**Муниципальное образование город Ноябрьск**

**Департамент образования муниципального образования город Ноябрьск**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Ручеёк»**

**муниципального образования город Ноябрьск**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании педагогического совета  Протокол № 1  от «30» августа 2019 года  Председатель педагогического совета: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | СОГЛАСОВАНО  Заместитель заведующего  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.Д. Маркелова  от «30» августа 2019 года | УТВЕРЖДАЮ  Заведующий МБДОУ «Ручеёк»  Н.В. Галкина  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Приказ № 229 - од  от « 02» сентября 2019г. |

**Рабочая программа**

по образовательному компоненту  **«Физическая культура на воздухе»**

образовательной области **«Физическое развитие »**

**для старшей группы № 5, 7, 9**

1 период непрерывной образовательной деятельности в неделю

(всего 36 непосредственно образовательной деятельности)

Составители:

воспитатели МБДОУ «Ручеек»

2019 – 2020 уч. г.

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

**1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура (на воздухе)» для детей 5 - 6 лет (старшая группа) составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, на основе адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием.

**Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:**

- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2014.

- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2014.

- Пензулаева. Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: Мозаика – Синтез, 2014.

- Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2- 7 лет / Авт.- сост. Э. Ю. Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2014.

- Спортивные занятия на ткрытом воздухе для детей 3 – 7 лет/авт.-сост. Е.И. Подольская. – Волгоград: Учитель: ИП Гринин Л.Е., 2014г.

Данная программа является одним из направлений решения образовательной области – «Физическое развитие».

**Программа рассчитана на:**-36 периодов (из них 4 диагностической непрерывной образовательной деятельности), в неделю – 1 период.Длительность одного периода – 25 минут.

**1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы**

**Цель программы:**Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предуп­реждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствова­ние умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельнос­ти. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигатель­ной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполне­нии движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

**Задачи программы:**

* повышать уровень осознанного выполнения движений детьми; развивать потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движениях со сверстниками;
* поддерживать самостоятельность в организации подвижных игр, спортивных упражнений и игр на прогулке и в помещении, свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования;
* поддерживать и поощрять стремление детей помогать взрослому в подготовке физкультурной среды группы, спортивной площадки и зала к занятиям физической культурой;
* воспитывать стремление организовывать игры-соревнования, игры-эстафеты и участвовать в них;
* учить выполнять пропедевтические упражнения для овладения разными видами ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания, равновесия, ориентировки в пространстве, координации движений;
* совершенствовать основные движения дошкольников, двигательные умения и навыки по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия;
* учить перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом;
* продолжать формировать правильную осанку;
* продолжать воспитывать у детей потребность в красивом, грациозном и ритмичном выполнении упражнений, сочетая движения с музыкой, демонстрируя культуру освоения основных движений;
* совершенствовать физические качества во всех видах двигательной активности;
* закреплять навыки выполнения движений глазами для развития зрительно-двигательной ориентации (прослеживание, сосредоточение), для снятия зрительного утомления, для совершенствования центрального и периферического зрения;
* поддерживать интерес детей к различным видам спорта; продолжать обогащать представления о них, спортивных достижениях нашей страны, олимпийских победах;
* продолжать совершенствовать умения в катании на санках, велосипеде и самокате, ходьбе на лыжах;
* обучать спортивным играм (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола);
* продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности;
* продолжать развивать сотрудничество, кооперацию в совместной двигательной деятельности, умения помогать друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх, поддерживать достижения сверстников, переживать за общие победы в соревнованиях и эстафетах;
* воспитывать стремление действовать по правилам, соблюдая их;

• поддерживать и развивать творчество в двигательной деятельности.

**1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориенти­рующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности до­школьного периода детства.

Программа построена:

- на позициях гуманно - личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств.

- на лучших традициях отечественного дошкольного образования, его фундаментальности: ком­плексноерешение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятель­ности.

Особая роль в Программе уделяется игровой деятельности как ве­дущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Программа основывается на основополагающих принципах:

• развивающего образования, целью которо­го является развитие ребенка;

•культуросообразности - учет национальных ценностей и традиций в образовании, восполняет недостатки духовно-нравственного и эмоцио­нального воспитания. Образование рассматривается как процесс приоб­щения ребенка к основным компонентам человеческой культуры (знание, мораль, искусство, труд).

• сочетает принципы научной обоснованности и практической приме­нимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);

• соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разум­ного «минимума» материала);

• обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

• строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

• основывается на комплексно - тематическом принципе построения образовательного процесса;

• предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятель­ности дошкольников не только в рамках непосредственно образователь­ной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответс­твии со спецификой дошкольного образования;

• предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошколь­никами и ведущим видом их деятельности является игра;

• допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

• строится с учетом соблюдения преемственности между всеми воз­растными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Для организации коррекционно - образовательной работы важными являются принципы:

• учет общих, специфических, индивидуальных особенностей развития детей с нарушением зрения;

• комплексный подход к диагностике и коррекционной помощи детям с нарушением зрения; • перераспределение учебного материала и изменение темпа его прохождения при соблюдении дидактических требований соответствия содержания обучения познавательным возможностям детей;

• дифференцированный подход к детям в зависимости от состояния их зрения и способов ориентации в познании окружающего мира;

• создание офтальмо - гигиенических условий в групповых комнатах и лечебном кабинете и специального распорядка жизни, лечения, воспитания и обучения детей с учетом их интересов и потребностей.

**1.4. Целевые ориентиры освоения программы**

**Воспитанник:**

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

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

- Умеет прыгать в обозначенное место с высоты 25 – 30 см;

- Умеет прыгать в длину с места не менее (70 – 75 см);

- Умеет прыгать через короткую и длинную скакали;

- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 4 – 8 м, в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 2 – 3 м;

- Умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками;

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

- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

- Самостоятельно организовывает знакомые подвижные игры;

- Принимает участие в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

**1.5. Система оценки планируемых результатов**

При реализации программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка проводится педагогическим работником в рамках педагогического мониторинга.

Мониторинг развития детей позволяет педагогу понять, в верном ли направлении он осуществляет свою деятельность. Он призван, во-первых, оптимизировать процесс индивидуального обучения, во-вторых, обеспечить правильное определение результатов обучения, в-третьих, руководствуясь выбранными критериями, свести к минимуму ошибки в оценке знаний детей.

Мониторинг проводится 2 раза в год. Периодичность мониторинга обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Диагностическая непрерывная образовательная деятельность проводится два раза в год (в сентябре и мае) и осуществляется с использованием метода педагогического наблюдения, критериальных диагностических методик, опираясь на промежуточные результаты освоения программы, вовремя непосредственно образовательной деятельности, и во время свободной самостоятельной деятельности.

Показатель развития детей по образовательному компоненту «Физическая культура на воздухе» определяется по трем уровням:

Высокий - 2 (ребенок самостоятельно выполняет все задания, без помощи взрослого, отвечает развернутыми ответами на вопросы.Сообщает дополнительные сведения по вопросу.)

Средний - 1 (ребенок выполняет задания с небольшой помощью взрослого.Требуется пояснение взрослого по ходу выполнения задания)

Низкий - 0 (ребенок не справляется с заданием. Снижена мотивация к выполнению задания. Отказывается от выполнения задания.)

**Показатели достижений ребенка по физической культуре (на воздухе) старшая группа**

Группа «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_» Дата проведения диагностики:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_\_г

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. ребенка | **Старшая группа** | | | | | | | | | | |
| **Физическая культура** | | | | | | | | | **Подвижные игры** | |
| Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление, темп | Умеет лазать по гимнастической лестнице (высота 2,5 м) с изменением угла наклона до вертикального. | Умеет прыгать в обозначенное место с высоты 25 – 30 см; | Умеет прыгать в длину с места не менее (70 – 75 см), | Умеет прыгать через короткую и длинную скакали. | Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 4 – 8 м, в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 2 – 3 м; | Умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками, | Умеет перестраиваться в колонну по три, четыре, равняться, размыкаться в колонне, шеренге, выполнять повороты направо, налево, кругом. | Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей | Самостоятельно организовывает знакомые подвижные игры, | Принимает участие в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Кто проводил: воспитатель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

. Ф.И.О роспись

Вывод:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**
   1. **Формы работы с детьми**

В процессе реализации Программы используются фронтальные, групповые, индивидуальные формы работы с детьми.

**Индивидуальная форма** позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми.

**Групповая форма** (индивидуально - коллективная). Группа делится на подгруппы.  Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, но не по уровням развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения.

**Фронтальная**      **форма**. Работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание.   При этом содержанием обучения на фронтальных занятиях может быть деятельность художественного характера. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия детей, экономичность обучения; недостатком - трудности в индивидуализации обучения.

**Составляющие воспитательно - образовательного процесса:**

-организованная образовательная деятельность (непрерывная образовательная деятельность) - Физкультурные занятия игровые, сюжетные (на темы прочитанных сказок, потешек), тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, День здоровья, соревнования в определенном виде спорта, спортивные игры, физкультурный праздник и досуг, эстафеты, физкультминутки.

- образовательная деятельность в режимных моментах - Комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна), утренняя гимнастика, подвижные игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; физкультурные упражнения на прогулке, игровые беседы с элементами движений.Гимнастика после сна, секции.

- самостоятельная деятельность - Самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде).

- взаимодействие с семьёй - Беседы, рассматривание иллюстраций. Совместные семейные проекты. Участие в различных тематических выставках, конкурсах.

**2.2. Распределение учебного материала по разделам**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Программное содержание** |
| Физическая культура | Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.  Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентиро­ваться в пространстве.Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.  Подвижные игры.Продолжать учить детей самостоятельно орга­низовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и твор­чество.Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.Учить спортивным играм и упражнениям. |

**2.3. Тематический план**

В соответствии с адаптированной основной образовательной программой детей с амблиопией и косоглазием работа строится согласно тематическому планированию. Тематическое планирование составляется согласно календарю познавательной деятельности, который объединяет непрерывную образовательную деятельность единым смысловым содержанием.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема (раздел)** | **Количество непрерывной образовательной деятельности** | **В том числе:**  **практической непрерывной образовательной деятельности** |
| 1. | Построение в колонны | 1 | 1 |
| 2. | Игровые упражнения с мячом | 1 | 1 |
| 3. | Продолжительный бег (1мин.) | 1 | 1 |
| 4. | Упражнять в прыжках | 1 | 1 |
| 5. | Ведение мяча левой и правой рукой | 1 | 1 |
| 6. | Игровые упражнения с мячом | 1 | 1 |
| 7. | Перешагивание через препятствия | 1 | 1 |
| 8. | Разучивание игры «Посади картофель | 1 | 1 |
| 9. | Бег на длинную дистанцию | 1 | 1 |
| 10. | Упражнять в равновесии | 1 | 1 |
| 11. | Игровые упражнения с мячом | 1 | 1 |
| 12. | Перебрасывание мяча в шеренгах | 1 | 1 |
| 13. | Бег с преодолением препятствий | 1 | 1 |
| 14. | Метание снежков на дальность | 4 | 4 |
| 16. | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед | 1 | 1 |
| 17 | Ходьба на лыжах | 1 | 1 |
| 18. | Игровые упражнения с клюшкой и шайбой | 1 | 1 |
| 19. | Скользящий шаг на лыжах | 2 | 2 |
| 21. | Скольжение по ледяной дорожке | 1 | 1 |
| 22. | Ходьба с заданием | 1 | 1 |
| 23. | Перебрасывание шайбы | 1 | 1 |
| 24. | Бег в чередовании с ходьбой | 2 | 2 |
| 25. | Бег на скорость | 3 | 3 |
| 26. | Эстафета с большим мячом | 1 | 1 |
| 27. | Прокатывание обруча | 2 | 2 |
| 28. | Бег с высоким подниманием бедра | 1 | 1 |
| 29. | Ходьба и бег с изменением темпа движения | 2 | 2 |
|  | **Итого:** | **36** | **36** |

**III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

**3.1 Особенности организации образовательного процесса**

Основной формой воздействия на ребёнка в дошкольных образовательных учреждениях является непрерывная образовательная деятельность, в которой ведущая роль принадлежит взрослым. Содержание занятий определяется Программой.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности с детьми в соответствии СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» составляет для детей от 5 до 6 лет – не более 20 минут.

В каждую непрерывную организованную деятельность включена физкультминутка продолжительностью 3 минуты, для активизации зрительных функций или снятия напряжения и расслабления зрительного анализатора, в зависимости от степени зрительной нагрузки, вида занятия и поставленных задач.

Кроме того, некоторые виды разделов программы дают возможность реализовать как часть непрерывной образовательной деятельности и национально – региональный компонент.

**3.2 Материально – техническое обеспечение рабочей программы и особенности организации развивающей предметно – пространственной среды**

Методические пособия:

* Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет»
* Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду/Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.
* Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. – М.: linka- press, 1993.
* Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет). Борисова М.М. , 2014г.
* Н.В. Полтавцева Н.А. Гордова «Физическая культура в дошкольном детстве» (пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей работающих с детьми 5-6 лет) М., «Просвещение» 2007
* Сборник подвижных игр (2-7 лет). Степаненкова Э.Я. , 2014г.
* Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ/ М.Н. Кузнецова, - М.; Аркти, 2002
* Физическая культура в детском саду. (5-6 лет). Старшая группа. Пензулаева Л.И. , 2014г.
* Физическая культура в семье, ДОУ/ программно-методические рекомендации, М.; Школьная Пресса, 2005

- Физическое воспитание в семье и ДОУ / Г.В. Глушкова, - М.; Школьная Пресса, 2005

В соответствии с требованиями ФГОС группа разделена на центры, что обеспечивает условия для эффективного развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности.

Центр «Если хочешь быть здоров» - способствует проявлению личных вкусов в выборе физических упражнений.

**Календарно-тематическое планирование по образовательному компоненту «Физическая культура на воздухе»**

**образовательной области «Физическая культура» старшей группы №9**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **Дата проведения** | | **№ п\п** | **Тема, интеграция образовательных областей, задачи** | **Содержание** | | | **Средства обучения** |
| **План** | **Факт** |  | **Базовая программа**  **(краткий ход)** | **Компонент ДОУ** | **НРК** |  |
| **сентябрь** | 02.09.19г. |  |  | **НОД диагностическая** (День знаний) | | | | |
| **1** | Упражнять детей в построении колонны; повторить упражнение в равновесии и прыжках  *Л. И. Пензулаева, стр. 17-18*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Игровое упражнение «Быстро в колонну!» Построение в три колонны (перед каждой колонной цветной ориентир) за ведущими к обозначенномуместу. По сигналу педагога – бег врассыпную по залу, на следующий сигнал каждый должен найти свое место в колонне.**2.Основная часть:**  Игровые упражнения. Пингвины» - прыжки на двух ногах с зажатым между колен мешочком, продвигаясь по кругу. «Не промахнись» - бросание мешочка в цель (обруч), лежащий на земле (полу), расстояние 2,5м. (2-3 раза). «По мостику» - ходьба на носках, руки на пояс, по дорожке из шнуров15-20 см, с сохранением правильной осанки и устойчивого равновесия (2-3 раза). **Подвижная игра** «Ловишки (с ленточками)». » **Дыхательная гимнастика:** «Цветочный магазин». **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Игра малой подвижности «У кого мяч?» | Учить детей выполнять движения глазами для развития зрительно-двигательной ориентации (прослеживание, сосредоточение);  развивать навык непрерывно следить глазами за движениями мяча. |  | Зрительные, звуковые ориентиры, мешочки с песком по количеству детей, 2 обруча, шнуры (дорожка), ленточки |
| **НОД (диагностическая)** (День города Ноябрьска) | | | | |
| 09.09.19г. |  | **2** | Повторить ходьбу бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу педагога, упражнение в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом  *Л. И. Пензулаева, стр. 20-21*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег между предметами. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. Передай мяч». Дети распределяются на 3-4 команды и строятся в колонны, по сигналу педагога передают друг другу мяч над головой, как только игрок, стоящий последним в колонне получит мяч, он быстро бежит, становится впереди колонны (2 раза). «Не задень» - бег «змейкой» между стоящими в ряд кеглями (5-6 штук) поточно в колонне друг за другом. **Подвижная игра** «Мы веселые ребята». **Дыхательная гимнастика:** «Цветочный магазин». **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». | Развивать ловкость в беге; Развивать направление взора вверх; развивать у детей координацию движений |  | Зрительные, звуковые ориентиры, кегли (5-6 шт), мячи (2 шт) |
| **сентябрь** | 16.09.19г. |  | **«Мой детский сад. Игрушки»** (День воспитателя и всех дошкольных работников) | | | | | |
| **3** | Повторить бег, продолжительность до 1 минуты, упражнение в прыжках  *Л. И. Пензулаева, стр.24*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки на пояс ,переход на бег продолжительностью до 1 минуты; переход на обычную ходьбу. **2.Основная часть:**  Игровые упражнения. «Не попадись». – прыжки на двух ногах из круга в круг по мере приближения водящих. «Мяч о стенку» - бросание мяча об щит (стенку) малым мячом на расстоянии 2-3 м. **Подвижная игра** «Быстро возьми» (2-3 раза). **Дыхательная гимнастика:** «Цветочный магазин». **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Ходьба в колонне по одному между предметами, положенными в одну линию | Развивать ловкость и глазомер, координацию движений |  | Зрительные, звуковые ориентиры, малые мячи по количеству детей, кубики, шишки, камешки.кегли |
| 23.09.19г. |  | **Осень. Приметы осени** (Международный день мира) | | | | | |
| **4** | Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом  *Л. И. Пензулаева, стр. 26-27*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки на пояс ,переход на бег продолжительностью до 1 минуты в умеренном темпе; ходьба врассыпную.**2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Поймай мяч». – перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 2-2,5 м, третий ребенок находится между ними и старается коснуться мяча или поймать его. Затем с водящим меняются местами. «Будь ловким» - прыжки на двух ногах между кеглями (кегли на расстоянии 40 см одна от другой). «Найди свой цвет» - в разных концах площадки стоят кегли разных цветов, игроки возле них, по сигналу педагога дети разбегаются врассыпную. На другой сигнал: «Найди свой цвет!» каждый игрок должен найти свой цвет, и не уронить кеглю. **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Ходьба в колонне по одному между предметами. | Развивать ловкость и глазомер; развивать у детей чувство равновесия |  | Зрительные ориентиры и звуковые, мячи на подгруппу детей, кегли 8-10 шт |
| **октябрь** | 30.09.19г. |  |  | **Деревья** (Международный день музыки) | | | | |
| **5** | Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках  *Л. И. Пензулаева стр. 29-30*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с высоким подниманием бедра; непрерывный бег продолжительностью до минуты; переход на ходьбу.**2.Основная часть:**  Игровые упражнения. «Отбей мяч» - отбивание мяча стоя на месте правой и левой рукой. Затем ведение мяча попеременно в движении правой и левой рукой. «Играем в футбол» - мальчики разбиваются на пары напротив друг друга на расстоянии 2-3 м и передают мяч друг другу правой и левой ногой. **Подвижная игра** «Не попадись»**3.Заключительная часть:** Игра малой подвижности «Держись прямо» (формирование правильной осанки) | Развивать выносливость во время бега; развивать направление взора вниз; развивать чувство равновесия |  | Звуковые и зрительные ориентиры, мячи по количеству детей |
| **Грибы. Ягоды** (Всемирный день зрения) | | | | |
| 07.10.19г. |  | **6** | Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить с бегом и прыжками  *Л. И. Пензулаева стр. 32*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках, руки на пояс; переход на бег в умеренном темпе до 1 мин. Ходьба. **2.Основная часть:**  Игровые упражнения. «Отбей мяч» - отбивание мяча стоя на месте правой и левой рукой. Затем ведение мяча попеременно в движении правой и левой рукой. «Мяч водящему» - участвуют 2-3команды, каждая команда строиться в круг, в центре круга – водящий с мячом в руках. Водящий перебрасывает мяч игрокам своего круга, и получает его обратно. Мяч обходит всех игроков, и возвращается водящему, он поднимает его над головой «Готово!». «Не попадись» - прыжки. **Подвижная игра** «Не попадись»**3.Заключительная часть:** Игра малой подвижности «Пройди в заданном направлении с закрытыми глазами» - (ориентировка в пространстве) | Развивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве; развивать направление взора вниз; развивать слуховой анализатор |  | Зрительные извуковые ориентиры, мячи по количеству детей |
| **Овощи. Фрукты** (День яблони) | | | | | |
|  | 14.10.19г. |  | **7** | Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками  *Л. И. Пензулаева стр. 35*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии одного шага ребенка; бег с перешагиванием через предметы (бруски высота 10 см) расстояние между ними 70-80 см, обычная ходьба. Бег в среднем темпе до 1 минуты. **2.Основная часть:**  Игровые упражнения. «Пас друг другу» - передача (пас) мяча попеременно правой и левой ногой (участвуют мальчики). «Отбей волан» - девочки бросают друг другу волан и отбивают ракеткой. «Будь ловким» (эстафета) – прыжки на двух ногах между предметами (кубики, мячи, кегли) до обозначенной линии. Повторить 2 раза. **3.Заключительная часть:** Игра малой подвижности «Иди по следу - (развитие зрительно-двигательной ориентации. | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; упражнять в умении удерживать равновесие; развивать направление взора вдаль, вперед |  | Зрительные извуковые ориентиры,5-6 шнуров ,бруски, воланы и ракетки на подгруппу детей, футбольный мяч, кегли, кубики |
| 21.10.19г. |  | **«Откуда хлеб пришёл»** (День хлеба) | | | | | |
| **8** | Продолжать бегать продолжительностью до 1,5минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках  *Л. И. Пензулаева стр. 37*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по «змейкой» между предметами, бег в среднем темпе до 1,5минуты, ходьба врассыпную . **2.Основная часть:**  Игровые упражнения. «Посадка картофеля» (эстафета) - 2 колонны выстраиваются перед линией старта, у детей, стоящих в колонне первыми по мешочку (корзинке) с 4-5 мелкими предметами – картофелинами. Напротив колонн, в 10 м от стартовой линии чертят кружки (грядка) по сигналу педагога, дети по очереди с передачей корзинки другим, бегут и раскладывают картофелины на «грядки» (повтор 2 раза). «Попади в корзину»(баскетбольный вариант) – бросание мяча обеими руками у груди с попаданием в корзину. Дети стоят полукругом у корзины с расстояния 1,5-2м . **Подвижная игра** «Джигиты»**3.Заключительная часть:** Игра малой подвижности «Затейники» | Развивать выносливость в беге; развивать внимание в игре «Затейники» |  | Зрительные и звуковые ориентиры, кегли, 2 корзинки (мешочек), малые мячи (10 шт), мячи по количеству детей |
| **октябрь** | 28.10.19г. |  | **«Домашние животные. Домашние птицы»** (Всемирный день животных) | | | | | |
| **9** | Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом  *Л. И. Пензулаева стр. 41-42*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки на пояс, переход на бег продолжительностью до 1 минуты в умеренном темпе; ходьба врассыпную. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Поймай мяч». – перебрасывание мяча друг другу на расстоянии 2-2,5 м, третий ребенок находится между ними и старается коснуться мяча или поймать его. Затем с водящим меняются местами. «Будь ловким» - прыжки на двух ногах между кеглями (кегли на расстоянии 40 см одна от другой). «Найди свой цвет» - в разных концах площадки стоят кегли разных цветов, игроки возле них, по сигналу педагога дети разбегаются врассыпную. На другой сигнал: «Найди свой цвет!» каждый игрок должен найти свой цвет, и не уронить кеглю. **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Ходьба в колонне по одному между предметами, положенными в одну линию (расстояние между кеглями 50 см) | Развивать ловкость и глазомер; развивать у детей чувство равновесия |  | Зрительные ориентиры и звуковые, мячи на подгруппу детей, кегли 8-10 шт |
| **ноябрь** | 04.11.19г. |  | **10** | **«Я человек. Части тела»** (День народного единства) | | | | |
| Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках  *Л. И. Пензулаева стр. 43-44*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба  колонной по одному, на сигнал педагога: «Стоп!» - остановиться; бег в среднем темпе до 1 минуты, переход на ходьбу врассыпную.**2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Мяч о стенку» - броски мяча о стенку (заборчик) после отскока о землю, поймать его. «Не задень» - ходьба на носках между кеглями (расстояние между кеглями 30 см) (эстафета) – 2-3 раза. **Подвижная игра** «Мышеловка». **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Игра малой подвижности «Угадай по голосу» | Развивать направление взора вперед, вниз; развивать координацию движений, чувство равновесия |  | Зрительные и звуковые ориентиры, кегли, мячи по количеству детей |
| 11.11.19г. |  | **11** | **«Моя семья»** (Международный день семьи.) | | | | |
| Повторить бег с перешагиванием через предметы; выполнять игровое упражнение с мячом, упражнять в беге  *Л. И. Пензулаева стр. 45-46*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба в колонне по одному, по команде педагога перейти на бег с перешагиванием через шнуры (косички) попеременно правой и левой ногой; ходьба врассыпную, по команде педагога: «Стоп!» - остановиться и встать на одной ноге, руки на пояс. Бег в среднем темпе. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Мяч водящему» - водящие бросают мячи первым игрокам колонн, те возвращают мяч водящим и перебегают в конец своей колонны, таким образом вся колонна передвигается к исходной линии. «По мостику» - ходьба по «мостику» на носках, руки за головой. Длина дорожки 2,5-3м – 2 раза. **Подвижная игра** «Ловишки с ленточками». **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Игра малой подвижности «Угадай по голосу» | Развивать координацию движений; развивать ловкость |  | Зрительные и звуковые ориентиры, 2-3 мяча, рейки, гимнастические палки для дорожки |
|  | 18.11.19г. |  | **12** | **Одежда. Обувь. Головные уборы** (Международный день красоты) | | | | |
| Упражнять в беге; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом  *Л. И. Пензулаева стр. 47*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе до 1,5 минуты; ходьба врассыпную.**2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Перебрось и поймай» - бросание мяча друг другу, стоя в двух шеренгах, с отскоком от земли, и ловля двумя руками (расстояние между шеренгами 2,5 м). «Перепрыгни – не задень» - прыжки на двух ногах через шнур (канат) справа и слева, продвигаясь вперед. «Ловишки парами» - бег по площадке (по сигналу: «Беги!» ребята первой шеренги убегают, игроки второй шеренги догоняет свою пару, после двух перебежек, дети меняются ролями. **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз. Игра малой подвижности «Летает – не летает». | Развивать выносливость в беге; развивать направление взора вперед, вдаль |  | Зрительные и звуковые ориентиры, мячи для подгруппы детей, шнур (канат) |
|  | 25.11.19г. |  | **13** | **Транспорт** (День работников автомобильного транспорта) | | | | |
| Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, бегом и мячом  *Л. И. Пензулаева стр.48*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба в колонне по одному; ходьба между предметами, поставленными в ряд (на одной стороне площадки), бег с перешагиванием через препятствия (кубики, кегли, бруски, набивные мячи). **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Мяч о стенку» - бросание мяча о стену и ловля двумя руками его после отскока о землю. «Подбрось-поймай» - бросание мяча вверх и ловля его двумя мячами. По команде дети меняются местами и заданиями**. Подвижная игра** «Удочка» | Развивать чувство равновесия; развивать направление взора вперед |  | Зрительные и звуковые ориентиры, мячи для подгруппы детей, кубики, кегли, бруски |
| **декабрь** | 02.12.19г. |  | **14** | **«Здравствуй, зимушка зима»** (Международный фестиваль ледовой и снежной скульптуры) | | | | |
| Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность  *Л. И. Пензулаева стр.50-51*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:**  Ходьба и бег между снежными постройками за ведущим в умеренном темпе, ходьба и бег врассыпную.  **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Кто больше бросит» - бросать снежки в кегли, поставленные в одну линию на расстоянии 3- 4м от исходной линии. «Не задень» - быстрая ходьба между кеглями (между кеглями 50 см, 6-8 шт). **Подвижная игра** «Мороз Красный нос». **3.Заключительная часть:** Ходьба в колонне по одному между снежными постройками за самым ловким Морозом | Развивать координацию движений, чувство равновесия; развивать направление взора вперед, вдаль |  | Зрительные и звуковые ориентиры, кегли(6-8 шт) |
| **декабрь** | 09.12.19г. |  | **15** | **Дикие животные** (День заповедников и национальных парков) | | | | |
| Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель  *Л. И. Пензулаева стр.52*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному, ходьба и бег за педагогом между снежными постройками; темп ходьбы и бега умеренный. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Метко в цель» - бросание снежков в вертикальную цель (щит, забор) с расстояния 2-3 м. правой и левой рукой (2-3 раза). «Кто быстрее до снеговика» - прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (2-3 раза). «Пройдем по мостику» - ходьба по снежному валу в колонне по одному, свободно балансируя руками. **Подвижная игра** «Мороз Красный нос». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Найди предмет» | Развивать координацию движений и чувство равновесия; развивать направление взора вперед, вдаль |  | Зрительные и звуковые ориентиры, щит (забор) |
| 16.12.19г. |  | **16** | **«Зимующие птицы»** (Новогодние утренники) | | | | |
| Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель  *Л. И. Пензулаева стр.54*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Одна группа детей занимается с педагогом – ходьба на лыжах (дистанция 40-50 м). Вторая группа детей лепит снежки и выкладывает их горками, по команде дети меняются местами. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Метко в цель» - метание снежков в цель (сбить кегли на расстоянии 3-4 м) (2-3 раза). **Подвижная игра** «Смелые воробышки». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному между кеглями, поставленными на расстоянии 50 см одна от другой | Развивать чувство равновесия, координацию движений; развивать направление взора вдаль |  | Зрительные и звуковые ориентиры, лыжи на подгруппу детей, кегли (6-8 шт) |
| 23.12.19г. |  | **17** | **«Праздник Новый год»** (День подарка. Рождество Христово) | | | | |
| Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой  *Л. И. Пензулаева стр.57*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками за педагогом, не разрывая цепочку. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Ходьба на лыжах» скользящим шагом. «По дорожке» - скользить по ледяным дорожкам, стараясь прокатиться как можно дальше. **Подвижная игра** «Мы веселые ребята». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе за педагогом («туристы») | Развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке |  | Зрительные и звуковые ориентиры, лыжи для подгруппы детей |
|  | 30.12.19г. |  | **18** | **«Зимние забавы»** (День Деда Мороза и Снегурочки) | | | | |
| Закрепить навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием  *Л. И. Пензулаева стр.61*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному; ходьба и бег между ледяными постройками в среднем темпе за ведущим. «Катание на санях» - дети (первая подгруппа), разбившись на пары катают друг друга на санках «По дорожке» - ходьба на лыжах скользящим шагом под руководством педагога (расстояние 80м). **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Кто быстрее» - прыжки на двух ногах от снежной бабы на расстоянии 3м, до снежков. «Пробеги – не задень» - ходьба и бег по дорожке из кеглей (кубиков, снежков) расстояние между предметами 50 см (2-3 раза). **Подвижная игра** «Мороз Красный нос». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Найдем зайца» | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать координацию движений |  | Зрительные и звуковые ориентиры, санки, лыжи для подгруппы детей |
| **январь** | 27.01.20г. |  | **19** | **«Инструменты. Материалы»** (84 года со дня образования ЯНАО) | | | | |
| Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием  *Л. И. Пензулаева стр.63*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному; ходьба и бег между ледяными постройками в среднем темпе за ведущим. «Катание на санях» - дети (первая подгруппа),  разбившись на пары катают друг друга на санках «По дорожке» - ходьба на лыжах скользящим шагом под руководством педагога (расстояние 80м). **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Кто быстрее» - прыжки на двух ногах от снежной бабы на расстоянии 3м, до снежков. «Пробеги – не задень» - ходьба и бег по дорожке из кеглей (кубиков, снежков) расстояние между предметами 50 см (2-3 раза). **Подвижная игра** «Мороз Красный нос». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать  координацию движений |  | Зрительные и звуковые ориентиры, санки, лыжи для подгруппы детей |
| 03.02.20г. |  | **20** | **«Электроприборы»** (День доброты) | | | | |
| Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность  *Л. И. Пензулаева стр.66*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному на лыжах; ходьба на лыжах скользящим шагом с соблюдением дистанции между детьми. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Пробеги – не задень» - бег между снежками, положенными в одну линию, 2 раза. «Кто дальше бросит» - метание снежков на дальность, стоя в шеренгах. **Подвижная игра** «Мороз Красный нос». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба «змейкой» между ледяными постройками | Развивать умение ориентироваться в ограниченном пространстве; развивать направление взора вдаль, вперед |  | Зрительные и звуковые ориентиры, лыжи для подгруппы детей |
| **февраль** | 10.02.20г. |  | **21** | **Мебель** (Международный день родного языка) | | | | |
| Упражнять детей ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке  *Л. И. Пензулаева стр.69*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение: одна группа детей на лыжах, вторая с санками. Вторая подгруппа строится в одну шеренгу на лыжах и выполняет повороты вправо и влево; упражнение «Пружинка» - сгибание и разгибание колен, приседая; ходьба по лыжне на расстоянии 100 м. По команде педагога дети меняются местами. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Точный пас» - перебрасывание шайбы друг другу, стоя в шеренгах на расстоянии 2-2,5 м друг от друга. «По дорожке» - скольжение по ледяным дорожкам, разбежавшись по снегу. **Подвижная игра** «Мороз Красный нос». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками. | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать координацию движений |  | Зрительные и звуковые ориентиры, лыжи и санки на подгруппу детей |
| 17.02.20г. |  | **22** | **«Посуда»** (Масленица) | | | | |
| Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками  *Л. И. Пензулаева стр.71*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в одну шеренгу (вся группа на лыжах) Выполнение приставных шагов вправо и влево; повороты направо и налево; ходьба по лыжне скользящим шагом за педагогом. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Кто дальше» - метание снежков правой и левой рукой на дальность с попаданием в стоящие на расстоянии 6-8 м кегли. «Кто быстрее» - бег (эстафета) до ориентира (кубики, кегли). **3.Заключительная часть:** Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Найди следы зайцев» | Развивать умение ходить и бегать не наталкиваясь, соблюдая дистанцию; упражнять в умении удерживать равновесие, стоя на лыжах |  | Зрительные и звуковые ориентиры, лыжи по количеству детей, кегли (кубики) |
| 24.02.20г. |  | **23** | **«Продукты питания»** (Праздник кукол) | | | | |
| Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность  *Л. И. Пензулаева стр.73*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному, перестроение в круг; ходьба вокруг снеговика, взявшись за руки. По команде педагога дети идут сначала медленно, затем ускоряют движение и переходят на бег. Через 2-3 круга педагог предлагает ходьбу и бег в другую сторону, изменив направление движения. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Точно в круг» - бросание снежков в круг (обруч) одной рукой снизу на расстоянии 2-3 м. «Кто дальше» - метание снежков на дальность на расстоянии 6,8, 10 м .в качестве ориентира кегли (кубики). **Подвижная игра** «Ловишки» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Найди следы зайцев» | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; направление взора вперед, вдаль |  | Зрительные и звуковые ориентиры, обручи (2 шт), кегли (6-8 шт) |
| 02.03.20г. |  | **24** | **«Мир профессий»** (День защитника Отечества) | | | | |
| Упражнять в умении строиться в шеренгу, в колонну по одному. Выполнять ходьбу с заданиями  *Л. И. Пензулаева стр.75*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий по команде педагога (прыжки на двух ногах, как зайцы помахать руками – «крыльями» как птицы, и т.д 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Гонки санок» - передвигаться на санках по линии финиша расстояние 10 м, отталкиваясь двумя ногами. Повторить 2 раза. «Не попадись» - прыжки из круга в круг по мере приближения к ним водящих. «По мостику» - ходьба по снежному валу, балансируя руками. **Подвижная игра** «Ловишки - перебежки» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Иди по следу» | Развивать умение бегать, не наталкиваясь друг на друга; развивать чувство равновесия |  | Зрительные и звуковые ориентиры, санки для подгруппы детей, большой обруч |
| **март** | 09.03.20г.. |  | **25** | **«8 марта. Цветы, цветики, цветочки»** (Международный женский день) | | | | |
| Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы  *Л. И. Пензулаева стр.77*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному; непрерывный бег за педагогом до 1 минуты между ледяными постройками. Ходьба. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Пас точно на клюшку» - передавать шайбу на клюшку своему партнеру (передавать скользящим движением). Повторить 2 раза. «Проведи – не задень» - провести шайбу между кеглями, поставленными в ряд (расстояние между ними 1 м). **Подвижная игра** «Горелки» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному, построение в круг. Игра малой подвижности «Летает – не летает» | Развивать ловкость и глазомер |  | Зрительные и звуковые ориентиры, клюшки, шайбы по количеству детей, кегли – 8-10 шт) |
| 16..03.20. |  | **26** | **«Весна шагает по планете»** (День оленевода) | | | | |
| Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками  *Л. И. Пензулаева стр.80*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба колонной по одному. Бег продолжительностью 30 секунд. Ходьба (20 сек). Бег (40 сек). Ходьба и бег в чередовании. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Ловкие ребята» - ведение (отбивание) мяча правой рукой в движении (дистанция 5 м). «Кто быстрее» (эстафета) - прыжки на правой и левой ноге до флажка (дистанция 3 м), обогнув его быстрым шагом вернуться в колонну. **Подвижная игра** «Оленьи упряжки» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному, построение в круг. Игра малой подвижности «Иди по следу» (развитие зрительно-двигательной ориентации) | Развивать чувство равновесия, координацию движений; Развивать направление взора вниз | Оленьи упряжки | Зрительные и звуковые ориентиры, большие мячи по количеству детей, 2 флажка, вожжи для подвижной игры |
| 23.03.20г. |  | **27** | **Встречаем птиц** (Международный день птиц) | | | | |
| Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках мячом  *Л. И. Пензулаева стр.83*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба колонной по одному. (дистанция 10 м). Бег продолжительностью 30 секунд. Ходьба (20 сек). Бег (40 сек). Ходьба и бег в чередовании. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Канатоходец» - быстрая ходьба с мешочком на голове ,руки в стороны. Дойти до финиша, переложить мешочек в руку, и бегом вернуться в свою колонну. «Удочка» (эстафета) - прыжки на двух ногах вверх на месте. **Подвижная игра** «Перелет птиц» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному, построение в круг. | Развивать умение у детей правильно выполнять упражнения на формирование осанки; развивать чувство равновесия, мягко приземляться на обе ноги в прыжках |  | Зрительные и звуковые ориентиры, мешочки с песком (2 шт), шнур, кегля,кубик |
| 30.03.20г. |  | **28** | **«Насекомые»** (Неделя «Культура – детям») | | | | |
| Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые упражнения с прыжками  *Л. И. Пензулаева стр.85*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, объяснение задания. По команде педагога дети первой группы выполняют бег в быстром темпе до обозначенной линии (дистанция 10 м). Затем бег выполняет вторая группа.. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Прокати - сбей» - прокатывание мяча в прямом направлении, стараясь сбить кегли (на расстоянии 6 м). «Пробеги – не задень» - бег между кеглями «змейкой» (расстояние 40 см одна от другой.**Подвижная игра** «Медведь и пчелы» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному. | Усилить аккомодацию, развивать направление взора в близь и вниз (при расходящимся косоглазии) развивать направление взора вверх и вдаль (при сходящимся косоглазии) |  | Зрительные и звуковые ориентиры, кегли (6-8 щт), мячи по количеству детей |
| **апрель** | 06.04.20г. |  | **29** | **«Что мы знаем о рыбах»** (Всемирный день Земли и Всемирный день водных ресурсов) | | | | |
| Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом, эстафету с большим мячом  *Л. И. Пензулаева стр.87* | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному. Ходьба и бег в чередовании: 10 м- ходьба, 10 м – бег; повторить несколько раз 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Ловишки - перебежки» - бег одной подгруппы за другой, затем меняться местами. «Передача мяча в колонне» (эстафета) - передавать мяч над головой друг другу, стоя в колонне. **Подвижная игра** «Медведь и пчелы» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать направление взора вверх |  | Зрительные ориентиры, 2 больших мяча |
| 13.04.20г. |  | **30** | **«Скоро в школу»** (Международный день детской книги) | | | | |
| Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом  *Л. И. Пензулаева стр.89*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному. Ходьба. Бег в умеренном темпе до 1,5 минут, ходьба врассыпную между предметами. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Догони обруч» - прокатывать обруч друг другу, стоя в шеренгах. «Перебрось и поймай» - передвигаясь в парах свободно по площадке перебрасывать мяч друг другу. **Подвижная игра** «Подними монету» **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Кто ушел?» | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать направление взора вдаль, вперед |  | Зрительные ориентиры, обручи и мячи для подгруппы детей |
| 20.04.20г. |  | **31** | **Мой город Ноябрьск** (Праздник весны и труда) | | | | |
| Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом  *Л. И. Пензулаева стр.91*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в 2-3 шеренги. Бег (дистанция 10 м) с одной стороны площадки на другую. После 2- 3 перебежек ходьба колонной по одному. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Кто быстрее» (эстафета) - прыжки на двух ногах вперед (дистанция 5 м) до корзины (обруча) положить в нее мяч. Вернуться бегом в команду, передав эстафету. «Мяч в кругу» - водящий прокатывает ногой (пас) мяч игрокам, стоящим по кругу, каждый получает мяч, а затем посылает водящему. **Подвижная игра** «Липкие пеньки» **3.Заключительная часть.** | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать направление взора вниз |  | Зрительные ориентиры, корзина или обруч (2 шт), мячи по количеству детей |
| 27.04.20г. |  | **32** | **Путешествие в страну «Геометрию»** (Всемирный день здоровья) | | | | |
| Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии  *Л. И. Пензулаева стр.93*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну, ходьба и бег между предметами. Построение в 2- 3 шеренги, про бегание отрезков (дистанция 20 м) на скорость. Повторить 2 -3 раза. 2**. Основная часть:** Игровые упражнения. «Сбей кеглю» - прокатывание мяча (на расстоянии 4 м от исходной линии стоят кегли по числу играющих) вперед, энергичным движением обеих рук постараться сбить кеглю, 2 – 3 раза. «Пробеги – не задень» - бег между кеглями, не задев их 2-3 раза. 2. «С кочки на кочку» - прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат в шахматном порядке по 6 штук в две линии). **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Кувшинчик» | Развивать зрительно-двигательную ориентацию; развивать направление взора вперед, вдаль, вниз |  | Зрительные ориентиры, мячи, кегли по числу детей, обручи (12 шт) |
| **май** | 04..05.20г. |  | **33** | **«Зоопарк»** (Международный день толерантности) | | | | |
| Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; выполнять упражнения с мячом и воланом (бадминтон)  *Л. И. Пензулаева стр.96*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе до 1 минуты. 2**.Основная часть:** Игровые упражнения. «Проведи мяч» - провести мяч ногами, не отпуская его от себя далеко. (кегли стоят в два ряда 5-6 штук, расстояние между кеглями 1,5 м. «Пас друг другу» - перекатывать мяч друг другу, стоя в шеренгах поочередно правой левой ногой. Расстояние между играющими 1,5 – 2 м. «Отбей волан» - отбивать волан ракеткой друг другу, стоя в парах. **Подвижная игра** «Гуси – лебеди». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному. | Развивать ловкость; развивать глазомер |  | Зрительные и звуковые ориентиры, |
| 11..05.20г. |  | **34** | **«Вот и лето пришло»** (Международный день защиты детей) | | | | |
| Продолжать выполнять непрерывный бег; упражнять в прокатывании обручей, повторять игровые упражнения с мячом  *Л. И. Пензулаева стр.97*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному, ходьба, бег в умеренном темпе до 1,5 минут; ходьба между предметами. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Прокати – не урони» - прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах, подталкивая обруч одной рукой. «Кто быстрее» - прыжки на двух ногах в парах (дистанция 5 м). «Забрось в кольцо» - бросание мяча в корзину двумя руками от груди поточно (баскетбольный вариант). **Подвижная игра** «Совушка». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Ходьба в колонне по одному | Развивать выносливость в непрерывном беге; развивать направление взора вперед, вдаль |  | Зрительные и звуковые ориентиры, обручи и мячи по количеству детей, корзина |
|  | 18.05.20г. |  | **35** | **НОД (диагностическая)** (Международный день защиты детей) | | | | |
| Выявить уровень развития детей по физической культуре (скорость бега на 10 м, с., скорость бега на 30 м,с., дальность броска мяча весом 1 кг, см)  *Л. И. Пензулаева стр.99*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1. Вводная часть:**  Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение. Перестроение в колонну по одному. Обычная ходьба в колонне по одному. Бег на скорость 10 м, 30 м. Ходьба.**2.Основная часть: ОВД: 1.** Дальность броска мяча весом 1 кг, см. **Подвижная игра** «Хитрая лиса» **Дыхательная гимнастика:** «Насос». **3. Заключительная часть:** Гимнастика для глаз «Прослеживание». Игра малой подвижности «Белый шаман» | Развивать быстроту в беге; развивать силу мышц | Белый шаман | Зрительные и звуковые ориентиры, набивные мячи по количеству детей |
| 25.05.20г. |  | **36** | **НОД диагностическая** (День Победы в ВОВ) | | | | |
| Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом  *Л. И. Пензулаева стр.101*  Социально-коммуникативное развитие  Речевое развитие | **1.Вводная часть:** Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, по команде педагога темп ходьбы ускорять и замедлять; ходьба в колонне по одному, на сигнал педагога выполнять фигуру. **2.Основная часть:** Игровые упражнения. «Мяч водящему» - бросание мяча двумя руками, стоящим по кругу детям. (2-3 раза). «Передача мяча в колонне» (эстафета) – передача мяча двумя руками назад. **Подвижная игра** «Не оставайся на земле». **3.Заключительная часть:**  Гимнастика для глаз «Стрельба глазами». Игра малой подвижности «Прокати мяч палкой» | Развивать направление взора вперед |  | Зрительные и звуковые ориентиры, мяч (2 шт), гимнастическая палка (2 шт) |