

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 подготовительной 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 патристические 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 подготовительной 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.- 16.09.2024г. | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с продвижением вперед; - закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком; - способствовать тренировке внимательности, ловкости; - закреплять понятие игрушки; - воспитывать дружеские отношения в игре | Гимнастическая скамейка; обруч; ленты — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 386 |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с продвижением вперед; - закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком; - способствовать тренировке внимательности, ловкости; - закреплять понятие игрушки; | Гимнастическая скамейка; обруч; ленты — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 386 |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | - воспитывать дружеские отношения в игре | | |
| | | <p><u>«Мы-волейболисты»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в перебрасывании мяча через сетку двумя руками из-за головы; - упражнять в ходьбе гимнастическим шагом по скамейке с мячом, фиксируя его положение; - закрепить умение прыгать с мячом между колен; - развивать глазомер; - воспитывать интерес к физической культуре | <p>Мячи большого диаметра — по количеству детей; сетка волейбольная; скамейка; корзины напольные; платочки — по количеству детей.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 391</p> |
| | | <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить с правилами игры в футбол; - закрепить способы действия с мячом: удар, ведение, остановка; - учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками; - воспитывать интерес и желание играть в футбол <p><u>«Ловкие руки»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение детей в перебрасывании мяча через сетку двумя руками из-за головы; - совершенствовать умение детей в ходьбе гимнастическим шагом по | <p>Футбольные мячи на каждого ребенка, кегли, ворота</p> <p>Мячи большого диаметра — по количеству детей; сетка волейбольная; скамейка; корзины напольные; платочки — по количеству детей.</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.82</p> <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 391</p> |

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| | | <p>скамейке с мячом, фиксируя его положение;</p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить умение прыгать с мячом между колен; - развивать глазомер; - воспитывать интерес к физической культуре | | |
| | <p>«Моя малая родина. Мой город - Губкин!» 19.09.- 30.09.2024 г.</p> | <p><u>«Традиционная структура ОД»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать на высоких четвереньках по гимнастической скамейке; - упражнять в перебрасывании мяча через сетку от груди; - закрепить умение ходить по гимнастической скамье с дополнительными заданиями; - способствовать развитию ловкости, прыгучести; - познакомить со сменой времен года; - воспитывать смелость, решительность | <p>Гимнастическая скамейка, мячи на каждого ребенка</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 394</p> |
| | | <p><u>«Мы растем здоровыми»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ползании на высоких четвереньках по гимнастической скамейке; - совершенствовать умение детей в перебрасывании мяча через сетку от груди; - закрепить умение ходить по гимнастической скамье с дополнительными заданиями; - способствовать развитию ловкости, прыгучести; | <p>Гимнастическая скамейка, мячи на каждого ребенка</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 394</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - познакомить со сменой времен года; - воспитывать смелость, решительность | | |
| | | <p><u>«ОД, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость, прыгучесть, точность движений, глазомер; - способствовать воспитанию выносливости; - воспитывать интерес к совместным коллективным действиям | Стойки для прыжков, теннисные мячи для метания | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 396 |
| | | <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - познакомить с правилами игры в футбол; - закрепить способы действия с мячом: удар, ведение, остановка; - учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками; - воспитывать интерес и желание играть в футбол | Футбольные мячи на каждого ребенка, кегли, ворота | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.82 |

ОКТАБРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|---------|--|--|--|--|
| Октябрь | «Осень. Осенние настроения» 03.10.- | <p><u>Традиционная структура проведения ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять | Обручи — по количеству детей; скамейка-доски — 2 шт.; мячи большого диаметра — 10-12 шт. мелкий спортивный инвентарь — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 399 |

| | | | | |
|--|--------------|---|---|--|
| | 14.10.2024 г | <p>прыжки вверх из глубокого приседа с продвижением вперед;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в ползании на низких четвереньках по наклонной доске; - закрепить умение перебрасывать мяч в парах' из разных исходных положений; - способствовать тренировке скорости реакции; ловкости | | |
| | | <p><u>Традиционная структура проведения ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в выполнении прыжков вверх из глубокого приседа с продвижением вперед; - упражнять в ползании на низких четвереньках по наклонной доске; - закрепить умение перебрасывать мяч в парах' из разных исходных положений; - способствовать тренировке скорости реакции; ловкости | <p>Обручи — по количеству детей; скамейка-доски — 2 шт.; мячи большого диаметра — 10-12 шт. мелкий спортивный инвентарь — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 399</p> |
| | | <p><u>ОД с элементами аэробики</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - способствовать развитию чувства ритма, пластики | <p>Гимнастическая стенка; платочки — по количеству детей.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.402</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | <p>движений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать скоростные качества. | | |
| | | <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закреплять знания правил игры в футбол; - закрепить способы действия с мячом: удар, ведение, остановка; - учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками; - совершенствовать навыки словообразования; - воспитывать интерес и желание играть в футбол | <p>Футбольные мячи на каждого ребенка, обручи, кегли</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.82</p> |
| | <p>«Страна, в которой я живу, и другие страны» 17.10.- 28.10.2024г.</p> | <p><u>ОД с элементами аэробики</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -совершенствовать умение детей в выполнении гимнастических упражнений на лестнице; - способствовать развитию чувства ритма, пластики движений; - развивать скоростные качества. | <p>Гимнастическая стенка; платочки — по количеству детей.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 402</p> |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ходить по | <p>Обручи — по количеству детей; скамейки — 2 шт.; кубики, кирпичики — 4 шт.; гим. скамейка; мат; кегли — 2 шт.; биты — 2 шт</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.407</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | <p>гимнастической скамейке с выполнением сложно-координированных упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в прыжках вверх из глубокого приседа; - закрепить умение ползать на четвереньках с преодолением препятствий и в усложненных условиях; - воспитывать интерес и любовь к занятиям физкультурой. | | |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением сложно-координированных упражнений; - упражнять в прыжках вверх из глубокого приседа; - закрепить умение ползать на четвереньках с преодолением препятствий и в усложненных условиях; - воспитывать интерес и любовь к занятиям физкультурой. | <p>Обручи — по количеству детей; скамейки — 2 шт.; кубики, кирпичики — 4 шт.; гим. скамейка; мат; кегли — 2 шт.; биты — 2 шт</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.407</p> |
| | | <p><u>ОД, построенное на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх.</u></p> <p>Программное содержание:</p> | <p>Скамейки — 2 шт.; фишки — 2 шт.; футбольные мячи — 2 шт.; дуги — 4 шт.; обручи — 10-12 шт.; шарики для настольного тенниса — 2 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.412</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость и координацию движений в упражнении с футбольным мячом; - способствовать развитию прыгучести и равновесия; - воспитывать умение действовать в коллективе. | | |
| | | <p><u>«Играем в футбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закреплять знания правил игры в футбол; - закрепить способы действия с мячом: удар, ведение, остановка; - учить выполнять их во взаимодействии с другими игроками; - совершенствовать навыки словообразования; - воспитывать интерес и желание играть в футбол | Футбольные мячи на каждого ребенка, 2 дуги | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.82 |

НОЯБРЬ

День прыгуна - 1 ноября

День здоровья - 3 ноября

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|--------|---|--|---|--|
| Ноябрь | «Улица. Дорожная безопасность Светофор. Транспорт» 07.11.- | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей отбивать мяч о пол поочередно одной и другой рукой; - упражнять в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; | Ленты атласные — по количеству детей; мячи большого диаметра — по количеству детей; скамейка; мат; сетка волейбольная | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.414 |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| | 11.11.2024г. | <ul style="list-style-type: none"> - развивать скоростно-силовые качества в прыжках вверх из глубокого приседа; - воспитывать стремление выполнять упражнения выразительно. | | |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей отбивать мяч о пол поочередно одной и другой рукой; - упражнять в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - развивать скоростно-силовые качества в прыжках вверх из глубокого приседа; - воспитывать стремление выполнять упражнения выразительно. | Ленты атласные — по количеству детей; мячи большого диаметра — по количеству детей; скамейка; мат; сетка волейбольная | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.414 |
| | «Мир игры» 14.11.- 18.11.2024г. | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать по скамейке, подтягиваясь руками; - совершенствовать умение вести мяч в ходьбе и в беге; - развивать равновесие в ходьбе по буму с дополнительным заданием; - способствовать развитию прыгучести; -воспитывать внимательность и собранность при выполнении заданий. | Скакалки — по количеству детей; скамейка; мячи — по количеству детей; кирпичики — 6 шт | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.419 |
| | «Моя семья. День матери» 21.11.- 30.11.2024г. | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать силу мышц при выполнении статического задания; - развивать скоростные качества в беге; - развивать мелкую моторику кистей; - воспитывать внимательность, умение | Обручи — 10-12 шт.; палочки с привязанными к ним веревочками, на конце которых прикреплены картонные рыбки—по количеству детей; шарики от настольного тенниса — 10-12 шт. | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.423 |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | четко реагировать на команды инструктора. | | |
| | | <p><u>«Играем в настольный теннис»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дать понятие о настольном теннисе как о спортивной игре, олимпийском виде спорта; - познакомить с ее правилами; - отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; - воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения, согласованность действий при игре в парах; - учить ориентироваться в игровой обстановке | Теннисные ракетки, шарики, обручи, теннисный стол | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.130 |

ДЕКАБРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|---------|--|---|--|--|
| Декабрь | «Начало зимы» 01.12.- 16.12.2024г. | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ведению мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал; - упражнять в ползании по скамейке на спине; - совершенствовать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - развивать ловкость и скорость реакции при выполнении передачи мяча в парах. | Гантели — по 2 шт. на каждого ребенка; мячи— по количеству детей; скамейка | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 427 |
| | | | | |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ведении мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал; - упражнять в ползании по скамейке на спине; - совершенствовать равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительным заданием; - развивать ловкость и скорость реакции при выполнении передачи мяча в парах. | <p>Гантели — по 2 шт. на каждого ребенка; мячи — по количеству детей; скамейка</p> | <p>Литвинова О.М.</p> <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 427</p> |
| | | <p><u>Сюжетное занятие</u> <u>«Смелые альпинисты»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей запрыгивать на предметы с разбега; - совершенствовать ведение мяча одной и другой рукой в ходьбе и беге; - закрепить умение ползать на скамейке на животе; - развивать ловкость; - способствовать тренировке выносливости. | <p>Гантели — по 2 шт. на каждого ребенка; куб; мячи — по количеству детей; скамейка — 4 шт.; бум — 2 шт.; дуги — 2 шт.; обручи — 6 шт.; платочки — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М.</p> <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 430</p> |
| | | <p><u>Сюжетное занятие</u> <u>«Смелые альпинисты»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей запрыгивать на предметы с разбега; - совершенствовать ведение мяча одной и другой рукой в ходьбе и беге; - закрепить умение ползать на скамейке на животе; - развивать ловкость; - способствовать тренировке | <p>Гантели — по 2 шт. на каждого ребенка; куб; мячи — по количеству детей; скамейка — 4 шт.; бум — 2 шт.; дуги — 2 шт.; обручи — 6 шт.; платочки — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М.</p> <p>Физкультурные занятия в детском саду, стр. 430</p> |

| | | | | |
|--|---|---|--|---|
| | | ВЫНОСЛИВОСТИ. | | |
| | | <p><u>«Играем в хоккей»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учить детей ведению шайбы клюшкой толчками, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; - развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений; - формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений – заданий с клюшкой и шайбой; - развивать умение анализировать игровую ситуацию | Клюшки на каждого ребенка, шайбы, кегли | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.136 |
| | <p>«К нам приходит Новый год» 19.12.- 23.12.2024г.</p> | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей ползать по-пластунски; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с дополнительным заданием; - закрепить умение вести мяч разными способами; - способствовать тренировке стартовой скорости; - воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями своих товарищей | Куб; мячи — по количеству детей; клюшки — 10-12 шт.; мячи малого диаметра— 10-12 шт. | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.432 |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ползании по-пластунски; - упражнять в прыжках на 2-х ногах с дополнительным заданием; | Куб; мячи — по количеству детей; клюшки — 10-12 шт.; мячи малого диаметра— 10-12 шт. | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.432 |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - закрепить умение вести мяч разными способами; - способствовать тренировке стартовой скорости; - воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями своих товарищей | | |
| | | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать глазомер при выполнении бросков мяча в корзину; - развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с хоккейной клюшкой; ракеткой; - упражнять в приеме мяча, отскочившего от стены (футбольный вариант); - прививать интерес к занятиям физкультурой | Баскетбольные корзины; мячи — по количеству детей; клюшки хоккейные; шайбы; ракетки теннисные; шарики теннисные; «снежок» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.436 |
| | «Новогодние чудеса» 26.12- 29.12.2024 | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать глазомер при выполнении бросков мяча в корзину; - развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с хоккейной клюшкой; ракеткой; - упражнять в приеме мяча, отскочившего от стены (футбольный вариант); - прививать интерес к занятиям физкультурой | Баскетбольные корзины; мячи — по количеству детей; клюшки хоккейные; шайбы; ракетки теннисные; шарики теннисные; «снежок» | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.436 |
| | | <p><u>«Играем в хоккей»</u></p> <p>Программное содержание:</p> | Клюшки на каждого ребенка, шайбы, кегли | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.36 |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в ведении шайбы клюшкой толчками, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; - развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений; - формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений – заданий с клюшкой и шайбой; - развивать умение анализировать игровую ситуацию | | |
|--|--|---|--|--|

ЯНВАРЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|--------|--|---|--|--|
| Январь | «Рождественское чудо» 09.01.- 13.01.2025г. | <p style="text-align: center;"><u>Традиционная структура деятельности</u></p> <p style="text-align: center;">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение владеть футбольными приёмами; - научить детей ходить по гимнастическому буму с усложнением; - упражнять в ползании по-пластунски с дополнительным заданием; - закрепить умение впрыгивать на возвышение и спрыгивать с него; - воспитывать смелость. | Мячи — по количеству детей; бум; куб; мат | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 438 |
| | | <p style="text-align: center;"><u>ОД с элементами аэробики</u></p> <p style="text-align: center;">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение перестраиваться по расчёту (на 1-й, 2-й, 3-й); - научить детей лазать по веревочной | Веревочная лестница; мат; платочки — по количеству детей | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 441 |

| | | | | |
|--|--|---|---|--|
| | | лестнице; - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места; - воспитывать творчество и воображение | | |
| | «Я и мои друзья» 16.01.- 27.01.2025г. | <u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание: -научить детей выполнять броски в цель из разных исходных положений; -совершенствовать умение сохранять равновесие, пробегая по скамейке с обручем в руках; -закрепить умение ползать по-пластунски; -развивать точность и глазомер | Гимнастическая скамейка, обручи, теннисные мячи для метания | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 443 |
| | | <u>«Играем в хоккей»</u> Программное содержание: - разучить с детьми правила игры, учить играть командами; - учить ударять по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно-силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | Клюшки на каждого ребенка, шайбы, ворота | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.38 |
| | | <u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u> Программное содержание: - развивать глазомер, выполняя бросок баскетбольного мяча в корзину; - развивать ловкость при ведении шайбы клюшкой между предметами; - развивать ловкость при отборе мяча у противника (ф/б); - развивать представление и воображение, а | Баскетбольные корзины; клюшки хоккейные и шайбы — 2 комплекта; футбольные мячи — 2 шт.; теннисные ракетки и мячи —10-12 комплектов; стационарное оборудование | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.446 |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | также творческие способности при описании спортивного снаряда. | | |
| | | <p><u>«Играем в хоккей»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать умение играть командами; - упражнять в ударе по скользящей шайбе справа и слева; - развивать скоростно-силовые качества; - побуждать детей к самостоятельной организации игр с клюшкой и шайбой | Клюшки на каждого ребенка, шайбы, ворота | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.38 |

ФЕВРАЛЬ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|---------|---|---|--|--|
| Февраль | «Книга Памяти» 30.01.- 03.02.2025г. | <p><u>ОД Традиционная структура</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей прыгать через короткую скакалку разными способами; - совершенствовать умение метать в горизонтальную и вертикальную цель; - развивать и закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - воспитывать собранность и дисциплину. | Гимнастические палки — по количеству детей; короткая скакалка -10-12 шт.; скамейка - 2 шт.; корзины напольные - 2 шт.; вертикальные мишени - 2 шт.; гимнастическая стенка | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.449 |
| | | <p><u>ОД Традиционная структура</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей прыгать через короткую скакалку разными способами; - совершенствовать умение метать в | Гимнастические палки — по количеству детей; короткая скакалка -10-12 шт.; скамейка - 2 шт.; корзины напольные - 2 шт.; вертикальные | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.449 |

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | | <p>горизонтальную и вертикальную цель;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать и закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по скамейке с дополнительным заданием; - воспитывать собранность и дисциплину. | мишени - 2 шт.; гимнастическая стенка | |
| | <p>«Мир профессий» 06.02.-17.02-2025 г.</p> | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять гимнастические упражнения на кольцах; - упражнять в прыжках через короткую скакалку между предметами; - способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе; - воспитывать эстетичное выполнение упражнений. | <p>Гимнастические кольца; мат; платочки — по количеству детей; короткая скакалка — 10-12 шт.; фишки</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.452</p> |
| | | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в выполнении гимнастических упражнений на кольцах; - упражнять в прыжках через короткую скакалку между предметами; - способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе; - воспитывать эстетичное выполнение упражнений. | <p>Гимнастические кольца; мат; платочки — по количеству детей; короткая скакалка — 10-12 шт.; фишки</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.452</p> |
| | | <p><u>«Бадминтон»</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить правила игры в бадминтон; - закрепить действия с воланом и ракеткой; - разучить способ подачи волана ракеткой; - упражняться в свободном передвижении по площадке; - закрепить правильную стойку при подаче волана. | <p>Воланы и ракетки, кольца из веревки, 2 флажка на подставке, по 2 мяча на команду</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.114</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | |
| | | <p><u>ОД Традиционная структура</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей подлезать под дугу в группировке; - упражнять в метании в движущуюся цель; - совершенствовать умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры с усложнением; - закрепить умение детей прыгать через короткую скакалку; - воспитывать внимательность. | Гимнастические палки—по количеству детей; короткая скакалка — 10-12 шт.; бум; дуги — 4 шт.; мячи маленького диаметра — 10-12 шт.; обруч; мяч большой | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.454 |
| | | <p><u>ОД Традиционная структура</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в подлезании под дугу в группировке; - упражнять в метании в движущуюся цель; - совершенствовать умение сохранять равновесие на ограниченной площади опоры с усложнением; - закрепить умение детей прыгать через короткую скакалку; - воспитывать внимательность. | Гимнастические палки—по количеству детей; короткая скакалка — 10-12 шт.; бум; дуги — 4 шт.; мячи маленького диаметра — 10-12 шт.; обруч; мяч большой | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.454 |
| | <p>«Защитники Отечества» 20.02.- 24.02.2025г.</p> | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -научить отбивать волан бадминтонной ракеткой правой и левой рукой; -способствовать развитию ловкости и координации в беге, в прыжках через скакалку и в лазании по лестнице; -развивать скоростные качества; -воспитывать смелость, творчество в двигательных действиях | Ракетки, воланы, скакалки, веревочная лестница | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.456 |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
| | | <p align="center"><u>«Бадминтон»</u></p> <p align="center">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - продолжать учить играть через сетку; - закрепить действия с воланом и ракеткой; - закрепить способ подачи волана ракеткой, - упражняясь в свободном передвижении по площадке; - закрепить правильную стойку при подаче волана. | <p align="center">Воланы и ракетки, кольца из веревки, 2 флажка на подставке, по 2 мяча на команду</p> | <p align="center">Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.115</p> |

МАРТ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|-------|---|--|---|---|
| Март | <p>«Красота в искусстве и жизни» 27.02.-10.03-2025г.</p> | <p align="center"><u>Традиционная структура ОД (с бадминтонной ракеткой)</u></p> <p align="center">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей ходить по гимнастическому буму, выполняя упражнение с бадминтонной ракеткой; -упражнять в подбивании ракеткой воланчика, стоя на месте; -упражнять в подлезании под дугу боком; -способствовать развитию ловкости, тренировке реакции; -воспитывать внимательность. | <p align="center">Набор бадминтона — по количеству детей; гимнастической скамейке; дуги — 3 шт.</p> | <p align="center">Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 459</p> |
| | | <p align="center"><u>Традиционная структура ОД (с бадминтонной ракеткой)</u></p> <p align="center">Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -упражнять детей ходить по гимнастическому буму, выполняя упражнение с бадминтонной ракеткой; | <p align="center">Набор бадминтона — по количеству детей; гимнастической скамейке; дуги — 3 шт.</p> | <p align="center">Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.459</p> |

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> -упражнять в подбивании ракеткой воланчика, стоя на месте; -упражнять в подлезании под дугу боком; -способствовать развитию ловкости, тренировке реакции; -воспитывать внимательность. | | |
| | <p>«Книжка неделя» 13.03.- 24.03.2025 г.</p> | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять упражнения с длинной скакалкой; - упражнять в лазании по веревочной лестнице чередующимся шагом; - совершенствовать умение сохранять равновесие в ходьбе по шнуру с мешочком на голове; - способствовать развитию ловкости, координации движений; - воспитывать выносливость. | <p>Веревочная лестница; мат; длинная скакалка; шнур; мешочки с песком по 500 г — 6-8 шт.; платочки — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 462</p> |
| | | <p><u>«Играем в городки»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре городки; - развивать координацию движения, глазомер, силу выносливость; - продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель: следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; - развивать у детей чувство коллективизма в командной игре | <p>Городки, биты, кегли, кубики</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.100</p> |
| | | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей выполнять упражнения с | <p>Веревочная лестница; мат; длинная скакалка; шнур; мешочки с песком по 500 г — 6-8 шт.; платочки — по</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.462</p> |

| | | | | |
|--|---|---|--|---|
| | | <p>длинной скакалкой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в лазании по веревочной лестнице чередующимся шагом; - совершенствовать умение сохранять равновесие в ходьбе по шнуру с мешочком на голове; - способствовать развитию ловкости, координации движений; - воспитывать выносливость. | количеству детей | |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей выполнять прыжок в высоту с разбега; - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с высоким подниманием ноги и хлопком под коленом; - закрепить умение работать с ракеткой и воланом; - развивать быстроту, ловкость, точность, глазомер; - укреплять мышцы ног и рук. | Набор бадминтона; стойки и шнур; мат — 2 шт.; гимнастической скамейке | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.464 |
| | <p>«Юмор в нашей жизни» 27.03-31.03.2025г.</p> | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей выполнять прыжок в высоту с разбега; - упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с высоким подниманием ноги и хлопком под коленом; - закрепить умение работать с ракеткой и воланом; - развивать быстроту, ловкость, точность, глазомер; - укреплять мышцы ног и рук. | Набор бадминтона ; стойки и шнур; мат — 2 шт.; гимнастической скамейке | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.464 |
| | | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u></p> | Набор бадминтона — по количеству детей; волейбольная сетка; | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в |

| | | | | |
|--|--|---|-------------------------------|--|
| | | <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение работать с ракеткой и воланом; - развивать ловкость, точность, координацию движений, глазомер; - способствовать укреплению мышц тела | стационарное оборудование | детском саду, стр.467 |
| | | <p><u>«Играем в городки»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вызвать интерес к игре городки; - развивать координацию движения, глазомер, силу выносливость; - продолжать отрабатывать навыки метания биты в цель: следить за правильной стойкой городошника, за последовательным выполнением прицела, замаха, броска; - развивать у детей чувство коллективизма в командной игре | Городки, биты, обручи, флажки | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.100 |

АПРЕЛЬ
День здоровья – 7 апреля

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|--------|---|--|--|--|
| Апрель | <p>«Тайна третьей планеты» 10.04.- 14.04.2025 г.</p> | <p><u>Традиционная структура ОД</u> <u>«Мы — туристы»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -научить детей выполнять гимнастические упражнения на лестнице; -совершенствовать технику выполнения прыжка в высоту с разбега; -познакомить детей с элементами тенниса; | Длинный шнур; гимнастическая лестница; стойки и шнур; теннисная ракетка и шарик — 3 набора | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 469 |

| | | | | |
|--|--|---|--|---|
| | | <p>-способствовать укреплению мышц рук; -воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений.</p> | | |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u> <u>«Мы — туристы»</u> Программное содержание: -упражнять детей в выполнении гимнастических упражнений на лестнице; -совершенствовать технику выполнения прыжка в высоту с разбега; -познакомить детей с элементами тенниса; -способствовать укреплению мышц рук; -воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений.</p> | <p>Длинный шнур; гимнастическая лестница; стойки и шнур; теннисная ракетка и шарик — 3 набора</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 469</p> |
| | | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание: - научить детей выполнять равновесие - «ласточку», стоя на гимнастической скамейке; - упражнять в метании в горизонтальную цель; - укреплять мышцы рук и брюшного пресса в упражнениях на гимнастической лестнице; - воспитывать собранность, внимательность на занятиях физкультурой.</p> | <p>Мат — 2 шт.; гимнастическая лестница; мешочки с песком — по количеству детей; корзины напольные — 2-3 шт.; платочки — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.472</p> |
| | | <p><u>ОД с элементами аэробики</u> Программное содержание: - упражнять детей выполнять равновесие - «ласточку», стоя на гимнастической скамейке; - упражнять в метании в горизонтальную цель; - укреплять мышцы рук и брюшного пресса в упражнениях на гимнастической лестнице; - воспитывать собранность, внимательность на занятиях физкультурой.</p> | <p>Мат — 2 шт.; гимнастическая лестница; мешочки с песком — по количеству детей; корзины напольные — 2-3 шт.; платочки — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.472</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | | | |
| | <p>«Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли» 17.04. – 28.04.2025г.</p> | <p><u>«Играем в баскетбол»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разучить правила игры в баскетбол; - познакомить с действиями защитников, нападающих площадкой; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность; - формировать стремление к достижению положительных результатов | <p>Мячи на каждого ребенка, разноцветные обручи, разноцветные флажки, длинная веревка, 2 корзины</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.58</p> |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей подбивать шарик теннисной ракеткой, стоя на месте; - совершенствовать умение выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега; - развивать ловкость, координацию движений; - воспитывать выносливость. | <p>Длинный шнур; гимнастическая лестница; мат — 2 шт; стойки и шнур; теннисная ракетка и шарик</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 474</p> |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в подбивании шарика теннисной ракеткой, стоя на месте; - совершенствовать умение выполнять гимнастические упражнения на лестнице; - закрепить умение выполнять прыжок в высоту с разбега; | <p>Мягкие модули — 5-6 шт.; скамейка; ; теннисная ракетка и шарик — 2 набора; ленты — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.474</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - развивать ловкость, координацию движений; - воспитывать выносливость. | | |
| | | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей в подбивании мяча теннисной ракеткой в движении; - развивать ловкость и скоростные качества в игре с бегом и увертыванием; - способствовать развитию равновесия; - воспитывать смелость. | <p>Мягкие модули — 5-6 шт.; скамейка; теннисная ракетка и шарик — 2 набора; ленты — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.477</p> |
| | | <p><u>ОД, построенная на эстафетах, соревнованиях, подвижных играх</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение детей в подбивании мяча теннисной ракеткой в движении; - развивать ловкость и скоростные качества в игре с бегом и увертыванием; - способствовать развитию равновесия; - воспитывать смелость. | <p>Мягкие модули — 5-6 шт.; скамейка; теннисная ракетка и шарик — 2 набора; ленты — по количеству детей</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.477</p> |
| | | <p><u>«Играем в баскетбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать действия защитников, нападающих площадкой; - совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; - развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, глазомер; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность; - формировать стремление к достижению | <p>Мячи на каждого ребенка, разноцветные обручи, разноцветные флажки, длинная веревка, 2 корзины</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.58</p> |

| | | | | |
|--|--|---------------------------|--|--|
| | | положительных результатов | | |
|--|--|---------------------------|--|--|

МАЙ

| Месяц | Тема месяца | Тема, задачи ОД | Организация предметно-пространственной развивающей среды | Используемая литература |
|-------|---|---|---|--|
| Май | «День Победы» 02.05.- 12.05.2025 г. | <u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание: - формировать представление о челночном беге; - научить (упражнять) детей выполнять прыжок в длину с разбега; - упражнять в выполнении равновесия на ограниченной площади опоры; - закрепить умение владеть теннисной ракеткой и шариком; - развивать координацию движений. | Мячи маленького диаметра — по количеству детей; мат гимнастический; теннисная ракетка и шарик — 10-12 наборов; мячи большого диаметра — 2 шт. | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 479 |
| | | <u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание: - упражнять в выполнении челночного бега; - упражнять детей выполнять прыжок в длину с разбега; - упражнять в выполнении равновесия на ограниченной площади опоры; - закрепить умение владеть теннисной ракеткой и шариком; - развивать координацию движений. | Мячи маленького диаметра — по количеству детей; мат гимнастический; теннисная ракетка и шарик — 10-12 наборов; мячи большого диаметра — 2 шт. | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 479 |
| | «Народная культура и традиции» 15.05.- 19.05.2025г. | <u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание: - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с разбега; - упражнять детей в игре с ракеткой и шариком парами; | Мячи — по количеству детей; канат; мат гимнастический; теннисная ракетка и шарик — 10-12 наборов; обручи — 2 шт.; флажки; кегли — 8 шт. | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.483 |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - закрепить умение выполнять равновесие на ограниченной площади опоры; - воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений. | | |
| | | <p><u>«Играем в баскетбол»</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить правила игры; - продолжать разучивание техники защиты и нападения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов; - воспитывать выдержку, целеустремленность | <p>Мячи на каждого ребенка, разноцветные флажки – 3 шт, 2 кегли, 2 корзины</p> | <p>Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.61</p> |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с разбега; - упражнять детей в игре с ракеткой и шариком парами; - закрепить умение выполнять равновесие на ограниченной площади опоры; - воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений. | <p>Мячи — по количеству детей; канат; мат гимнастический; теннисная ракетка и шарик — 10-12 наборов; обручи — 2 шт.; флажки; кегли — 8 шт.</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 483</p> |
| | <p>«Скоро в школу» 22.05.- 26.05.2025г.</p> | <p><u>Традиционная структура ОД</u> Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - научить детей слитному выполнению метания вдаль с полным выпрямлением руки и энергичным движением кисти; - закрепить технику выполнения прыжка в длину с разбега без заступа за линию отталкивания; - воспитывать умение концентрировать | <p>Обручи большого диаметра — 10-12 шт.; мячи — по количеству детей; мат</p> | <p>Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр.485</p> |

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | | внимание на деталях упражнения | | |
| | | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять детей выполнению слитному выполнению метания вдаль с полным выпрямлением руки и энергичным движением кисти; - закрепить технику выполнения прыжка в длину с разбега без заступа за линию отталкивания; - воспитывать умение концентрировать внимание на деталях упражнения | Обручи большого диаметра — 10-12 шт.; мячи — по количеству детей; мат | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 485 |
| | «До свидания, детский сад» 29.05-31.05.2025г. | <p><u>Традиционная структура ОД</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать умение прыгать через длинную скакалку; - способствовать тренировке выносливости в беге на длинную дистанцию; - воспитывать умение действовать коллективно в игре. | Мат; длинная скакалка; сетка; мяч большого диаметра | Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду, стр. 489 |
| | | <p><u>«Играем в баскетбол»</u></p> <p>Программное содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закрепить правила игры; - продолжать разучивание техники защиты и нападения мяча, бросков в корзину; - формировать стремление к достижению положительных результатов; - воспитывать выдержку, целеустремленность | Мячи на каждого ребенка, разноцветные флажки – 3 шт, 2 кегли, 2 корзины | Волошина Л.Н. Играйте на здоровье, стр.61 |