Л.Н. Волошина. (УМК «Дошкольник Белогорья»)

Цель программы: обеспечение равных возможностей для полноценного физического развития ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов, потребностей детей и их родителей, специфики национальных и социокультурных условий, спортивных традиций региона.

Задачи программы:

- формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями;
- закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- воспитание положительных нравственно-волевых качеств;
- формирование культуры здоровья.

«Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» Ю.А.Кириллова

Цель программы: создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития, укрепление здоровья детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) в ДОУ путем повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция речедвигательных нарушений.

Задачи программы:

- охрана жизни и укрепление здоровья ребенка;
- закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме;
- создание условий для целостной двигательной активности детей;
- непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических);
- формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия;
- развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей, умения сохранять равновесие;
- формирование широкого круга игровых действий;
- воспитание интереса к активной двигательной деятельности и потребности в ней;
- ежедневное использование таких форм работы по физическому развитию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения, игры и упражнения на свежем воздухе, а так же соревновательные формы работы, такие как игры-соревнования и эстафеты.

1.2 Целевые ориентиры и планируемые результаты

Четвертый год жизни. Младшая группа

Ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

Ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнения правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

Ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

Пятый год жизни. Средняя группа.

Ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата и испытывает потребность в двигательной активности;

Ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

Ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни.

Шестой год жизни. Старшая группа.

Ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость,

ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие);

ребенок мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.

Седьмой год жизни. Подготовительная группа.

У ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими; ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется неа местности;

ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремиться оказать помощь и поддержку другим людям

Планируемые результаты на этапе завершения освоения ФАОП детей с ТНР:

ребенок выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции педагогических работников: согласованные движения, а так же разноименные и разнонаправленные движения;

ребенок осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;

ребенок знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;

ребенок владеет элементарными нормами и правилами ЗОЖ (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

В том числе программы «Физическое развитие детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи с 3 до 7 лет» Ю.А.Кирилловой

Старшая группа 5-6 лет

Общая и ручная моторика ребенка развиты в соответствии с возрастной нормой, все движения выполняются в полном объеме, нормальном темпе, координация движений не нарушена;

ребенок ходит прямо, свободно, не опуская голову, может пробежать в медленном темпе 200 м; может прыгнуть в длину с места на 60 см, отталкиваясь двумя ногами; умеет бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его двумя руками; может ходить по ГС, удерживая равновесие; может лазать по ГС вверх и вниз;

ребенок охотно выполняет гигиенические процедуры, знает, что нужно ежедневно гулять, делать зарядку, у ребенка сформированы навыки безопасного поведения дома, в д/саду, на улице, в транспорте;

в мимической мускулатуре движения выполняются в полном объеме и точно, синкинезии отсутствуют; артикуляционная моторика в норме, движения выполняются в полном объеме и точно; переключаемость в норме; синкинезии и тремор отсутствуют;саливация в норме.

Подготовительная группа 6-7 лет

К концу года дети:

Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление, темп.Лазать по гимнастической стенке (В.2,5м).

Прыгать в длину с места (70-75 см). с разбега (не менее 80-90 см), прыгать через короткую и длинную скакалки.

Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 4-8 м, в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 2-3 м, сочетать замах с броском; подбрасывать мяч вверх, отбивать от пола и ловить его двумя руками, отбивать мяч одной рукой на месте не менее 5-8 раз каждой рукой, в ходе на расстоянии 5 м.

Сохранять устойчивое положение тела при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться в колонне, в шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом. Знать и.п., последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.

Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.

Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, баскетбол, хоккей, футбол.

Самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.

В старшем дошкольном возрасте дети могут знать и называть: кто такие спортсмены; что такое спорт; что нужно знать и уметь, чтобы стать спортсменом; знать, кто тренирует спортсменов, где они занимаются; олимпийские талисманы, символику, награды; летние и зимние виды спорта; спортивные атрибуты; спортивные традиции мира.

Планируемые результаты

на этапе завершения освоения программы «**Выходи играть во двор**» (ОО «Физическое развитие») (Л.Н. Волошина (УМК «ДошкольникБелогорья»))

- ребенок проявляет самостоятельность и инициативность в организации индивидуальных и коллективных подвижных игр;
- способен выбрать инвентарь, вид двигательной деятельности, участников совместной игровой деятельности;
- ребенок выполняет правила подвижных игр, способен к проявлению волевых усилий в достижении результата, следует социальным нормам поведения в условиях игрового взаимодействия;
- владеет определенными представлениями о национальных традициях физической культуры и здорового образа жизни;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности, передает через движения особенности конкретного образа.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности с детьми. (Приложение 1)

2.2. План взаимодействия с семьями воспитанников.

| № п/п | Мероприятия | Сроки проведения | Ответственный |
|----------|---|---------------------|---------------|
| 1 | Консультация «Физическое развитие и подготовленность ребёнка» | Сентябрь | Золотых И.Н. |

| | | | |
|----|---|---------|--------------|
| 2 | Консультация «Играем в Городки» | Октябрь | Золотых И.Н. |
| 3 | Консультация «Как заинтересовать ребенка зарядкой»» | Ноябрь | Золотых И.Н. |
| 4 | Консультация «Как провести с ребенком выходной день с пользой для здоровья» | Декабрь | Золотых И.Н. |
| 5 | Консультация «Учимся правильно дышать»» | Январь | Золотых И.Н. |
| 6 | Консультация «Семья на лыжне»» | Февраль | Золотых И.Н. |
| 7 | Совместный музыкально-спортивный досуг «Страну родную защищаем» | февраль | Золотых И.Н. |
| 8 | Фтот- выставка «Физкультурный уголок в квартире» | Март | Золотых И.Н. |
| 9 | Консультация «Воспитываем детей здоровыми» | Апрель | Золотых И.Н. |
| 10 | Консультация «Как привить ребенку любовь к спорту» | Май | Золотых И.Н. |
| 11 | Консультация «Отдых с ребенком летом». | Июнь | Золотых И.Н. |
| 12 | Консультация «Летние игры во дворах» | Июль | Золотых И.Н. |
| 13 | Рекомендации «Развиваем выносливость летом!» | Август | Золотых И.Н. |

III.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Учебный план

| Образовательная область. Направления деятельности | Количество занятий в неделю | | | |
|--|-----------------------------|----------------|--|---|
| | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа (общеразвивающей /компенсирующей направленности) | Подготовительная группа (общеразвивающей, комбинированной / компенсирующей направленности) |
| «Физическое развитие» (физическая культура) | 3 | | 3 (1 на воздухе) | |
| Всего в неделю | 3 ООД | | | |
| Объем учебной недельной нагрузки | 30 мин | 40 мин | 50 мин/40 минут | 60 мин/50 минут |
| Количество занятий в год | 73 | 72 | 72/71 | 71/72/73 |

3.2. Расписание занятий

| дни недели | время | группа |
|--------------------|-------------|---|
| понедельник | 9.00-9.20 | Группа №10 (для детей 4-5 лет) |
| | 9.25-9.45 | Группа №5 (для детей 4-5 лет) |
| | 9.50-10.05 | Группа 6 (для детей 3-4 лет) |
| | 10.15-10.40 | Группа №9 (для детей 5-6 лет) |
| | 15.35-16.05 | Проведение тематических досугов Индивидуальная работа с детьми |
| вторник | 9.00-9.30 | Группа №11 (для детей 6-7 лет) |
| | 9.35-9.50 | Группа №6 (для детей 3-4 лет) |
| | 9.55-10.25 | Группа №8 (разновозрастная ТНР) |
| | 10.35-11.00 | Группа №7 (разновозрастная ЗПР) Группа №2 (разновозрастная РАС) |
| | 15.35-16.05 | Проведение тематических досугов Индивидуальная работа с детьми |
| среда | 9.00-9.30 | Группа №8 (разновозрастная ТНР) |
| | 9.40-10.05 | Группа №7 (разновозрастная ЗПР) |
| | 10.20-10.50 | Группа №3 (разновозрастная. слабослышащие) |
| | 15.35-16.05 | Проведение тематических досугов Индивидуальная работа с детьми |
| четверг | 9.00-9.25 | Группа №9 (для детей 5-6 лет) Группа №3 (разновозрастная. слабослышащие) |
| | 9.30-9.50 | Группа №10 (для детей 4-5 лет) |
| | 9.55-10.15 | Группа №5 (для детей 4-5 лет) |
| | 10.20-10.50 | Группа №11 (для детей 6-7 лет) Группа №2 (разновозрастная РАС) |
| | 15.35-16.05 | Проведение тематических досугов Индивидуальная работа с детьми |
| пятница | 9.00-9.15 | Группа №6 (для детей 3-4 лет) |
| | 9.25-9.45 | Группа №5 (для детей 4-5 лет) |
| | 10.00-10.20 | Группа №10 (для детей 4-5 лет) |
| | 15.35-16.05 | Проведение тематических досугов Индивидуальная работа с детьми |

3.3. Сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах

| Формы организации | Младшая группа | Средняя группа | Старшая группа (общеразвивающей /компенсирующей направленности) | Подготовительная группа (общеразвивающей, компенсирующей направленности) |
|--|-----------------------------|-----------------------------|--|---|
| 1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада | | | | |
| 1.1. Утренняя гимнастика | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| 2. Физкультурные ООД | | | | |
| 2.1 ООД в спортивном зале | 3 раза в неделю по 15 минут | 3 раза в неделю по 20 минут | 2 раза в неделю по 25/20 минут | 2 раза в неделю по 30/25 минут |
| 2.2 ООД на свежем воздухе | | | 1 раз в неделю по 25/20 минут | 1 раз в неделю по 30/25 минут |
| 3. Спортивный досуг | | | | |
| 3.1 Спортивные праздники | - | Летом 1 раз в год | 2 раза в год | 2 раза в год |
| 3.2 Физкультурные досуги | 1 раз в квартал | 1 раз в месяц | | |
| 3.3 Дни здоровья | 1 раз в квартал | | | |

**Перспективно - тематическое планирование
в старшей группе общеразвивающей направленности,
образовательная область «Физическое развитие»
на 2024-2025 г.**

СЕНТЯБРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|----------|---|--|---|--|
| Сентябрь | «Детский сад» 01.09.- 16.09.2024 г. | <p style="text-align: center;"><u>«Сбор урожая»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходить по ограниченной поверхности с дополнительными заданиями; - упражнять детей в прыжках из обруча в обруч; - закрепить умение лазать по лестнице с усложнением; - развивать ловкость и быстроту реакции в беге с изменением темпа движения; - знакомство с профессиями работников детского сада; - воспитывать дружеские отношения в игре | <p>Мячи среднего диаметра — по количеству детей; скамейка — 1 шт.; корзина — 1 шт.; обручи — 8 шт.; съемная лестница — 1 шт.; лестница стационарная</p> | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 274 |
| | | <p style="text-align: center;"><u>«Хотим быть активными и ловкими»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей ходить по ограниченной поверхности с дополнительными заданиями; - совершенствовать умение детей в | <p>Мячи среднего диаметра — по количеству детей; скамейка — 1 шт.; корзина — 1 шт.; обручи — 8 шт.; съемная лестница — 1 шт.; лестница стационарная</p> | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 274 |

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | | <p>прыжках из обруча в обруч; - совершенствовать умение лазать по лестнице с усложнением; - развивать ловкость и быстроту реакции в беге с изменением темпа движения; - знакомство с профессией хлебороба; - воспитывать дружеские отношения в игре</p> <p><u>«Ловкие ручки»</u> Программное содержание: - научить детей подбрасывать мяч вверх, бросать о пол и ловить его, не прижимая к груди; - упражнять в ходьбе по скамейке с перешагиванием через предметы; - закрепить умение прыгать на 2-х ногах с продвижением вперед с дополнительным заданием; - развивать ловкость в эстафете с подлезанием; - воспитывать стремление выполнять упражнения, используя творческое воображение</p> <p><u>«Мой веселый звонкий мяч»</u> Программное содержание: - упражнять детей в подбрасывании мяча вверх, бросать о пол и ловить его, не прижимая к груди; - упражнять в ходьбе по скамейке, держа мяч над головой; - закрепить умение прыгать на 2-х ногах с продвижением вперед с</p> | <p>Мячи среднего диаметра — по количеству детей; скамейка; модули — 3 шт.; кегли — 8-10 шт.; флажки — 2 шт.; дуги — 2 шт.</p> <p>Мячи среднего диаметра — по количеству детей; скамейка; модули — 3 шт.; кегли — 8-10 шт.; флажки — 2 шт.; дуги — 2 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 278</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 278</p> |
|--|--|---|---|---|

| | | | |
|--|---|--|---|
| | <p>дополнительным заданием;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость в эстафете с подлезанием; - воспитывать стремление выполнять упражнения, используя творческое воображение <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения; - вызвать интерес к этой замечательной игре; - учить простейшим техническим действиям с мячом: удару, передаче, ведению мяча; способствовать развитию ловкости, быстроты, координационных способностей, выносливости; - воспитывать интерес к действиям с мячом <p><u>«Мы растем здоровыми»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить перекатом с пятки на носок; - научить детей ползать на четвереньках между предметами; - упражнять в подбрасывании и ловле мяча; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке на носках; - развивать скорость реакции и прыгучесть; - знакомство с развитием спорта в | <p>Футбольные мячи на каждого ребенка, кегли</p> <p>Скакалки — по количеству детей; кегли — 8-10 шт.; мячи — 10-12 шт.</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.76</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 281</p> |
|--|---|--|---|

| | | | |
|--|--|--|---|
| | <p>городе; - воспитывать собранность и внимательность на НОД по физкультуре</p> <p><u>«Мы растем здоровыми»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить перекатом с пятки на носок; - упражнять детей в ползании на четвереньках между предметами; - упражнять в подбрасывании и ловле мяча; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке на носках; - развивать скорость реакции и прыгучесть; - знакомство с развитием спорта в городе; - воспитывать собранность и внимательность на НОД по физкультуре <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость, прыгучесть, глазомер; - тренировать скорость реакции на звуковой сигнал; - воспитывать уважительное отношение к товарищам; - прививать интерес к двигательной активности и потребность к | <p>Скакалки — по количеству детей; кегли — 8-10 шт.; мячи — 10-12 шт.</p> <p>Овощи-муляжи — по количеству детей; мячи большого диаметра — 2 шт.; фишки — 2 шт.; дуги — 2 шт.; скамейки — 2 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 281</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 285</p> |
|--|--|--|---|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | <p>ежедневным спортивным упражнениям</p> <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к этой замечательной игре; - упражнять в выполнении простейших технических действий с мячом: удару, передаче, ведению мяча; способствовать развитию ловкости, быстроты, координационных способностей, выносливости; - воспитывать интерес к действиям с мячом | <p>Футбольные мячи на каждого ребенка, кегли</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.76</p> |
|--|--|--|--|--|

ОКТЯБРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|---------|--|--|---|--|
| Октябрь | <p>«Осень. Осенние настроения» 03.10.-14.10.2024 г.</p> | <p><u>«Экскурсия в осенний лес»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение бегать с преодолением препятствий; - научить детей ходить по шнуру, сохраняя равновесие; - упражнять детей в бросании мяча о пол одной рукой; - закрепить навык ползания на четвереньках между предметами; | <p>Скакалки — по количеству детей; кегли — 8-10 шт.; мячи — 10-12 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 287</p> |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - расширять знания детей о сезонных изменениях в природе; - воспитывать внимательность и умение четко реагировать на команду преподавателя <p><u>«Отправляемся в путешествие»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать формировать умение бегать с преодолением препятствий; - упражнять детей ходить по шнуру, сохраняя равновесие; - упражнять детей в бросании мяча о пол одной рукой; - совершенствовать навык ползания на четвереньках между предметами; - воспитывать культуру общения; - воспитывать внимательность и умение четко реагировать на команду преподавателя <p><u>«Мы – сильные и ловкие»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение выполнять повороты на месте прыжком; - научить детей лазать по лестнице разноименным способом; - упражнять в ходьбе по шнуру, сохраняя правильную осанку; - закрепить умение отбивать мяч о пол (с усложнением); - расширять знания детей о | <p>Скакалки — по количеству детей; кегли — 8-10 шт.; мячи — 10-12 шт.</p> <p>Мячи большого диаметра — по количеству детей; лестница — несколько пролетов; шнур</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 287</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 290</p> |
|--|--|---|--|---|

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | <p>некоторых овощах, фруктах, ягодах, грибах;</p> <p>- воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений</p> <p><u>«Мы – ловкие и сильные»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <p>- продолжать формировать умение выполнять повороты на месте прыжком;</p> <p>- упражнять детей лазать по лестнице разноименным способом;</p> <p>- закреплять умение ходить по шнуру, сохраняя правильную осанку;</p> <p>- совершенствовать умение отбивать мяч о пол (с усложнением);</p> <p>- воспитывать культуру общения;</p> <p>- воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений</p> <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <p>- продолжать формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача, обводка, остановка движущегося мяча ногой, удар мяча по воротам, удары по неподвижному мячу ногой, ведение мяча;</p> <p>- развивать быстроту, ловкость, выносливость;</p> | <p>Мячи большого диаметра — по количеству детей; лестница — несколько пролетов; шнур</p> <p>Мячи, обручи на каждого ребенка, длинная веревка, 10 кубиков или кеглей, 2 флажка</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 290</p> <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.78</p> |
|--|--|--|---|---|

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | <p>- воспитывать умение выполнять упражнения в паре</p> <p><u>«Мы со спортом крепко дружим»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться в два круга; - научить детей перепрыгивать предметы; - упражнять в лазании по гимнастической стенке разноименным способом; - развивать равновесие в ходьбе по шнуру; - развивать глазомер и ловкость в игре с мячом; - знакомство с предметами, которые нас окружают; - воспитывать внимательность при выполнении двигательной деятельности <p><u>«Мы и спорт»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать формировать умение перестраиваться в два круга; - упражнять детей в перепрыгивании предметов; - упражнять в лазании по гимнастической стенке разноименным способом; - развивать равновесие в ходьбе по шнуру; - развивать глазомер и ловкость в | <p>Мягкие модули, гимнастическая стенка, шнур, мячи</p> <p>Мягкие модули, гимнастическая стенка, шнур, мячи</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 294</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 294</p> |
|--|--|--|---|---|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | <p>игре с мячом; - знакомство с предметами, которые нас окружают; - воспитывать внимательность при выполнении двигательной деятельности</p> <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u> Программное содержание: - познакомить детей с расчетом на первый-второй; - развивать равновесие, прыгучесть, скоростные качества, ловкость; - укреплять силу мышц; - воспитывать интерес к физкультуре и потребность в ежедневных упраж.</p> <p><u>«Играем в футбол»</u> Программное содержание: - продолжать формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача, обводка, остановка движущегося мяча ногой, удар мяча по воротам, удары по неподвижному мячу ногой, ведение мяча; - развивать быстроту, ловкость, выносливость; - воспитывать умение выполнять упражнения в паре</p> | <p>Мячи, обручи на каждого ребенка, длинная веревка, 10 кубиков или кеглей, 2 флажка</p> <p>Футбольные мячи</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 297</p> <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.78</p> |
|--|--|---|--|

НОЯБРЬ

| | |
|--|--|
| | 1. День прыгуна - 1 ноября День здоровья - 3 ноября |
|--|--|

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|--------|--|--|---|---|
| Ноябрь | «Мир игры» 07.11.- 18.11.2024 г. | <p><u>«Путешествие по родному городу»</u> Программное содержание: - научить детей ходить по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добиваясь ритмичности и легкости выполнения; - закрепить умение лазать по гимнастической лестнице с дополнительным заданием; - развивать глазомер, прокатывая мяч в цель; - осуществлять профилактику плоскостопия; - формировать умение говорить о себе в первом лице; - воспитывать смелость и внимательность</p> <p><u>«В путешествие идем»</u> Программное содержание: - упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - упражнять в прыжках через предметы с усложнением, добиваясь ритмичности и легкости выполнения; - закрепить умение лазать по гимнастической лестнице с дополнительным заданием; - развивать глазомер, прокатывая мяч в цель; - осуществлять профилактику плоскостопия;</p> | <p>Разноцветные ленты — по количеству детей; модули — 6 шт.; лестница; доска; «яблочки» пластмассовые — 3 шт.; платочки — по количеству детей</p> <p>Разноцветные ленты — по количеству детей; модули — 6 шт.; лестница; доска; «яблочки» пластмассовые — 3 шт.; платочки — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 299</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 299</p> |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение говорить о себе в первом лице; - воспитывать смелость и внимательность <p><u>«Играем в настольный теннис»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с инвентарем для настольного тенниса; - развивать ловкость, быстроту, согласованность движений, глазомер; - развивать гендерные представления; - развивать представления о своей семье; - воспитывать целеустремленность, настойчивость <p><u>«Будем спортом заниматься»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться в три колонны с места; - научить детей перебрасывать мяч в парах снизу и от груди; - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы; - знакомить с профессиями взрослых; - воспитывать у детей стремление выполнять физкультурные упражнения эстетично <p><u>«Будем спортом заниматься»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать формировать умение перестраиваться в три колонны с места; - упражнять детей в перебрасывании мяча в парах снизу и от груди; | <p>Теннисные мячи, ракетки на каждого ребенка, 2 больших мяча</p> <p>Разноцветные ленты — по количеству детей; мячи — 10-12 шт.; лестница</p> <p>Разноцветные ленты — по количеству детей; мячи — 10-12 шт.; лестница</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.130</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 303</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 303</p> |
|--|---|---|---|

| | | | | |
|--|---|--|--|--|
| | <p>«Моя семья. День матери» 21.11.- 30.11.2024г.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - закрепить умение выполнять пружинистые прыжки через предметы; - знакомить с профессиями взрослых; - воспитывать у детей стремление выполнять физкультурные упражнения эстетично <p><u>«Дружим с физкультурой»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать у детей представление о расхождении из колонны, о четких поворотах на углах зала; - упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; - упражнять в перебрасывании мяча в парах, добиваясь необходимой траектории полета мяча; - развивать равновесие и ловкость; - способствовать тренировке вестибулярного аппарата; - воспитывать интерес к сказкам; - воспитывать собранность и внимательность <p><u>«Играем в настольный теннис»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать «чувство мяча», умение держать ракетку, действовать с ракеткой, выполнять простейшие движения с мячом и ракеткой; - развивать ловкость, быстроту, согласованность движений, глазомер; - закрепить знания детей о свойствах целлулоидного мяча; | <p>Скамейки; обручи — 2 шт.; мячи 10-12 шт.</p> <p>Теннисные мячи, ракетки на каждого ребенка, 2 обруча, резиновый мяч</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 305</p> <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.132</p> |
|--|---|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | - воспитывать умение взаимодействовать | | |
|--|--|--|--|--|

ДЕКАБРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|---------|--|---|--|---|
| Декабрь | «Начало зимы» 01.12.- 16.12.2024г. | <p><u>« Мы - туристы»</u> Программное содержание: - формировать умение рассчитывать на 1-й, 2-й, 3-й и перестраиваться по расчету; - научить детей сохранять равновесие при приземлении с высоты в обозначенное место; - развивать мышцы рук, ползая по скамейке на животе, подтягиваясь руками; - закрепить умение перебрасывать мяч любым способом и ловить его; - воспитывать решительность</p> <p><u>« Отправляемся в поход»</u> Программное содержание: Программное содержание: - закреплять умение рассчитывать на 1-й, 2-й, 3-й и перестраиваться по расчету; - закреплять умение детей сохранять равновесие при приземлении с высоты в обозначенное место; - развивать мышцы рук, ползая по скамейке на животе, подтягиваясь руками; - закрепить умение перебрасывать мяч любым способом и ловить его; - воспитывать решительность</p> <p><u>«Играем с мячом»</u></p> | <p>Модули — 4-5 шт.; доска; кирпичики — 6 шт.; скамейки — 2 шт.; сетка; 4 обручи — 2 шт.; платочки — по количеству детей</p> <p>Модули — 4-5 шт.; доска; кирпичики — 6 шт.; скамейки — 2 шт.; сетка; обручи — 2 шт.; платочки — по количеству детей</p> <p>Гимнастическая скамейка — 2</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 311</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 311</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в</p> |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| | <p>«К нам приходит Новый год» 19.12.- 23.12.2024г.</p> | <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять броски мяча о пол при ходьбе по гимнастической скамейке; - упражнять в прыжках с высоты в обозначенное место; - развивать ловкость, прокатывая мяч головой, ползая на четвереньках; - воспитывать умение выполнять физупражнения с партнером <p><u>«Играем с мячом»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в выполнении бросков мяча о пол при ходьбе по гимнастической скамейке; - закрепить умение перебрасывать мяч любым способом и ловить его; - развивать ловкость, прокатывая мяч головой, ползая на четвереньках; - воспитывать умение выполнять физупражнения с партнером <p><u>«Веселая игра – хоккей»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с увлекательной игрой хоккей; - вызвать интерес и желание научиться этой игре; - учить подбирать клюшку, держать ее правильно, вести шайбу разными способами, бросать шайбу в цель с расстояния 2-3 м; - развивать точность, глазомер, координационные способности, обучать действиям вдвоем <p><u>«Занимаемся физкультурой»</u></p> | <p>шт.; мячи — 10-12 шт.; обруч</p> <p>Гимнастическая скамейка — 2 шт.; мячи — 10-12 шт.; обруч</p> <p>Клюшки, шайбы на каждого ребенка, кегли, малые мячи</p> <p>Гимнастический скамейки — 2</p> | <p>детском саду, стр. 315</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 315</p> <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.32</p> <p>Литвинова О.М.</p> |
|--|---|---|---|---|

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | <p>«Новогодние каникулы» 26.12.- 30.12.2024г.</p> | <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей перелезать через бум правым и левым боком; - упражнять в ходьбе с продвижением вперед с отбиванием мяча о пол и ловлей его; - развивать ловкость, прыгучесть в прыжках со скамейки и обратно; - развивать глазомер в бросках по движущейся цели и умение уворачиваться от летящего мяча <p><u>«Дружим с физкультурой»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в перелезании через бум правым и левым боком; - упражнять в ходьбе с продвижением вперед с отбиванием мяча о пол и ловлей его; - развивать ловкость, прыгучесть в прыжках со скамейки и обратно; - развивать глазомер в бросках по движущейся цели и умение уворачиваться от летящего мяча <p><u>«Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать у детей умение перестраиваться из одной шеренги в две; - совершенствовать навык ловли и броска мяча; - развивать мышечную силу; - развивать ловкость, прыгучесть; - воспитывать умение контролировать свои эмоции в командных играх <p><u>«Веселая игра – хоккей»</u></p> | <p>шт.; мяч — 10-12 шт.; мячи маленького диаметра — 2 шт.</p> <p>Гимнастический скамейки — 2 шт.; мяч — 10-12 шт.; мячи маленького диаметра — 2 шт.</p> <p>Обручи — на один меньше присутствующих детей; 2 скамейки; короткие шнуры — 12 шт.; мячи большого диаметра — 2 шт.; теннисные шарики — 12 шт.; стационарные спортивные снаряды</p> <p>Клюшки, шайбы, кегли на каждого</p> | <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 321</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 321</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 323</p> <p>Волошина Л.Н. Играйте</p> |
|--|--|--|---|--|

| | | | | |
|--|--|---|---------|---------------------|
| | | <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомить детей с увлекательной игрой хоккей; - вызвать интерес и желание научиться этой игре; - упражнять в ведении шайбы разными способами, бросать шайбу в цель с расстояния 2-3 м; - развивать точность, глазомер, координационные способности, обучать действиям вдвоем | ребенка | на здоровье, стр.34 |
|--|--|---|---------|---------------------|

ЯНВАРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|--------|---|---|--|---|
| Январь | «Рождественское чудо» 09.01.-13.01.2025г. | <p><u>« Забавы Зимушки-Зимы»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с имитационной ходьбой лыжника; - научить броскам вдаль, добиваясь высокой траектории полета; - упражнять ползанию по наклонной доске; - развивать равновесие в ходьбе по буму с выполнением дополнительного задания; - способствовать развитию ловкости и выносливости <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять активный взмах | <p>Скамейка; бум; доска; мячи малого диаметра — по количеству детей</p> <p>Доска; мячи малого диаметра — по количеству детей; корзина; лестница; голограмма прыжка в</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 326</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 330</p> |

| | | | |
|--|--|---|--|
| | <p>руками и энергичное отталкивание в прыжках в длину с места;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в метании в горизонтальную цель, добиваясь меткого выполнения; - развивать равновесие в ходьбе по наклонной поверхности с дополнительным заданием; - способствовать развитию ловкости; - воспитывать внимательность при выполнении сложнокоординированных упражнений <p><u>«Играем в хоккей»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ведении шайбы разными способами, бросать шайбу в цель с расстояния 2-3 м; - развивать точность, глазомер, координационные способности <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места; - развивать ритм при выполнении упражнений под современную музыку; <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение ходить перекатом с пятки на носок; | <p>длину с места</p> <p>Клюшки, шайбы, кегли на каждого ребенка</p> <p>Гимнастическая скамейка, «бревнышки» — 3 шт.; мячи маленького диаметра — по количеству детей; гимнастическая стенка</p> <p>Гимнастические скамейки— 2 шт.; фишки — 2 шт.; обручи — 2 шт.; дуги — 4 шт.; колокольчики — 4 шт.; корзины напольные — 2 шт.; мячи — маленького диаметра — по</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.32, 34</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 332</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 339</p> |
|--|--|---|--|

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в прыжках в длину с места, метании в горизонтальную цель, подлезании; - побуждать детей совершенствовать двигательные навыки в соревновательной деятельности; - воспитывать ответственность за свои действия <p style="text-align: center;"><u>«Играем в хоккей»</u></p> <p style="text-align: center;">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ведении шайбы разными способами, бросать шайбу в цель с расстояния 2-3 м; - развивать точность, глазомер, координационные способности | <p>количеству детей; мел; стационарные снаряды; «снежок»</p> <p>Клюшки, шайбы, кегли на каждого ребенка</p> | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.32, 34 |
|--|--|---|---|---|

ФЕВРАЛЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|---------|--|---|---|--|
| Февраль | <p>«Книга Памяти»</p> <p>30.01.- 03.02.2025г.</p> | <p style="text-align: center;"><u>«Пожарные на учении»</u></p> <p style="text-align: center;">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей с ходьбой шеренгой; - научить (упражнять) ползать по-пластунски; - развивать равновесие, выполняя бег по буму с дополнительным заданием; - развивать ловкость в прыжках через неподвижную длинную скакалку; - воспитывать умение ориентироваться в | <p>Гимнастические палки — по количеству детей; гимнастическая скамейка; кубики — 3—4 шт.; длинная скакалка; платочки — на каждого ребенка</p> | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 342 |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | <p>пространстве.</p> <p><u>«Мы - пожарные»</u> Программное содержание: - упражнять детей в ходьбе шеренгой; - упражнять ползать по-пластунски; - развивать равновесие, выполняя бег по буму с дополнительным заданием; - развивать ловкость в прыжках через неподвижную длинную скакалку; - воспитывать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p><u>«Традиционная структура ОД»</u> Программное содержание: - научить детей прыгать через длинную скакалку; - упражнять в ползании по-пластунски; - развивать равновесие в ходьбе по буму с выполнением задания; - продолжать формировать правильную осанку; - воспитывать внимательность и собранность.</p> <p><u>«Традиционная структура ОД»</u> Программное содержание: - упражнять детей прыгать через длинную скакалку; - упражнять в ползании по-пластунски; - развивать равновесие в ходьбе по буму с выполнением задания; - продолжать формировать правильную осанку; - воспитывать внимательность и</p> | <p>Гимнастические палки — по количеству детей; гимнастическая скамейка; кубики — 3—4 шт.; длинная скакалка; платочки — на каждого ребенка</p> <p>Кегли — 8 шт.; гимнастические палки — по количеству детей; бум; модули — 3-4 шт.; длинная скакалка; мешочки с песком — 2 шт</p> <p>Кегли — 8 шт.; гимнастические палки — по количеству детей; бум; модули — 3-4 шт.; длинная скакалка; мешочки с песком — 2 шт</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.342</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 346</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 346</p> |
|--|--|--|---|--|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | <p>«Защитники Отечества»</p> <p>20.02.- 28.02.2025г.</p> | <p>собранность</p> <p><u>«Учимся играть в «Городки»»</u> Программное содержание: -познакомить детей с историей возникновения игры в городки, с инвентарем ; -учить правильной стойке городошника; -учить действиям с битой, способом броска на дальность, в цель, умение строить городошные фигуры; -развивать силу, координацию движений, глазомер</p> <p><u>ОД с элементами азробики</u> Программное содержание: - научить (упражнять) детей выполнять упражнения на гимнастических кольцах; - упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку, добиваясь энергичного отталкивания мяча пальцами рук; - закрепить умение ползать по-пластунски; - способствовать развитию чувства ритма; - воспитывать внимательность.</p> <p><u>ОД, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u> Программное содержание: -познакомить детей с построением в шеренгу и в колонну по диагонали и с расчетом на первый-второй в движении; - развивать ловкость и глазомер, прокатывая мяч ногой в заданном направлении; - совершенствовать умение лазать по</p> | <p>Биты, городки</p> <p>Кольца гимнастические; мячи большого диаметра — 10-12 шт.; сетка</p> <p>Мячи среднего диаметра — 4 шт.; скамейки — 2 шт.; обруч -2 шт.; воротики — 2 шт.; 2-3 пролета лестницы; колокольчики — 2-3 шт.; стационарные снаряды; «снежок»</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.93</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 348</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 350</p> |
|--|--|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|---------------|---|
| | | <p>гимнастической лестнице; - воспитывать умение использовать полученные навыки в соревновательной деятельности</p> <p><u>«Учимся играть в «Городки»</u> Программное содержание: -упражнять в правильной стойке городошника; -упражнять действиям с битой, способом броска на дальность, в цель, умение строить городошные фигуры; -развивать силу, координацию движений, глазомер</p> | Биты, городки | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.93 |
|--|--|---|---------------|---|

МАРТ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|-------|--|---|--|--|
| Март | «Красота в искусстве и жизни» 01.03.-10.03.2025г. | <p><u>«Мы - юные циркачи»</u> Программное содержание: - познакомить детей (упражнять) с построением в один и два круга; - научить (упражнять) детей выполнять активный взмах руками и энергичное отталкивание, прыгая вверх с разбега; - совершенствовать умение бросать и ловить мяч в парах через сетку; - упражнять детей в лазании по шесту; - развивать ловкость при ведении мяча ногами (ф/б вариант); - воспитывать смелость.</p> | Гантели - по 2 шт. на каждого ребенка; воздушный шарик; шест; мячи - по количеству детей; сетка волейбольная; платочки — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 353 |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | <p align="center"><u>«В цирке»</u></p> <p align="center">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в построении в один и два круга; - упражнять детей в выполнении активного взмаха руками и энергичном отталкивании, прыгая вверх с разбега; - совершенствовать умение бросать и ловить мяч в парах через сетку; - упражнять детей в лазании по шесту; - развивать ловкость при ведении мяча ногами (ф/б вариант); - воспитывать смелость. <p align="center"><u>«Городки»</u></p> <p align="center">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -знакомить детей с правилами безопасной игры; -научить действиям с битой - прицел, замах, бросок; -закреплять умение строить городошные фигуры; -развивать силу, выносливость. Глазомер <p align="center"><u>ОД традиционная структура</u></p> <p align="center">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей (упражнять) с ходьбой скрестным шагом и бегом спиной вперед; - научить (упражнять) детей перебрасывать малый мяч из одной руки в другую; - упражнять в прыжках вверх с касанием предмета, подбирая разбег; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием | <p>Гантели - по 2 шт. на каждого ребенка; воздушный шарик; шест; мячи - по количеству детей; сетка волейбольная; платочки — по количеству детей</p> <p>Биты, городки</p> <p>Надувной шар; мячи маленького диаметра - по количеству детей; бруски - 6 шт.; гимнастическая скамейка</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.96</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 356</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 356</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 358</p> |
|--|--|--|---|---|

| | | | | |
|--|--------------------------|--|---|--|
| | | предметов боком. | | |
| | | <p><u>ОД традиционная структура</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе скрестным шагом и бегом спиной вперед; - упражнять детей в перебрасывании малого мяча из одной руки в другую; - упражнять в прыжках вверх с касанием предмета, подбирая разбег; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов боком. | Надувной шар; мячи маленького диаметра - по количеству детей; бруски - 6 шт.; гимнастическая скамейка | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 358 |
| | Книжкина неделя» | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей лазать по канату; - упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую; - закрепить навык прыжка вверх с разбега с касанием предмета; - развивать у детей чувство ритма; - воспитывать внимательность; смелость. | Флажок; мячи малого диаметра — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 361 |
| | 13.03.- 24.03.2025 г. | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в лазании по канату; - упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую; - закрепить навык прыжка вверх с разбега с касанием предмета; - развивать у детей чувство ритма; - воспитывать внимательность; смелость. | Флажок; мячи малого диаметра — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.363 |
| | «Юмор в нашей | <u>ОД, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u> | Скамейка; мячи малого диаметра — | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| | жизни» 27.03- 31.03.2025г. | Программное содержание: - развивать глазомер; прыгучесть; ловкость; умение увертываться; - воспитывать интерес к занятиям физической культурой. <u>«Городки»</u> Программное содержание: -знакомить детей с правилами безопасной игры; -упражнять в выполнении действий с битой - прицел, замах, бросок; -закреплять умение строить городошные фигуры; -развивать силу, выносливость. глазомер | 10-12 шт. обручи - 2 шт.; мешочки с песком; стационарные спортивные снаряды; кегли — 2 шт. Биты, городки | детском саду, стр.363 Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.96 |
|--|---|--|---|--|

АПРЕЛЬ

День здоровья – 7 апреля

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|--------|--|---|---|--|
| Апрель | «Тайна третьей планеты» 10.04.- 14.04.2025 г. | <u>«Мы — космонавты»</u> Программное содержание: - научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега, акцентируя внимание на отталкивании одной ногой и приземлении на две ноги; - упражнять в подлезании под дуги; - развивать ловкость и координацию при перебрасывании мяча из руки в руку в движении по ограниченной поверхности; - развивать ориентировку в пространстве; - воспитывать у детей способность оценивать свои действия и движения товарищей. <u>«Мы в космосе»</u> | Обручи — по количеству детей; стойки и резиночка; дуги — 3 шт.; мячи малого диаметра — по количеству детей; платочки — по количеству детей Обручи — по количеству детей; | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 364 |

| | | | | |
|--|--|---|---|--|
| | | <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в выполнении прыжка в высоту с разбега, акцентируя внимание на отталкивании одной ногой и приземлении на две ноги; - упражнять в подлезании под дуги; - развивать ловкость и координацию при перебрасывании мяча из руки в руку в движении по ограниченной поверхности; - развивать ориентировку в пространстве; - воспитывать у детей способность оценивать свои действия и движения товарищей. <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение (упражнять) перестраиваться в пары в движении - научить детей ловить и бросать набивной мяч; - упражнять детей в прыжках в высоту с разбега, добиваясь активного взмаха согнутой ногой и руками при отталкивании; - закрепить умение пролезать в обручи боком, не касаясь руками пола и обода обруча головой; - способствовать развитию скоростных качеств; - развивать силу мышц рук и выносливость. <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение перестраиваться в пары в движении - упражнять детей в ловле и бросании | <p>стойки и резиночка; дуги — 3 шт.; мячи малого диаметра — по количеству детей; платочки — по количеству детей</p> <p>Обручи — по количеству детей; стойки и резиночка; обручи — 4 шт.; набивные мячи 2 шт.</p> <p>Обручи — по количеству детей; стойки и резиночка; обручи — 4 шт.; набивные мячи 2 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 364</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 368</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 368</p> |
|--|--|---|---|--|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>набивного мяча;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в прыжках в высоту с разбега, добиваясь активного взмаха согнутой ногой и руками при отталкивании; - закрепить умение пролезать в обручи боком, не касаясь руками пола и обода обруча головой; - способствовать развитию скоростных качеств; - развивать силу мышц рук и выносливость. <p><u>Играем в баскетбол</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -продолжать знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; -закреплять навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; -добиваться точности, качества в их выполнении; -способствовать развитию быстроты. координации <p><u>ОД с элементами аэробики</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить (упражнять) детей держать «угол» в висе на гимнастической стенке; - развивать скоростно-силовые качества в бросках набивного мяча; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега, добиваясь мягкого приземления и сохранения равновесия после прыжка; - воспитывать стремление выразительно выполнять танцевальные движения. | <p>3 разноцветных флажка, 2 обруча, 2 кегли, мячи на каждого ребенка</p> <p>Гимнастическая стенка — несколько пролетов; набивные мячи; стойки и резиночка; мел</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.53</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.370</p> |
|--|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение у детей держать «угол» в вися на гимнастической стенке; - развивать скоростно-силовые качества в бросках набивного мяча; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега, добиваясь мягкого приземления и сохранения равновесия после прыжка; - воспитывать стремление выразительно выполнять танцевальные движения. | <p>Гимнастическая стенка — несколько пролетов; набивные мячи; стойки и резиночка; мел</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.370</p> |
| | | <p><u>ОД построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение увертываться от догоняющего - совершенствовать умение ориентироваться в пространстве; - развивать ловкость, прыгучесть, выносливость; - воспитывать способность управлять своими эмоциями | <p>Поролоновые модули — 6-8 шт.; фишки - 2 шт.; кегли — 10 шт.; ракетки бадминтонные — 2 мм и 10 волачики — 2 шт.; ленты короткие — по количеству играющих</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.373</p> |
| | | <p><u>Играем в баскетбол</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; - закреплять навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; - добиваться точности, качества в их выполнении; - способствовать развитию быстроты, координации | <p>3 разноцветных флажка, 2 обруча, 2 кегли, мячи на каждого ребенка</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.53</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

МАЙ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|-------|---|---|--|--|
| Май | «День Победы» 02.05.- 12.05.2025 г. | <p style="text-align: center;"><u>«Олимпийские звезды»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить (упражнять) детей с челночным бегом; - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове; - развивать скоростно-силовые качества, бросая набивной мяч; - воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности | Длинный шнур; мат; набивные мячи – 2 шт.; Мешочки с песком; стойки и веревка; мячи; платочки | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.376 |
| | | <p style="text-align: center;"><u>«Олимпийские звезды»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в выполнении челночного бега; - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове; - развивать скоростно-силовые качества, бросая набивной мяч; - воспитывать интерес к совместной двигательной деятельности | Длинный шнур; мат; набивные мячи – 2 шт.; Мешочки с песком; стойки и веревка; мячи; платочки | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 376 |
| | | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура ОД.</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить детей (упражнять) с размыканием из одной колонны в 3 приставным шагом; - научить (упражнять) детей выполнять прыжок в высоту с разбега, подбирая толчковую ногу; | Длинный шнур; веревочная мат; гимнастическая скамейка; стойки и веревка | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 379 |
| | «Народная культура и | | | |

| | | | | |
|--|--|---|---|--|
| | <p>традиции» 15.05.- 19.05.2025 г.</p> | <p>- развивать равновесие в ходьбе по гимнастическому буму с дополнительным заданием; - способствовать тренировке выносливости.</p> <p><u>Традиционная структура ОД.</u> Программное содержание: - упражнять в размыкании из одной колонны в 3 приставным шагом; - упражнять детей в выполнении прыжка в высоту с разбега, подбирая толчковую ногу; - развивать равновесие в ходьбе по гимнастическому буму с дополнительным заданием; - способствовать тренировке выносливости</p> <p><u>Играем в баскетбол</u> Программное содержание: - учить технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловле мяча; - развивать быстроту, ловкость; - воспитывать внимание</p> <p><u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание: - познакомить детей с положением тела при старте на короткую дистанцию в беге; - упражнять в прыжках в длину с разбега, добиваясь активного взмаха руками при отталкивании и выноса ног вперед перед приземлением; - совершенствовать метание вдаль, добиваясь высокой траектории, необходимой для дальнего полета предмета.</p> <p><u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание: - упражнять детей в выполнении правильного</p> | <p>Длинный шнур; веревочная мат; гимнастическая скамейка; стойки и веревка</p> <p>3 цветных обруча, 2 кегли, 6 обручей одного цвета, мячи на каждого ребенка, 3 разноцветных флажка</p> <p>Теннисные мячи — 10-12 шт.; маты; кегли — 6 шт.</p> <p>Теннисные мячи — 10-12 шт.; маты; кегли — 6 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.379</p> <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.56</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.382</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.382</p> |
| | <p>«Мир технических чудес» 22.05.- 31.05.2025 г</p> | | | |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p>положения тела при старте на короткую дистанцию в беге;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в прыжках в длину с разбега, добиваясь активного взмаха руками при отталкивании и выноса ног вперед перед приземлением; - совершенствовать метание вдаль, добиваясь высокой траектории, необходимой для дальнего полета предмета. <p style="text-align: center;"><u>Играем в баскетбол</u></p> <p style="text-align: center;">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловле мяча; - развивать быстроту, ловкость; - воспитывать внимание | <p>3 цветных обруча, 2 кегли, 6 обручей одного цвета, мячи на каждого ребенка, 3 разноцветных флажка</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.56</p> |
|--|--|---|--|--|