

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 25
комбинированного вида Центрального района Санкт – Петербурга

«Согласовано»

Педагогическим советом ГБДОУ № 25
Центрального района СПб
Протокол от 29.08.2016 № 1

«Утверждено»

приказ от 29.08.2016 № 218

Заведующей ГБДОУ № 25

Центрального района СПб



С.М. Фишелева

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕМЁНОВОЙ МАРИНЫ АЛЕКСЕЕВНЫ**

Группы компенсирующего вида: «Знайки», «Родничок», «Говорушки», «Почемучки».

Общеразвивающие группы: «Непоседы», «Шалунишки», «Колокольчики».

Общеразвивающие группы для детей раннего возраста с комплексом оздоровительных мероприятий:

«Горошинки», «Малышки».

Санкт – Петербург

2016 – 2017 год

Пояснительная записка.

Физическое развитие занимает одно из ведущих мест в воспитании гармонически развитой личности. Рабочая программа строится на основе знаний возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях дошкольника. Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, прыжки, повороты), формирование начальных представлений основных видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами. Система оздоровительных мероприятий в ГБДОУ предусматривают охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность и, что не менее важно, привитие стойкого интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Рабочая программа разработана инструктором по физической культуре Государственного бюджетного образовательного учреждения детского сада №25 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга (далее – ДОУ №25): и обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 1,5 до 7 лет (до этапа завершения дошкольного возраста) с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, с учетом интеграции основных направлений развития ребенка – социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и музыкального.

Основные цели и задачи

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Физическая культура:
 1. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
 2. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
 3. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
 4. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы:

Соответствуют формам, способам, методам и средствам, описанным в Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (пилотный вариант) /Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой- 3-е изд.,испр. и доп- М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2014,-**136-142с**/ и ряда дополнительных программ, методик и технологий, рекомендуемых авторами примерной основной образовательной программы «От рождения до школы», позволяющих выполнять Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений описан в Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (пилотный вариант) /Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой- 3-е изд.,испр. и доп- М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2014,-**304-318с**/

Содержание работы:

Комплексно-тематическое планирование на 2016 – 2017 учебный год. Общеразвивающие группы. Приложение №1

Комплексно-тематическое планирование на 2016 – 2017 учебный год. Компенсирующие группы. Приложение №2

Комплексно-тематическое планирование на 2016 – 2017 учебный год. Общеразвивающие группы с комплексом оздоровительных мероприятий для детей раннего возраста. Приложение №3

Образовательная нагрузка. Приложение № 4

Планирование активного отдыха детей на 2016 – 2017 учебный год. Приложение № 5

Планирование совместной работы с педагогами групп на 2016 – 2017 учебный год. Приложение № 6

Предполагаемые результаты:

К концу завершения периода дошкольного детства соответствуют целевым ориентирам, описанным в Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (пилотный вариант) /Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой- 3-е изд.,испр. и доп- М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2014,-**18-20с**/

Комплексно-тематическое планирование на 2016 – 2017 учебный год.

СЕНТЯБРЬ

Младшая общеразвивающая группа (3 – 4 года)

Недели	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплессы	Основные виды движений				Подвижные игры
					Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1-3 недели <i>Начальное диагностирование</i>	<i>В колонну по одному</i>	<i>Ходить между предметами</i>	<i>По заданию – убежать и догонять</i>	Без предметов «Забавные птички»	<i>Ходить по г/скамейке руки в стороны</i>	<i>Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд</i>	<i>Бросать мяч двумя руками снизу педагогу и ловить его</i>	<i>Подлезать под предметы высотой 30 – 40 см</i>	
	<i>Перестроение из к/о в шеренгу поворотом на месте</i>	<i>По кругу, взявшись за руки</i>	<i>По ограниченной поверхности (25 – 30 см)</i>	Без предметов «Забавные птички»	<i>Перешагивать через предметы на полу</i>	<i>Спрыгивать с высоты 10 – 20 см</i>	<i>Прокатывать мяч под дугу с расстояния 1,5 – 2 м двумя руками стоя и сидя</i>	<i>Ползать по гимнастической скамейке</i>	
		<i>Переход от ходьбы к бегу и обратно</i>		С погремущкой «Поиграем»	<i>Ходить по наклонной доске вверх и вниз, руки на пояс</i>	<i>Перепрыгивать на двух ногах через предметы, лежащие на полу</i>	<i>Бросать набивной мешочек (м/мяч) вдаль одной рукой с места</i>	<i>Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз</i>	
4 неделя	<i>«Как я провёл день в детском саду»</i>	Стайкой	Чередование ходьбы в рассыпную с ходьбой стайкой	Чередование бега в рассыпную с бегом в обусловленное место по сигналу	С погремущкой «Поиграем»	Прыгать на двух ногах на месте	Ползать на четвереньках по прямой	П/и «Догони мяч» П/и «Бегите ко мне»	

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Во саду – ли, в огороде...»	В колонну по одному	В колонне по одному за педагогом	В колонне по одному за педагогом	С кубиком «Соберём урожай»	Перешагивать через предмет высотой 5см, лежащий на полу	Прыгать на двух ногах вокруг предмета			П/и «Пронеси – не урони» П/и «Не наступи на линию»
2 неделя	«Во саду - ли, в огороде...»	В колонну по одному	В колонне по одному по зрительным ориентирам		С кубиком «Соберём урожай»	Перешагивать через предметы на полу высотой 5см, лежащие в ряд друг за другом		Катать мяч друг другу, сидя на полу, ноги в стороны		«Соберём урожай» - аналог п/и «Принеси игрушку» П/и «Поезд»
3 неделя	«В гости к кукле»	В колонну по одному	В колонне по одному по зрительным ориентирам	В колонне по одному по зрительным ориентирам	С куклой «В гости к			Катать мяч друг другу, стоя на коленях	Ползать на четвереньках по прямой до ориентира	П/и «Найди свой домик» П/и «Воробушки и автомобиль»
4 неделя	«В гости к кукле»	В колонну по одному по росту	В колонне по одному по зрительным ориентирам на носках	В колонне по одному по зрительным ориентирам не перегоняя и не отставая	С куклой «В гости к кукле»		Перепрыгивать на двух ногах через шнур на полу		Ползать на четвереньках по прямой до ориентира	П/и «Солнышко и дождик» П/и «Прокати мяч»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Магазин игрушек»	В колонну по одному по росту	В колонне по одному на носках	В колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения	С м/игрушкой «Магазин игрушек»	Ходить между двумя шнурами на полу	Перепрыгивать на двух ногах через шнуры на полу, лежащие в ряд друг за другом			П/и «Найди себе пару» П/и «Наседка и цыплята»
2 неделя	«Магазин игрушек»	В колонну по одному по росту	В колонне по одному за персонажем	В колонне по одному за персонажем	С м/игрушкой «Магазин игрушек»	Ходить и бегать между двумя шнурами на полу		Прокатывать мяч в прямом направлении двумя руками		П/и «Поезд» П/и «Поймай комара»
3 неделя	«Котята» см.: Юдина, Яковлева «Физическое развитие и здоровье», Ч.2, стр.12	В колонну по одному по росту	Чередование ходьбы обычной с ходьбой в приседе в к/одному	Чередование бега в к/одному с бегом в рассыпную по звуковому сигналу	На г/скамейке «Котята»			Прокатывать мяч двумя руками до ориентира	Ползание на четвереньках по ограниченной поверхности	П/и «Кошки-мышки» П/и «Догони мяч»
4 неделя	«Котята» см.: Юдина, Яковлева «Физическое развитие и здоровье», Ч.2, стр.12	В колонну парами на месте	В колонне парами, взявшись за руки	В колонне парами, взявшись за руки	На г/скамейке «Котята»		Прыгать на двух ногах в обруч на полу и выпрыгивать из него		Ползание на четвереньках по извилистой дорожке	П/и «Птички и птенчики» П/и «Поровненной дорожке»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Вышла курочка гулять»	В колонну парами на месте	В к/парами, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа движения	В к/парами, взявшись за руки с ускорением и замедлением темпа движения	Без предметов «Курочка и цыплята»	Ходить по доске на полу, руки на пояс	Прыгать на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча), положенных в ряд друг за другом			П/и «Курочка и цыплята» П/и «Кошка и мышки»
2 неделя	«Вышла курочка гулять»	В колонну парами на месте	В к/парами, взявшись за руки с высоким подниманием бедра	Чередование бега в к/парами, взявшись за руки с бегом в рассыпную	Без предметов «Курочка и цыплята»	Ходить по доске на полу с дополнительным заданием для рук		Ударять мяч об пол и ловить его двумя руками, стоя на месте		П/и «Воробушки и кот» М/и «Найди цыпленка»
3 неделя	«Путешествие в зимний лес»	В шеренгу с равнением по зрительной ориентире	В к/одному «змейкой» между предметами	В к/одному «змейкой» между предметами	С мячом «Снежки»			Ударять мяч об пол и ловить его двумя руками, стоя на месте	Ползать на четвереньках под шнур, натянутый на высоте 50 см	П/и «Зайцы в лесу» см. «Росинка» В.Н.Зимонина стр. 217 П/и «Пляшут мышки на дорожке»
4 неделя	«Путешествие в зимний лес»	В шеренгу по 3/6 с перестроением в к/о поворотом на месте	В к/одному «змейкой» между предметами	В к/одному «змейкой» между предметами	С мячом «Снежки»		Спрыгивать с высоты 15-20 см (моном, г/скамейка)		Ползать на четвереньках под дугой высотой 50 см	П/и «Целься верней» (со снежками) см. «Фуд/лошкольников» Т.И.Осокиной стр57 П/и «Зайцы и волк»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-КОМПЛЕКСЫ	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«На поляне снежной»	В шеренгу по 3/6 с перестр. в к/одному поворотом на месте	В к/одному в заданном направлении с изменением темпа движения	В к/одному в заданном направлении с изменением темпа движения	Без предметов «Зимние забавы»	Ходить по г/скамейке, руки на пояс	Спрыгивать с высоты h=20-25 см, приземляясь на носки			П/и «Шире шагай» П/и «Птички в гнёздышках»
2 неделя	«Забавы матушки Зимы»	В шеренгу по 3/6 с перестр. в к/одному поворотом на месте	В к/одному: на носках, руки на пояс; широким шагом (через сугробы)	В к/одному, по сигналу – приставным шагом прямо (скачем на лошадке)	Без предметов «Зимние забавы»	Ходить по г/скамейке, руки в стороны, со прыгиванием в конце скамейки			Передвигаться приставным шагом по нижней рейке шв. стенки, держась руками за рейку на уровне груди	П/и «По дорожке на одной ножке» П/и «Кто дальше бросит»
3 неделя	«Слепим Снеговика»	В шеренгу с перестроением в круг по ориентиру	По кругу, взявшись за руки со сменой направления	По кругу, взявшись за руки, по зв. сигналу – остановиться, поднять руки вверх	С большим мячом «Лепим снеговика»			Бросать мяч двумя руками снизу с места за шнур на полу (расстояние 1.5 - 2 м)	Лазать по г/стенке приставным шагом вверх на 1,5 м и вниз	П/и «Быстро возьми предмет» П/и «Найди своё место»
4 неделя	«Снежные забавы»	В шеренгу с перестроением в круг по ориентиру	По кругу, взявшись за руки с изменением темпа движения	По кругу, взявшись за руки, по звук. сигналу – остановиться, присесть	С большим мячом «Лепим снеговика»		Прыгать на двух ногах из обруча и обратно в обруч боком	Бросать мяч двумя руками снизу с места в горизонтальную цель (расстояние 2 м)		П/и «Ловишки со снеговиком» П/и «Бегите к флажку»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«В гости к лесным зверятам»	Постр-е в к/два за направляющим с места по ориент.	Парами, взявшись за руки, «змейкой», по ориентирам	В парах со сменой направления по звуковому сигналу	Б/предметов «Кого встретил Колобок»	Ходить по г/скамейке приставным шагом, приставляя пятку к носку	Прыгать на двух ногах боком из обруча и обратно в обруч в правую и левую сторону			П/и «Найди свой дом» П/и «Мыши в кладовой»
2 неделя	«Зайчики в лесу»	Постр-е в к/два за направляющим с места по ориентиру	Парами, взявшись за руки, «змейкой», по ориентирам	В парах со сменой направления по звуковому сигналу	Б/предметов «Кого встретил Колобок»	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом			Лазать по г/стенке приставным шагом вверх на 1,5 м и вниз	П/и «Зайцы в лесу» см. В.Н.Зимонина «Воспитание ребёнка-дошкольника» стр. 217-222 П/и «Зайцы и волк»
3 неделя	«Хитрая лисичка»	Постр-е в к/два за направ-щим с места по ориентиру	Парами на носках широким шагом (через сугробы)	В парах со сменой направления по зрительному сигналу	С короткой верёвкой «Медвежья зарядка»			Ловить и бросать мяч педагогу с расстояния 1 м	Лазать по г/стенке приставным шагом с переходом на следующий пролёт и спуск с него	П/и «Хитрая лиса» П/и «Найди свой цвет»
4 неделя	«Где спит медведь?»	Постр. в к/два в движении за направляющим по ориентиру	Парами на носках с высоким подниманием бедра (через пеньки и ветви)	В парах со сменой направления по зрительному сигналу	С короткой верёвкой «Медвежья зарядка»		В длину с места на двух ногах через два шнура на полу, лежащих на расстоянии 30 см друг от друга (через «ров»)	Ловить и бросать мяч друг другу с расстояния 0.5 м		П/и «У медведя во бору» П/и «Береги предмет»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Здравствуй, Весна!»	Постр-е в к/два в движении за направл. по ориент.	В парах широким и мелким шагом со сменой направления по звук. сигналу	Чередование бега в парах с бегом в рассыпную	С г/палкой «Здравствуй, Весна»	Ходить по доске на полу, перешагивая через кубик на середине доски	Прыгать в длину с места на двух ногах на расстояние не менее 40 см			П/и «Мяч в корзину» см. Л.В.Яковлева «ФР и здоровье детей 3-7 лет». Часть 2 стр. 64 П/и «Мыши в кладовой»
2 неделя	«Здравствуй, Весна!»	Постр-е в к/два в движении за направл. по ориент.	В парах широким и мелким шагом со сменой направления по звук. сигналу	Чередование бега в парах с бегом в рассыпную	С г/палкой «Здравствуй, Весна»	Ходить по доске на полу, перешагивая через ряд кубиков на доске			Ползать на четвереньках по наклонной доске, закреплённой на 2 перекладине лесенки-стремянки	П/и «Весёлая карусель» П/и «Поймай комара»
3 неделя	«Цветные автомобили»	Перестр-е из к/о в 1 шеренгу и наоборот на месте	В к/одному по наклонной и горизонтальной поверхностям	По кругу, взявшись за руки, с изменением темпа движения	С цветными кольцами «Цветные Автомобили»			Прокатывать мяч двумя руками перед собой вокруг предмета (кегля) в одну сторону	Ползать на четвереньках по наклонной доске, закреплённой на 2 перекладине лесенки-стремянки, с переходом на неё	П/и «Волшебная дудочка» П/и «С кочки на кочку»
4 неделя	«Цветные автомобили»	Перестр-е из к/о в 1 шеренгу и наоборот на месте	В к/одному за направляющим между предметами	По кругу, взявшись за руки, с изменением темпа и направления движения	С цветными кольцами «Цветные Автомобили»		Прыгать на месте со сменой положения ног (в стороны – вместе)	Прокатывать мяч двумя руками перед собой вокруг предмета (кегля) в одну и другую сторону		П/и «Цветные автомобили» П/и «Ловишки» с лентами

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Весёлое путешествие»	Постр-е в к/три с места за напр-м по ориентир	С дополнительным заданием: остановиться по зв. сигналу, поворот вокруг себя переступанием	Врассыпную с изменением темпа движения	Со ср. мячом «Весёлое путешествие»	Ходить по кирпичикам, расположенным в 15 см друг от друга	Прыгать со сменой положения ног (в стороны - вместе), продвигаясь вперёд	Прокатывать мяч двумя руками перед собой «змейкой» между предметами		П/и «Смелые кораблики» М/и «Найди и промолчи» П/и «Трамвай»
2 неделя	«Весёлое путешествие»	Постр-е в к/три с места за напр-м по ориентир	С дополнительным заданием: остановиться по зв. сигналу, поворот вокруг себя переступанием	Врассыпную с изменением темпа движения	Со ср. мячом «Весёлое путешествие»	Ходить, перешагивая через рейки лестницы, лежащей на полу			Подлезать под воротики высотой 50 см боком, без помощи рук	П/и «Бегите к флажку» М/и «Найди, что спрятано» П/и «По ровненькой дорожке»
3 неделя	«Гуси-лебеди»	Постр-е в к/три с места за напр-м по ориентир	В к/одному приставным шагом вперёд	В к/одному с высоким подниманием бедра	Без предметов «Гуси»			Бросать мешочек одной рукой из-за головы через шнур, натянутый на высоте 1 м	Подлезать под воротики высотой 50 см боком с мячом в руках	П/и «Птички, в гнёздышки!» П/и «Береги предмет»
4 неделя	«Гуси-лебеди»	Постр-е в к/три с места за напр-м по ориентир	В к/одному приставным шагом вперёд и назад	В к/одному с высоким подниманием бедра	Без предметов «Гуси»		Прыгать на двух ногах через предметы, лежащие на полу в ряд, высотой 5-10 см	Бросать мешочек одной рукой из-за головы вдаль через шнур, натянутый на высоте 1 м		П/и «День и ночь» П/и «Кто быстрее до флажка»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«На солнечной полянке»	Повороты налево и направо переступанием по ориентире	В к/одному приставным шагом правым и левым боком	В к/одному приставным шагом вперёд с подскоком	С цветными лентами «На полянке»	Ходить по наклонной доске и спускаться с неё	Прыгать в высоту с места на двух ногах через шнур, натянутый на высоте 10 см			С/и «Найди свой цвет» П/и «Мой весёлый звонкий мяч»
2 неделя	«На солнечной полянке»	Повороты налево и направо переступанием по ориентире	В к/одному приставным шагом правым и левым боком	В к/одному приставным шагом вперёд с подскоком	С цветными лентами «На полянке»	Взбегать по наклонной доске и сбегать с неё			Лазать вверх и вниз по лесенке-стремянке	П/и «Ловишки с лентами» М/и «Угадай, кто кричит» П/и «С кочки на кочку»
3 – 4 недели	Итоговое диагностирование	Построение в шеренгу, перестроение в к/о поворотом на месте	Ходить, выполняя задания: с высоким подниманием бедра, «змейкой» между предметами	Бегать, выполняя задания: со сменой направления, увёртываясь или лоя кого-нибудь	Ходить по г/скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Перепрыгивать через шнур на двух ногах, натянутый на высоте 5 – 10 см от пола	Метать набивной мешочек (м/мяч) с места одной рукой вдаль на расстояние не менее 2,5 метра	Лазать вверх и вниз по шведской стенке на высоту не менее 1,5 метра	Катать мяч в заданном направлении	
		Перестроение из к/о в к/два за направляющим	Переход от ходьбы к бегу и обратно по звуковому сигналу	Бегать в быстром темпе 10 м Бегать с остановкой по звуковому или зрительному сигналу	Взбегать по наклонной доске вверх и сбегать с неё					Прыгать в длину с места на двух ногах не менее 40 см
						Кружиться на месте вправо и влево				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Лето, здравствуй!»	В колонну парами на месте	В к/одному с ускорением и замедлением темпа движения	В к/одному с ускорением и замедлением темпа движения	С шв. лентой «Лето, здравствуй!»			Бросать и ловить мяч двумя руками	Лазать по наклоненной лесенке, закреплённой на 2 рейке г/стенки	П/и «Лови, бросай, упасть не давай» П/и «Весёлая карусель»
2 неделя	«Лето, здравствуй!»	В колонну парами на месте	В к/одному с высоким подниманием бедра	Чередование бега в к/одному с бегом врассыпную	С шв. лентой «Лето, здравствуй!»			Бросать мяч вверх и ловить его после отскока от пола	Лазать по наклоненной лесенке, закреплённой на 2 рейке г/стенки с переходом на неё	П/и «Поймай комара» П/и «Мы топаем ногами» см. Пензулаева Л.И. «ФК с детьми 3-4 лет» стр.82
3 неделя	«Мы - туристы»	В шеренгу с равнением по зриту ориентир	В к/одному «змейкой» между предметами	В к/одному «змейкой» между предметами	Без предметов «Лето»	Ходить по г/скамейке, перешагивая через набивной мяч на середине скамейки	Прыгать на двух ногах боком через г/палку на полу			П/и «Волшебная дудочка» П/и «У медведя во бору»
4 неделя	«Мы - туристы»	В шеренгу по 3/о с перестроением в к/о поворотом на месте	Парами, взявшись за руки «змейкой» между предметами	Парами, взявшись за руки «змейкой» между предметами	Без предметов «Лето»	Ходить по г/скамейке, перешагивая через ряд н/мячей (4 мяча)	Прыгать на двух ногах через обручи, разложенные в шахматном порядке			П/и «Быстро возьми предмет» П/и «Кто дальше бросит»

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Младшая общеразвивающая группа (3 – 4 года)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходьба и бег по кругу. Ходьба и бег в заданном направлении с остановкой по звуковому сигналу. Ходьба по наклонной доске. Лазание по гимнастической лестнице одноимённым способом. Ползать на четвереньках между предметами. Прыжки на двух ногах через ряд шнуров на полу с махом рук. Прыжки в длину с места на двух ногах с махом рук. Бросание мяча из-за головы двумя руками с места вдаль. Бросать набивной мешочек в горизонтальную цель правой и левой рукой с места.</p>	<p>Ходьба и бег по ограниченной поверхности. Ползать по гимнастической скамейке на четвереньках. Подъём на гимнастическую стенку по приставной лестнице (ребристой доске) и спуск с неё. Лазать по гимнастической стенке на высоту не менее 1.5 м произвольным способом Бросать мяч об пол и вверх двумя руками и ловить его. Метать набивной мешочек одной рукой с места вдаль. Бег в быстром темпе (10 метров). Прыгать в длину с места на двух ногах не менее 40 см Перепрыгивать через шнур на двух ногах, натянутый на высоте 10 см от пола.</p>	<p>П/и «Кролики» П/и «Трамвай» П/и «Угадай, кто кричит» П/и «Воробышки и кот» П/и «Поезд» П/и «Мыши в кладовой» П/и «Птички в гнёздышках» П/и «Лягушки» П/и «Найди свой цвет» П/и «Попади в круг» П/и «Лохматый пёс» П/и «С кочки на кочку» П/и «Догони обруч» П/и «Через ручеёк»</p>
<p>ОРУ-комплексы: 1. С кубиком 2. С обручем</p>	<p>ОРУ-комплексы: 1. С мячом 2. С султанчиками</p>	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

Недели	Тема занятия	Стрелковые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1-3 недели	Начальное диагностирование	Повороты налево и направо переступанием	В к/одному с высоким подниманием бедра	В к/одному со сменой направления	Без предметов	Ходить по г/скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Перепрыгивать через шнур на двух ногах, натянутый на высоте 10 см от пола	Метать набивной мешочек (м/мяч) с места одной рукой вдаль 2,5-5 м	Подлезать под предметы высотой 40 – 50 см, боком, без помощи рук.	
		Построение в шеренгу, перестроение в к/о переступанием	«Змейкой» между предметами	Увёртываясь или лоя ког-либо	Без предметов	Взбегать по наклонной доске вверх и сбегать с неё	Спрыгивать с высоты 15 – 25 см	Катать мяч в заданном направлении	Лазать по шведской стенке на высоту не менее 1.5 м произвольным способом	
		Перестроение в колонну по два за направляющим	Переход от ходьбы к бегу и обратно	В быстром темпе 10 метров	Без предметов	Кружиться на месте вправо и влево	Прыгать в длину с места на двух ногах не менее 40 см	Бросать мяч вверх двумя руками, ударять об пол, стараясь поймать его двумя руками 2-3 раза		
4 неделя	«В осеннем парке»	Построение в к/о по росту	Чередование ходьбы обычной с ходьбой с закрытыми глазами	Со сменой направления по звуковому сигналу	С листочками «В осеннем парке»		Прокатывать мяч друг другу двумя руками, стоя на коленях	Ползать на четвереньках по прямой, прокатывая перед собой мяч	П/и «Найди себе пару» (с листьями) П/и «Пастух и стадо»	

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«У медведя во бору»	Находить своё место в шеренге, колонне	В к/одному со сменой направления по звуковому сигналу	Чередовать бег по кругу с бегом враспынную по залу	С м/игрушкой «Поиграем со звездами»		Прыгать на месте на одной ноге поочередно		Ползать на четвереньках «змейкой», прокатывая перед собой мяч	П/и «У медведя во бору» П/и «Цветные автомобили»
2 неделя	«Соберём урожай»	Находить своё место в шеренге, колонне, в кругу	В к/о, держась за руки, со сменой направления по звуковому сигналу – «ниточка за иголочкой»	Бег на месте с переходом на бег с продвижением вперёд и наоборот	С м/игрушкой «Поиграем со зверятами»	Ходить по прямой линии и по кругу, руки за спину	На месте вокруг себя на правой и левой ноге поочередно	Прокатывать мяч друг другу одной рукой сидя на полу		П/и «Огуречик, огуречик...» М/и «Ровным кругом» П/и «Самолёты»
3 неделя	«Прогулка по осеннему лесу»	Постр-е в к/два с места за ориентир	Приставным шагом вперёд и назад в шеренге	Приставным шагом вперёд с подскоком	С цв. платочками «Разноцветная осень»	Ходить по извилистой дорожке, руки за спину, перешагивая через плоские предметы		Прокатывать мяч друг другу одной рукой, стоя на коленях	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубик по середине	П/и «Птицы и дождь» см. В.Г.Фролов «ФК занятия, игры и упр. на прогулке», стр.147 П/и «Чьё звено скорее соберётся»
4 неделя	«Магазин игрушек»	Постр-е в к/три с места за ориентир	В к/одному приставным шагом правым и левым боком	В к/одному приставным шагом правым и левым боком с подскоком	С цв. платочками «Разноцветная осень»		Прыгать на двух ногах через ряд шнуров на полу		Ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики	П/и «Ловишки» с игрушкой М/и «Магазин игрушек»

Недели	Тема занятия	Стреловые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Путешествие на остров» (на поезде)	Постр-е в к/два в движении за направляющим по ориентир	В к/одному на носках; на пятках, руки на пояс	Чередование бега на носках с обычным бегом	На г/скамейке «На поезде»	Ходить по доске на полу с н/мешочком на голове, руки на пояс	Прыгать на двух ногах через ряд шнуров натянутых на высоте 10 см от пола	Прокатывать обруч одной рукой по прямой		П/и «На одной ножке по дорожке» см. В.Г.Фролов «ФК занятия, игры и упр. на прогулке», стр.146 П/и «Кролики»
2 неделя	«Путешествие на остров» (на поезде)	Постр-е в к/два в движении за направляющим по ориентир	В к/одному на носках, руки вверху; на пятках, руки за спину	В к/одному на носках «крадучись»	На г/скамейке «На поезде»	Ходить по извилистой дорожке с н/мешочком на голове		Прокатывать обруч одной рукой друг другу	Ползать на четвереньках по наклонной доске	П/и «Чье звено скорее соберётся» П/и «На одной ножке по дорожке»
3 неделя	«В гости к доктору Айболиту»	Постр-е в к/два в движен. за напр-м по ориентир	В к/одному с дополнительным заданием по зв. сигналу (упор присев; сед на пол)	В к/одному со сменой ведущего по звуковому сигналу	С хлопками «Быть здоровыми хотим»		Прямой галоп по кругу, руки за спину		Ползать на четвереньках по наклонной доске с переходом на г/скамейку	П/и «Котятя и щенята» М/п «Найди и промолчи» П/и «Лошадки»
4 неделя	«В гости к доктору Айболиту»	Постр-е в к/три в движен. за напр-м по ориентир	В к/одному с дополнительным заданием по зв. сигналу (лежа на животе; поворот вокруг себя на 180 градусов)	В к/одному со сменой ведущего по звуковому сигналу	С хлопками «Быть здоровыми хотим»	Ходить по доске на полу, на середине - присед	Прямой галоп «змейкой»	Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока от пола		П/и «Прятки с персонажем» П/и «Котятя и щенята»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Здравствуй, Зимушка-зима!»	Построение в к/три в движен. за напр. по ориентире	В к/одному с дополнительным заданием для рук (в стороны, вверх, к плечам)	В к/одному со сменой ведущего в чередовании с бегом в рассыпную	С малым мячом «Зимние забавы»	Ходить по г/скамейке, на середине - присед		Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками	Подтягиваться на г/скамейке лёжа на животе двумя руками одновременно	П/и «Ловишки с ленточками» М/и «Мои волшебные фигуры» П/и «Бездомный заяц»
2 неделя	«Здравствуй, Зимушка-зима!»	Построение в к/четыре в движен. за напр. по ориентире	В к/одному с дополнительным заданием для рук (в стороны, вверх, к плечам)	В к/одному со сменой ведущего в чередовании с бегом в рассыпную	С малым мячом «Зимние забавы»		Подпрыгивать на месте на двух ногах		Подтягиваться на г/скамейке лёжа на животе двумя руками попеременно	П/и «Мяч водящему» см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.66 П/и «Затейники»
3 неделя	«Снежные человечки»	Построение в к/четыре в движен. за напр. по ориентире	Чередовать ходьбу обычную с прыжками на месте по звуку сигнала	Чередовать бег обычный с прыжками с продвижением вперёд по звуку сигнала	С большим мячом «Снежные человечки»	Ходить по доске на полу с поворотом кругом на середине	Выпрыгивать из упора присев вверх, стараясь достать подвешенный предмет	Ударять мяч об пол двумя руками и ловить его после отскока		П/и «Кошка и мыши» М/и «Заморожу ручки» П/и «Пожарные на учении»
4 неделя	«В гостях у Снегурочки и Деда Мороза»	Перестроение из к/два в две шеренги поворотом напр. по ориентире	Шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	«Перебежки»- бегать шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	С большим мячом «Снежные человечки»	Ходить по г/скамейке с поворотом кругом на середине		Ударять мяч об пол двумя руками и ловить его после отскока в парах	Ползать по г/скамейке на четвереньках, пролезая в обруч на середине скамейки.	П/и «Прятки с хлопками» П/и «Из кружка в кружок»

Недели	Тема занятия	Стрелковые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
<i>Промежуточная диагностика</i>										
3 неделя	«Курочка-ряба»	Перестр-ие из к/два в две шеренги поворотом напр. по ор-ру	Шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	«Перебежки»- бегать шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	С ленточками «Весёлые котята»		Игровое задание «Переправься через болото»	Игра - эстафета «Мяч водящему»	Ползать по г/скамейке на четвереньках, пролезая в два обруча	П/и «Курочка-хохлатка» П/и «Охотники и зайцы»
4 неделя	«Котята и щенята»	Размыкание приставным шагом на вытянутые руки вперёд	Ходить и бегать парами между предметами. Ходить и бегать в рассыпную, по звуковому сигналу – построение парами		С ленточками «Весёлые котята»	Подняться по наклонной доске вверх, приставляя пятку к носку, повернуться, спуститься по доске вниз	Игра - эстафета «Кто быстрее»	П/и «Сбей кеглю»		П/и «Котята и щенята» см. В.Г.Фролов «ФК занятия, игры и упр. на прогулке», стр. 147 П/и «Найди себе пару»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Письмо для Красной Шапочки»	Размыкание приставным шагом на выгнутые руки вперёд	Чередовать ходьбу обычную с ходьбой с закрытыми глазами	Убегать от догоняющего и догонять убегающего	С кубиком	Подняться по наклонной доске вверх, приставляя пятку к носку, повернуться, сбежать по доске вниз	Прыгать вперёд на двух ногах, на правой и левой ноге поочередно		Лазать по г/стенке вверх и вниз, чередуя движения рук и ног	П/и «Мыши в кладовой» (у Красной Шапочки) П/и «Подбрось - поймай»
2 неделя	«В гости к Красной Шапочке»	Повороты «крутом», переступанием на месте	Чередовать ходьбу с высоким подниманием бедра на месте с ходьбой по залу по звуковому сигналу	Чередовать бег с высоким подниманием бедра на месте с бегом по залу по звуковому сигналу	С кубиком		Прыгать на правой и левой ноге до ориентира	Отбивать мяч об пол одной рукой перед собой, сидя на полу, ноги врозь. Ловить двумя руками	Лазать по г/стенке вверх и вниз, чередуя движения рук и ног с переходом на наклонную доску и спуск с неё бегом	П/и «Найди и промолчи» П/и «Ровным кругом» П/и «Ловишки» с ленточками
3 неделя	«Волшебный автобус»	Повороты «крутом» прыжком на месте	В к/одному на носках, на пятках со сменой положения рук (на пояс, за спину, за голову)	В к/одному с остановкой на зрительный сигнал	Без предметов «Зарядка в автобусе»	Идти по доске, лежащей на полу, навстречу друг другу, при встрече разойтись, не сходя на пол		Отбивать мяч об пол одной рукой перед собой, стоя на коленях. Ловить двумя руками		П/и «Кто дальше прыгнет» см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.63 П/и «Кролики»
4 неделя	«Волшебный автобус»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/одному на носках, на пятках со сменой положения рук (на пояс, за спину, за голову)	В к/одному с остановкой на зрительный сигнал с дополнительным заданием для рук	Без предметов «Зарядка в автобусе»	Идти по г/скамейке навстречу друг другу, при встрече разойтись, не сходя на пол		Отбивать мяч об пол одной рукой перед собой стоя. Ловить двумя руками	П/и «Пожарные на учении»	П/и «Попади в обруч» см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.58

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Если был бы я волшебник...»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/о с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи вперёд-назад)	Медленный бег в к/о со сменой ведущего с переходом на ходьбу	С обручем «Волшебный круг»		Прыгать из обруча в обруч, лежащих на полу в ряд на расстоянии 5-7 см друг от друга на двух ногах		Лазать по наклонной лестнице, установленной на второй рейке г/стенки	П/и «Мы – весёлые ребята» П/и «Сбей кеглю»
2 неделя	«Если был бы я волшебник...»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/о с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи)	Медленный бег в к/о с преодолением препятствий	С обручем «Волшебный круг»	Ходить по г/скамейке, прыгивая в конце	Прыгать из обруча в обруч, лежащих на полу в шахматном порядке на двух ногах		Лазать по наклонной лестнице, установленной на второй рейке г/стенки с переходом на неё	П/и «Успей выбежать из круга» П/и «Подбрось - поймай»
3 неделя	«Палочка волшебника»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/о с ходьбой с наклонами и приседами	Медленный бег в к/о «змейкой» по ориентиру	С г/палкой «Палочка-выручалочка»	Бегать по г/скамейке, прыгивая в конце		Бросать мяч через шнур двумя руками из-за головы с места. Расстояние до шнура 1 метр		П/и «Из кружка в кружок» П/и «Весёлая карусель»
4 неделя	«Палочка волшебника»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/о с прыжками на двух ногах из полуприседа	Медленный бег в к/о широким шагом, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вперёд	С г/палкой «Палочка-выручалочка»		Прыгать на месте ноги в стороны врозь – вместе	Бросать мяч через шнур двумя руками из-за головы с места. Расстояние до шнура 2 метра	П/и «Рыбаки и сеть»	П/и «Ловишки» с мячом см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.61

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Весёлые туристы»	Размыкание приставным шагом на выпянутые руки вперёд	В к/одному с дополнительным заданием для рук (круговые движения, махи вперёд-назад)	Чередование бега в к/о с бегом враспынную в медленном темпе	С гантелями «Весёлые туристы»	Ходить по узкой стороне г/скамьи, руки на пояс	Прыгать с продвижением вперёд ноги в стороны врозь – вместе	П/и «Мяч через сетку»	П/и «Лиса и птицы»	
2 неделя	«Весёлые туристы»	Размыкание приставным шагом на выпянутые руки вперёд и в стороны	В к/одному с дополнительным заданием для рук (круговые движения, махи вперёд-назад)	В к/одному в медленном темпе «змейкой» со сменой направления по звуковому сигналу	С гантелями «Весёлые туристы»	Ходить по гимнастическому у бревну, руки в стороны		Ползать по г/скамейке на высоких четвереньках	Игра-эстафета с рюкзаками «Кто быстрее»	
3 неделя	«Есть у солнышка друзья»	Размыкание приставным шагом на выпянутые руки вперёд и в стороны	Парами с высоким подниманием бедра; на носках; на пятках	Чередовать бег обычный парами с прыжками на одной ноге парами в медленном темпе	С флажками		Прыгать в длину с места на двух ногах с махом рук (до ориентира)	Метать набивной мешочек одной рукой от плеча с места в горизонтальную цель с расстояния 1.5 метра	Ползать по наклонной доске на высоких четвереньках	П/и «Бездомный заяц» П/и «На одной ножке по дорожке»
4 неделя	«Есть у солнышка друзья»	Перестроение в к/о из к/два в движении	В к/два в полуприседе, гимнастическим шагом с носка, спортивным шагом с пятки	Чередовать бег обычный в к/два с бегом широким и мелким шагом в медленном темпе	С флажками		Игровое задание «Кто дальше прыгнет»	Метать набивной мешочек одной рукой от плеча с места в горизонтальную цель с расстояния 3 метра	П/и «Лиса и птицы» П/и «Успей выбежать из круга»	

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«На стадионе»	Перестроение в к/о из к/два в движении	Чередовать ходьбу обычную с ходьбой спиной вперёд по звуковому сигналу	В к/одному с остановкой по звуковому сигналу – встать на одну ногу	Со скакалкой «На стадионе»	Стоять на одной ноге, сохраняя равновесие, руки в стороны	Прыгать на двух ногах с места через шнур, натянутый на высоте 20 см	Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте		П/и «Пожарные на учениях» П/и «Лохматый пёс»
2 неделя	«На стадионе»	Перестроение в к/о из к/два в движении	Чередовать ходьбу обычную с ходьбой на высоких четвереньках; в приседе	«Челночный» бег подгруппами с предметами 2 раза по 3 метра	Со скакалкой «На стадионе»	П/и «Мои волшебные фигуры»		Игровое задание «Попади в обруч»	Перелезть через верхнюю планку лесенки-стремянки боком	П/и «Прятки с колокольчиком» П/и «Зайка серый умывается»
3 - 4 недели	Заключительное диагностирование	Повороты на месте переступанием	Ходить по кругу правым и левым боком приставным шагом	Бегать «змейкой» между предметами	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места (не менее 70 см) Прыгать в высоту на двух ногах с места	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте не менее 5 раз	Приседать на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд Динамометрия	
		Перестроение в колонну по три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу с прыжками на двух ногах, с бегом и с ходьбой с изменением направления	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе и на выдохе (в секундах)	Прыгать на одной ноге (на правой ноге до ориентира, на левой – обратно)	Метать набивной мешочек (м/мяч) правой (левой) рукой с места в даль не менее 5 – 6 метров	Подлезать под предметы прямо, правым и левым боком без помощи рук	Лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; с пролёта на пролёт.	

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Здравствуй лето!»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/о с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи вперёд-назад)	Медленный бег в к/о со сменой ведущего с переходом на ходьбу	Без предметов «Весёлый зоопарк»	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, руки на пояс	Перепрыгивать через шнур на полу на двух ногах вправо-влево на месте		Перелезать через верхнюю планку лесенки-стремянки боком	П/и «Мы –весёлые ребята» П/и «Лиса в курятнике»
2 неделя	«Здравствуй лето!»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/о с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи)	Медленный бег в к/о с преодолением препятствий	Без предметов «Весёлый зоопарк»	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, на середине перешагнуть через н/мяч, руки на пояс	Перепрыгивать через шнур на полу на двух ногах вправо-влево, продвигаясь вперёд	Метать н/мешочек в вертикальную цель одной рукой от плеча с расстояния 1.5 м		П/и «Успей выбежать из круга» П/и «Самолёты»
3 неделя	«Прогулка в летний сад»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/о с ходьбой с наклонами и приседами	Медленный бег в к/о «змейкой» между предметами	С хлопками «Хлопушки»			Игровое задание «Попади в обруч»	Лазать по г/стенке удобным способом вверх и вниз, с переходом с пролёта на пролёт	П/и «Из кружка в кружок» П/и «Найди пару» П/и «Найди и промолчи»
4 неделя	«Прогулка в летний сад»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/о с прыжками на двух ногах из полуприседа	Медленный бег в к/о широким шагом, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вперёд	С хлопками «Хлопушки»	Ходить по г/скамейке на носках, руки в стороны	Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд между предметами		П/и «Ловля обезьян»	П/и «Ловишки» с м/мячом см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.61

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Средняя общеразвивающая группа (4 – 5 лет)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на пояс. Ходить по г/бревну, руки в стороны; на пояс. Бросать мяч двумя руками снизу, стоя в парах. Бросать мяч вверх двумя руками и ловить его после отскока от пола. Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте. Подлезать под шнур, натянутый на высоте 50 см прямо и боком без помощи рук. Лазать по приставной лесенке вверх с переходом на г/лестницу и спуск с неё. Подтягиваться на г/скамейке двумя руками одновременно. Прыгать на двух ногах и поочередно на одной «змейкой» между предметами. Прыгать на двух ногах через шнуры, натянутые на высоте 20 см.</p>	<p>Ходьба с перестроением в движении в колонну по два; по три; по четыре. Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, на середине – присед, выпрямиться и идти до конца скамьи. Стойка на одной ноге, руки на пояс. Бросать мяч об пол и вверх двумя руками и ловить его. Бросать мяч двумя руками из-за головы и ловить его после отскока от пола, стоя в парах. Метать набивной мешочек одной рукой с места вдаль. Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте. Челночный бег. Бег в быстром темпе (10 метров). Прыгать с продвижением вперёд ноги в стороны врозь – вместе. Прыгать в длину с места на двух ногах не менее 40 см</p>	<p>П/и «Цветные автомобили» П/и «Ловишки» с ленточками П/и «Найди себе пару» П/и «Сбей булаву» П/и «Самолёты» П/и «Жмурки» с хлопками П/и «Подбрось - поймай» П/и «Прятки» П/и «Найди, где спрятано» П/и «Мяч через сетку» П/и «По дорожке на одной ножке» П/и «Лиса в курятнике» П/и «Догони обруч» П/и «Кролики» П/и «Лошадки»</p>
<p>ОРУ-комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. С верёвочкой 2. С мячом 	<p>ОРУ-комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Без предметов 2. С кубиками 	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

К/о – колонна по одному.

СЕНТЯБРЬ

Старшая общеразвивающая группа (5 - 6 лет)

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 - 3 недели	Начальное диагностирование	Повороты на месте переступанием	По кругу правым и левым боком приставным шагом	«Змейкой» между предметами	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места (не менее 70 см) Прыгать в высоту на двух ногах с места	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте не менее 5 раз	Приседать на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд Динамометрия	
		Перестроение в колонну по три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу с прыжками на двух ногах, с бегом и с ходьбой с изменением направления	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе и на выдохе (в секундах)	Прыгать на одной ноге (на правой ноге до ориентира, на левой – обратно)	Метать набивной мешочек (м/мяч) правой (левой) рукой с места в даль не менее 5 – 6 метров	Подлезать под предметы прямо, правым и левым боком без помощи рук	Лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; с пролёта на пролёт.	
4 неделя	«Осенний лес» - занятие, построено на п/играх и играх-эстафетах	Построение в к/одному, перестроение в пары на месте	П/и «Перебежки»	П/и «Чьё звено быстрее соберётся»	Игровое задание «Кто дальше прыгнет»	Игровое задание «Попади в обруч»	П/и «Кто быстрее до флажка» - ползти на высоких четвереньках			
			П/и «Найди своё место» - чередование ходьбы парами с ходьбой в рассыпную по звуковому сигналу	И/э «Соберём грибы» - бег по ограниченной поверхности с корзиной в руках.	И/э «Прыжки в мешке»	И/э «Пронеси шишку» - быстро передвигаясь, нести шишку на ракетке в руке перед собой	И/э «Кто быстрее доползёт» - ползти на четвереньках до ориентира			

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Собираем урожай»	Построение в пары на месте, чередуя с построением в к/о	в к/два, по звуковому сигналу – ходить в колонне по одному	Чередовать бег врассыпную с бегом в колонну по одному	С большим мячом	Ходить, перешагивая через верёвку, натянутую на высоте 40 см	Прыгать на двух ногах вперёд с зажатым модулем «таблеткой» между колен		Перелезать через верхнюю планку лесенки-стремянки боком	П/и «Погрузка овощей» П/и «Мышеловка» М/и «У кого мяч?»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Повороты напр. и налево. прыжком на месте.	Чередовать ходьбу в к/два с ходьбой врассыпную	В к/одному в умеренном темпе до 1 минуты	С большим мячом	Перешагивать через воротца высотой 40 см, поставленные в ряд друг за другом	И/э «Пингвины» с зажатым между колен модулем	Передавать мяч двумя руками от груди, стоя в парах		П/и «Перелёт птиц» М/и «Найди и промолчи» П/и «Ловишки»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Повороты кругом прыжком на месте. Перестр. из одной шеренги в две с места по расчёту	В к/одному, по зв. сигналу - поворот прыжком кругом, продолжая ходьбу	В к/одному в умеренном темпе до 1 минуты	С кубиком	Игровое задание «По мостику»		Перебрасывать мяч двумя руками от груди, стоя в парах, с расстояния 1 метр друг от друга	Ползать на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом	П/и «Не оставайся на полу» П/и «Мы, весёлые ребята» П/и «Удочка»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в три с места по расчёту	В к/два, по зв. сигналу - поворот прыжком кругом, продолжая ходьбу	В к/два, по зв. сигналу - поворот прыжком кругом, продолжая ходьбу	С кубиком		Прыгать на двух ногах через шнур, натянутый на высоте 20 см боком	Игровое задание «Передача мяча»	Игровое задание «Не задень» - ползать на четвереньках «змейкой»	П/и «Ловишки с лентами» П/и «Затейник»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Мы туристы»	Перестроение в к/два в движении через с/зала	С высоким подниманием бедра; широким шагом	В к/одному «змейкой» между предметами; бегать врассыпную	С малым мячом	Ходить по г/скамейке, перекладывая м/мяч из руки в руку перед собой	Прыгать на двух ногах через ряд шнуров, натянутых на высоте 20 см боком		Пролезать в 3 обруча, стоящих друг за другом на расстоянии 1 метра боком без помощи рук	П/и «Бездомный заяц» П/и «Летает - не летает» П/и «Уголки»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение в к/три в движении через с/зала	В к/одному противходом; с ускорением и замедлением темпа движения	Медленный бег в к/одному до 1,5 мин; бегать врассыпную, по сигналу - остановиться	С малым мячом	Ходить по г/скамейке, перекладывая м/мяч из руки в руку перед собой и за спиной		Отбивать мяч от пола двумя руками в движении (в ходьбе)	Пролезать в 4 обруча, стоящих вплотную друг к другу в линию, правым и левым боком поочередно с мячом в руках	П/и «Хитрая лиса» П/и «Мышеловка» М/и «Найди и промолчи»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/два в к/одному в движении за напр.	В к/одному с изменением направления движения (по сигналу идти к окну, к двери, к флажку и т.д)	Между предметами, поставленными в ряд	На г/скамейках	П/и «Быстро встань в колонну»	Прыгать на правой и левой ноге по прямой до ориентира	Отбивать мяч от пола двумя руками в движении (в беге)		П/и «Гуси-лебеди» П/и «Парный бег» М/и «Угадай по глосу»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/три в к/одному в движении за напр.	Чередовать ходьбу в к/о с ходьбой врассыпную	Чередовать бег с высоким подниманием бедра и с захлестом голени	На г/скамейках		Прыгать на правой и левой ноге между предметами «змейкой»	П/и «Попади в обруч»	Ползать на четвереньках с опорой на локти и колени между двумя параллельными шнурами на полу	И/э «Быстро возьми, быстро положи» П/и «Мяч водящему» М/и «У кого мяч?»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Зимние забавы»	Перестр. из шеренги в круг с места, взявшись за руки	По кругу, взявшись за руки, по сигналу - поворот в др. сторону	Чередовать бег широким и мелким шагом в к/одному	С обручем		Игровое задание «На одной ножке по дорожке»	Отбивать мяч от пола одной рукой в движении (в ходьбе)	Ползать на четвереньках с опорой на локти и колени по г/скамье	П/и «Мороз - Красный нос» П/и «Ловишки» М/и «Тихо - громко»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из шеренги в круг с места, без рук. Размыкание на вытянутые руки	По кругу, не держась за руки, выполняя движения руками на каждый шаг (вперёд, вверх, в стороны, вниз)	В к/одному, по сигналу – замереть, выполнив какую-либо фигуру	С обручем	Ходить по наклонной доске вверх и вниз боком, приставным шагом, руки на пояс		Отбивать мяч от пола правой и левой рукой поочередно в движении (в беге)	Игровое задание «Ловкие ребята» - ползать по г/скамье на четвереньках, пролезая в обруч по середине	П/и «Найди себе пару» П/и «Мы, весёлые ребята»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/о в круг в движении. Размыкание на вытянутые руки	По кругу, не держась за руки, выполняя движения руками на каждый шаг (махи вверх-вниз, круговые движения вперёд)	По кругу, взявшись за руки, по сигналу – остановиться (соблюдать дистанцию и форму круга)	С флажками	Ходить вверх и вниз по наклонной доске правым и левым боком приставным шагом с поворотом на середине	Прыгать на двух ногах с места на мягкое препятствие высотой 20 см с махом рук			И/э «Собери снеговика» П/и «Чей мяч дальше» М/и «Найди предмет»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/о в 2 круга в движении за направляющим	Ходить и бегать по кругу, не держась за руки, изменяя направление движения в правую и левую сторону по сигналу. Соблюдать дистанцию и форму круга.		С флажками		Прыгать на мягкое препятствие высотой 20 см с трёх шагов	Перебрасывать мяч двумя руками из-за головы, стоя в парах	Ползать на четвереньках по прямой, толкая головой н/мяч перед собой	И/э «Забей шайбу» П/и «Кошка и мыши»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 - 2 неделя	<i>Промежуточное диагностирование</i>									
3 неделя	«Я узнаю себя»	Перестроение из одной шеренги в две одновременно с места по расчёту	По кругу, держась за шнур (толстую верёвку), сохраняя форму круга	По кругу, держась за шнур и сохраняя форму круга	С верёвкой	Взбегать по наклонной доске вверх (без разбега) и шагом спускаться вниз		Перебрасывать мяч двумя руками из-за головы друг другу через сетку, стоя в шеренгах	Ползать на четвереньках под дугами, поставленными в ряд друг за другом, толкая головой мяч перед собой	П/и «Удочка» П/и «Перепрыгни – не задень» М/и «Летает – не летает»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из одной шеренги в две одновременно с места по расчёту	Ходить и бегать по кругу, не держась за руки, изменяя направление движения в правую и левую сторону по сигналу. Соблюдать дистанцию и форму круга.		С верёвкой	Взбегать по наклонной доске вверх (без разбега) и сбегать с неё	Игра-эстафета «Кто скорее до флажка» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр.51		П/и «Медведи и пчелы» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр. 63	П/и «Выбивалы» П/и «Не оставайся на полу» П/и «Карусель»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Пожарные на учении»	Перестр. из одной шеренги в три одновременно с места по расчёту	В к/одному по диагонали; в шеренге плечом к плечу	В к/одному в умеренном темпе непрерывно до 1,5 минут	Без предметов	Бегать по наклонной доске с разбега вверх и вниз		Бросать мяч снизу двумя руками вверх и ловить его после хлопка в ладоши перед собой	Лазать до середины г/стенки разноимённым способом	П/и «Охотники и зайцы» П/и «Волк во рву» М/и «У кого мяч»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в три одновременно с места по расчёту	В к/одному «змейкой», ускоряя и замедляя темп движения	В к/одному со сменой направляющего, изменяя темп движения	Без предметов		Спрыгивать с монома (высота 30 см) на моном (высота 10 см) на обозначенное место	Бросать мяч снизу двумя руками друг другу и ловить его после хлопка в ладоши перед собой	Лазать по г/стенке до верха разноимённым способом	П/и «Встречные перебежки» П/и «Хитрая лиса»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в две уступом на месте по расчёту и наоборот	В к/одному противходом между предметами	В к/одному «змейкой» за направляющим	С цветными лентами	Ходить вперёд по линии на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Спрыгивать и запрыгивать на моном (30см) подряд несколько раз		И/э «Пожарные на учении»	П/и «Ловишки парами» П/и «Мяч водящему»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в три уступом в стороны на месте по расчёту и наоборот	Ходить и бегать противходом за направляющим, с остановкой на звуковой сигнал		С цветными лентами	Ходить вперёд и назад по линии на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Игровое задание «Кто сделает меньше прыжков»	Бросать мяч двумя руками из-за головы с места с расстояния 2 м в корзину, закреплённую на высоте 1.5 м		П/и «Караси и щука» П/и «Птички и кошка»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Весна - красна»	Перестроение из к/два в к/одному в движении шеренгами за напр-им	Ходить и бегать в к/одному, изменяя направление поворотом кругом по звуковому сигналу		С платочками		Прыгать с ноги на ногу (из обруча в обруч, положенные на полу в один ряд на расстоянии 40 см друг от друга)	Бросать мяч двумя руками из-за головы с трёх шагов с расстояния 2 м в корзину, закреплённую на высоте 1.5 м	Ползать по-пластунски до обозначенного места, согласовывая движения рук и ног	П/и «Совушка» П/и «Кто скорее до флажка»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/два в к/одному в движении шеренгами за напр-им	В к/одному скрестным шагом правым боком, левая нога перед правой	В к/одному по кругу, изменяя направление поворотом кругом по звуковому сигналу	С платочками	Ходить, перешагивая через ряд н/мячей на полу, руки на пояс	Прыгать с ноги на ногу (из обруча в обруч в шахматном порядке на расстоянии 40см друг от друга)		Ползать по-пластунски в сочетании с перебежками	И/э «Пронеси, не урони» П/и «Горелки»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/три в к/одному в движении шеренгами за напр-им	В к/одному скрестным шагом левым боком, правая нога перед левой ногой	Врассыпную между предметами на полу, не задевая их	С набивным мешочком	Ходить с набивным мешочком на голове, перешагивая через ряд н/мячей на полу, руки в стороны	И/э «Переправа»	Бросать мяч двумя руками от груди друг другу с расстояния 3 метра		П/и «Карусели» П/и «Поймай комара»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/три в к/одному в движении шеренгами за напр-им	В к/одному скрестным шагом правым и левым боком, левая и правая нога впереди поочередно	В среднем темпе в к/одному до 2 минут	С набивным мешочком		Прыгать в высоту с разбега (фаза отталкивания)	Бросать мяч двумя руками от груди о стену и ловить его после отскока от пола	Из вися спиной на г/стенке подтягивать согнутые в коленях ноги к груди	П/и «Гуси - лебеди» П/и «Синие, красные, желтые» М/и «Тихо-громко»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Космическое путешествие»	Перестроение из к/о в пары на месте и обратно в к/одному	В к/одному гимнастическим шагом с носка; спортивным шагом с пятки	Чередовать бег парами с бегом враспынную	В парах	Ходить по г/скамейке с поворотом на 180 град. переступанием на середине	Прыгать в высоту с разбега (фаза полёта и приземления)		Из вися спиной на г/стенке держать прямой угол ногами	П/и «Не оставайся на полу» П/и «Стой» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр.94
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/о в пары в движении и обратно в к/о	Ходить парами на носках, с высоким подниманием бедра	Бегать парами в среднем темпе с остановкой на звуковой сигнал	В парах	Ходить по г/скамейке с поворотом на 180 градусов на середине махом правой ногой	Игровое задание «Допрыгни до предмета»	Метать н/мешочек в вертикальную цель с места правой и левой рукой от плеча (расстояние 3 м)		И/э «Передача мяча в колонне» (поочередно справа и слева) П/и «Третий лишний»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Построение парами в движении в к/четыре	Ходить и бегать парами с остановкой на зрительный сигнал, принимая и.п. по показу		Ритмическая гимнастика			Метать н/м в вертикальную цель с места правой и левой рукой (расстояние 3.5 м)	Пролезать правым и левым боком в звенья г/лестницы поставленной на бок	П/и «Займи своё место» П/и «Затейники» П/и «Удочка»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Построение парами в движении в к/четыре	В к/одному, задавая ритм ходьбы хлопками	В к/одному с подскоками; правым и левым боком приставным шагом; на прямых ногах вперёд	Ритмическая гимнастика	Ходить по канату на полу боком приставным шагом, руки на пояс	Прыгать через короткую скакалку на месте, вращая её вперёд	И/э «Передача мяча в колонне» (поочередно сверху-снизу)	Пролезать правым и левым боком в звенья г/лестницы приподнятой от пола на высоту 20 см	И/э «Пробеги - не задень» П/и «Ловишки - перебежки» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр.48

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/четыре в пары расхождением вправо и влево	Ходить и бегать парами с поворотом в другую сторону по звуковому сигналу		Без предметов	Ходить по канату на полу боком приставным шагом с н/мешочком на голове, руки на пояс	Прыгать через короткую скакалку, продвигаясь вперёд	Бросать м/мяч одной рукой перед собой и ловить его двумя руками		П/и «Мышеловка» М/и «Что изменилось?» П/и «Кролики»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/четыре в пары расхождением вправо и влево	Ходить и бегать в к/одному с перешагиванием через предметы		Без предметов		И/эстафета «Кто быстрее до флажка»	Бросать и ловить м/мяч одной рукой перед собой	Подтягиваться на г/скамье двумя руками одновременно хватом с боку, лёжа на животе	П/и «Не оставайся на полу» М/и «Найди и промолчи»
3 - 4 неделя	Начальное диагностирование	Силовая выносливость мышц живота (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте (количество раз за 30 сек)	Присесть на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)	Динамометрия		
		Силовая выносливость мышц спины (количество раз за 15 сек)	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе и на выдохе (в секундах)	Прыгать через скакалку (количество раз за 30 сек)	Метать м/мяч правой (левой) рукой с места на дальность	Прыгать в высоту на двух ногах с места	Метать н/мяч двумя руками из-за головы с места, стоя и сидя		

Недели	Тема занятия	Строевые упр. Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шер.энги в к/о поворотом направо (налево) переступанием на месте.	В к/одному, задавая ритм хлопками над головой на каждый шаг.	В к/одному в среднем темпе, ускоряясь по звуковому сигналу.	В парах	Ходить по г/бревну, руки в стороны	И/э «Кто меньше прыгнет»	Бросать м/мяч одной рукой об пол и ловить мяч двумя руками после отскока		П/и «Тише едешь – дальше будешь» И/э «Кто скорее до флажка?»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шер.энги в к/о поворотом направо (налево) переступанием на месте.	В к/одному по диагонали зала, перешагивая через предметы на полу, положенные на расстоянии 40 см один от другого	В к/одному в среднем темпе, по диагонали – ускорение.	В парах	Ходить по бревну на носках, руки в стороны		Бросать м/мяч одной рукой об пол и ловить его одной рукой после отскока	Ползать на четвереньках до г/скамьи, переползая через неё	И/э «Пронеси волан»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые в стороны руки.	В к/одному по кругу на носках; на пятках; приставным шагом вперёд, приставляя пятку к носку	В к/одному по кругу с ускорением и замедлением темпа – п/и «Карусель»	С бадминтонными ракетками		Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд ноги в стороны врозь – вместе	Бросать м/мяч одной рукой о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола	Переползать через г/скамейку в чередовании с ходьбой	П/и «Пятнашки» П/и «Совушка»
4 неделя	Занятие построенное на п/играх и эстафетах	Перестроение из шеренги в к/два в движении			С бадминтонными ракетками	И/э с кубиками 1 участник идёт по г/ск. и собирает кубики, разложенные на скамейке в ведро. Спрыгивает и бежит до ориентира, затем бегом по скамейке, передав ведро след. игроку. Следующий участник идёт по скамейке и раскладывает кубики.	П/и «Классы»	И/э «Прокати мяч» - 1 участник прокатывает н/мяч по дугу, как можно дальше, пролезает сам в группировке, берёт мяч и бежит с ним до ориентира. На обратном пути прокатывает мяч под дугу, пролезает сам и с мячом возвращается к команде		П/и «Бездомный заяц» П/и «Пожарные на учении»

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Старшая общеразвивающая группа (5 – 6 лет)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходить по наклонному бревну вверх и вниз, руки на пояс.</p> <p>Ходить по г/скамейке, перешагивая через н/мячи, руки на пояс.</p> <p>Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, перешагивая через н/мячи, руки за голову.</p> <p>Бросать м/мяч одной рукой о стену и ловить его одной рукой после отскока от пола.</p> <p>Бросать м/мяч одной рукой о стену и ловить его одной рукой после отскока от стены.</p> <p>Бросать н/мешочек одной рукой снизу в горизонтальную цель.</p> <p>Лазать по г/стенке разноимённым способом с переходом на другой пролёт и спуск с него.</p> <p>Лазать и спускаться по г/стенке разноимённым способом с переходом с пролёта на пролёт.</p> <p>Прыгать через короткую скакалку на месте и с продвижением вперёд.</p> <p>Прыгать на двух ногах боком вправо – влево через шнур, натянутый на высоте 20 см на месте и с продвижением вперёд.</p> <p>Прыгать в высоту с разбега.</p>	<p>Стойка на одной ноге, руки на пояс.</p> <p>Ходить по г/скамейке на носках, руки в стороны, на середине остановиться, выполнить стойку «ласточка», продолжить ходьбу.</p> <p>Ходить и бегать по г/бревну.</p> <p>Бросать м/мяч одной рукой от плеча о стену и ловить его после отскока от пола двумя руками.</p> <p>Метать набивной мешочек одной рукой с места вдаль до ориентира.</p> <p>Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте и с продвижением вперёд.</p> <p>Вести мяч одной ногой по прямой и между предметами.</p> <p>Челночный бег.</p> <p>Бег в быстром темпе (10 метров).</p> <p>Прыгать в длину с места на двух ногах.</p> <p>Ползать по г/скамейке на четвереньках с н/мешочком на спине.</p> <p>Подлезать в обруч в группировке прямо и боком.</p>	<p>П/и «Охотники и утки»</p> <p>П/и «Ловишки» с ленточками</p> <p>П/и «Жмурки»</p> <p>П/и «С кочки на кочку»</p> <p>П/и «Пустое место»</p> <p>П/и «Море волнуется»</p> <p>П/и «Подбрось - поймай»</p> <p>П/и «Пингвины»</p> <p>П/и «Найди, где спрятано»</p> <p>П/и «Мяч через сетку»</p> <p>П/и «По дорожке на одной ножке»</p> <p>П/и «Лиса в курятнике»</p> <p>П/и «Догони обруч»</p> <p>П/и «Успей выбежать»</p> <p>П/и «Стой»</p>
<p>ОРУ - комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. С кубиками 2. С обручем 	<p>ОРУ - комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. С мячом 4. Без предметов 	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

К/о – колонна по одному.

СЕНТЯБРЬ

Подготовительная к школе общеразвивающая группа (6 – 7 лет)

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 - 3 недели	Начальное диагностирование	Силовая выносливость мышц живота (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места (не менее 70 см)	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте (количество раз за 30 сек)	Приседать на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)			
		Силовая выносливость мышц спины (количество раз за 15 сек)	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе (в секундах)	Прыгать через скакалку (количество раз за 30 сек)	Метать м/мяч правой (левой) рукой с места на дальность	Прыгать в высоту на двух ногах с места			
4 неделя	«Осень в лесу» - занятие, построено на п/играх и играх-эстафетах	Перестроение из шеренги в к/о прыжком. Перестроение в к/два в движении через середину зала	П/и «Найди своё место» - чередование ходьбы парами с ходьбой в рассыпную по звуковому сигналу	И/э «Соберём грибы» - бег по ограниченной поверхности с корзиной в руках.		И/э «Пронеси шишку» - быстро передвигаясь, нести шишку на ракетке в руке перед собой	П/и «Пустое место»			
			П/и «Парный бег»	И/э «Кто быстрее?»	И/э «Прыжки в мешке»	И/э «Кто быстрее доползёт» - ползти на четвереньках, толкая головой мяч перед собой				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в к/о прыжком; из к/д в к/о противходом через с/з в	В к/одному перекрёстным шагом (как при обычной ходьбе выполнять шаг левой и мах правой рукой, касаясь рукой колена, бедра, голени)	В к/одному в среднем темпе. По зв. сигналу выполнить: -упор присев; -поворот вокруг себя	С мячом	Ходить по г/скамейке гимнастическим шагом с носка, руки в стороны	Прыгать на двух ногах с мячом между коленями до обозначенного места по прямой	Метать н/мешочек с места правой и левой рукой от плеча на дальность		И/э «Тунель» П/и «Хитрая лиса» П/и «Мышеловка»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Повороты направо, налево, кругом переступанием на месте	В к/одному, выполняя движения руками на каждый шаг (руки вверх, в стороны, к плечам и т.п.)	В к/одному на носках с захлестом голени; правым и левым боком приставным шагом	С мячом	Ходить по г/с гимнастическим шагом с носка, выполняя движения руками на каждый шаг	Прыгать на двух ногах с мячом между коленями до обозначенного места «змейкой»		Ползать «попластунски» вперёд и назад на расстояние 4 – 5 метров.	И/э «Чья команда забросит больше мячей» П/и «Перемени предмет»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из 1 шер-ги в 2, 3 по расчёту на 1-й, 2-й, 3-й.	В к/одному с заданиями: перешагивая предметы; спиной вперёд; с ритмичными хлопками под левую ногу.	Чередовать бег обычный с бегом на прямых ногах, с высоким подниманием бедра; с ноги на ногу по ориентирам	В парах	Ходить по г/с гимн-м шагом с носка, руки на пояс, в середине присед, поворот кругом, продолжить ходьбу спиной вперёд.		Метать н/мешочек в вертикальную цель из и.п. - сидя на полу; стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.	Ползать «попластунски», переползая через препятствия на расстояние 4 – 5 метров.	И/э «Переправа» (с прыжками) П/и «Лягушки и цапля»
4 неделя	Круговая тренировка	Перестр. из шеренги в 2 круга (внутр. и внешн.) по расчёту на 1-й, 2-й.	Парами с заданиями: спиной и лицом друг к другу; боком приставным шагом; с различными положениями рук.	Парами в чередовании с ходьбой в рассыпную и бегом в рассыпную.	В парах	Ходить по г/с гимн. шагом, руки на пояс, на середине пролезть в обруч.	Прыгать на двух ногах из обруча в обруч, разложенных на полу в шахматном порядке на расст. 30-40см друг от друга.	Метать н/мешочек в вертикальную цель, стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.	Ползать «попластунски» вперёд под натянутым шнуром на высоте 25 – 30см.	П/и «Ловишка, бери ленту» М/и «Стоп»

НОЯБРЬ

Подготовительная группа (6 - 7 лет)

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в 2 круга (внутр. и внешн.) по расчёту на 1-й, 2-й.	В к/одному по кругу, взявшись за руки на носках, руки вверх; приставным шагом вправо и влево; скрестным шагом.	В к/одному по кругу, взявшись за руки, со сменой направления по звуковому сигналу.	С обручем		Запрыгивать на г/скамейку двумя ногами с места и спрыгивать с неё за линию, начерченную на расстоянии 30 – 40см от скамейки.	Метать н/мешочек в вертикальную цель, стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.	Ползать «попластунски» вперёд и назад под натянутым шнуром на высоте 25 – 30см.	И/э «Переправа на плотках» (с большими обручами) П/и «Встречные перебежки»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в три по расчёту на 1-й, 2-й, 3-й уступом.	В к/одному: приставным шагом (пятка к носку) вперёд и назад, руки на пояс; с хлопками под левую ногу.	С ноги на ногу из обруча в обруч; «змейкой» между предметами (обручи на полу).	С обручем	Ходить по линии (5 – 6 м) на полу спиной вперёд, руки на пояс.	Запрыгивать на г/скамейку двумя ногами с места и спрыгивать с неё за линию, начерченную на расстоянии 30 – 40см от скамейки.	Метать н/м в вертикальную цель, стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.		П/и «Ловля обезьян» П/и «Мы – весёлые ребята»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из 1ш. в 3 по расчёту и обратно в 1 шер.	Тройками на носках, руки вверх; в полуприседе, руки на коленях, на четвереньках.	Тройками, чередуя с бегом врассыпную по звуковому сигналу.	На г/скамейке	Ходить по г/с спиной вперёд, руки на пояс.	Запрыгивать на г/с 2 ногами с места и спрыгивать с неё за линию с поворотом кругом.		Ползать на четвереньках между предметами	П/и «Кого назвали, тот ловит мяч» П/и «Охотник и зайцы»
4 неделя	Занятие построенное на п/играх и эстафетах.	Построение в 1 шер. Размыкание приставным шагом в сторону.	В к/одному гимнастическим шагом с носка; спортивным – с пятки; перекатом с пятки на носок.	В к/одному с изменением темпа, с изменением направления (противоходом, «змейкой»)	На г/скамейке	И/э «Кто быстрее» Ходить по г/ск. спиной вперёд, руки на пояс, в конце скамейки поворот, соскок в обруч, обратно бегом.	И/э «Кенгуру» Прыжки на 2-х ногах вправо и влево через верёвку на полу с продвижением вперёд	И/э «Перемени мяч» Прокатывать мяч двумя руками между предметами (туда красный, обратно – жёлтый)	И/эстафета «Туннель»	П/и «Быстро возьми, быстро положи» П/и «Перелёт птиц»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в 3-4 в движении, перестр. в к/о	В к/одному, по сигналу перестроение в шеренгу в движении. Ходить шеренгой с перестроением в к/о.	В к/одному по полосе препятствий: по доске на полу, руки в стороны; «змейкой», руки на пояс; с ноги на ногу из обруча в обруч.	С г/палками	Ходить по г/с на носках с прыжком на двух ногах по середине скамьи.		Ведение мяча по прямой одной рукой (5 – 6 м) с остановкой на зв. сигнал	Ползать на четвереньках по прямой, головой толкая мяч перед собой	П/и «Волк во рву» П/и «Совушка, сова»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в к/три расчётом на месте.	В к/три: гимнастическим шагом; широким шагом; перекатом с пятки на носок	В к/три с чередованием с бегом в к/одному и в рассыпную.	С г/палками		Спрыгивать с г/скамейки спиной вперёд	Ведение мяча одной рукой в разных направлениях	Подлезать на четвереньках под ряд дуг, проталкивая мяч перед собой.	П/и «Второй - лишний» П/и «Жмурки» с хлопками
3 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в 1 шеренгу Повороты на месте направо, налево, кругом	В к/одному в чередовании с ходьбой: спиной вперёд; скрестным шагом пр. и лев боком; противоходом	В к/одному, по зв. сигналу – стойка на одной ноге; упор присев; прыжок вверх на 2 ногах	Без предметов	Ходить приставным шагом (пятка к носку) по линии на полу	Спрыгивать с г/скамейки спиной вперёд	Ведение мяча одной рукой по прямой; по звуковому сигналу - перейти на бег		П/и «Догони свою пару» П/и «Пастух и стадо»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Перестр. из шеренги в 3 - 4 колонны по расчёту на месте	В к/одному с ритмичными хлопками под левую ногу; с выпадами; на «высоких» четвереньках	В к/одному «семенящим» шагом, широким шагом, с изменением темпа движения	Без предметов	И/э «Пройди правильно» Ходить приставным шагом (пятка к носку) по узкой стороне г/скамейки	Игровое задание «Прыгуны» Спрыгивать с г/ск. спиной вперёд с поворотом на 180 градусов	И/э «Проведи мяч» - ведение мяча одной рукой до ориентира и обратно.	П/и «Пожарные на учении» - лезть по г/стенке вверх и вниз разноимённым способом не пропуская реек	П/и «Найди и промолчи» П/и «Пустое место»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
<i>Промежуточная диагностика</i>										
1 и 2 неделя										
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в 2 шеренги по расчёту; постр. в 2 колонны поворотом на месте	В к/два: на носках, руки вверх; на внешних сводах стоп, руки за спину; с высоким подниманием бедер, руки в стороны	В к/о: правым и левым боком приставным шагом; с захлестом голеней; спиной вперёд	С цветными лентами	Ходить приставным шагом по г/ск спиной вперёд		Бросать мяч одной рукой от плеча с места о стену. Ловить мяч двумя руками	Лазать по г/стенке вверх и вниз разноимённым способом	П/и «Бездомный заяц» П/и «Краски»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Постр.в круг. Пере-строение в 2 круга, в 2 колонны, в 1 колон	В к/одному с заданиями для рук; перекрёстная ходьба с закрытыми глазами; по диагонали зала	В к/одному через препятст. по г/скамейке; с ноги на ногу ч/предметы; прыжком с разбега достать до предмета.	С цветными лентами	И/э «Не намочи ног» - ходить приставным шагом спиной вперёд по г/скамье	П/и «Из кружка в кружок»	«Передай мяч» - сидя на полу друг за другом передавать мяч над головой. Последний с мячом пробегает вперёд, садиться и передаёт мяч над головой.	И/э «Кто скорее до флажка»	П/и «Медведь и пчёлы» П/и «Гори, гори ясно»

ФЕВРАЛЬ
Подготовительная группа (6 - 7 лет)

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в к/четыре ч/с зала, рас хождение и схождение парами	В к/одному, перешагивая ч/скакалку, слож. вдвое; перепрыгивая через скакалку	В к/одному со скакалкой в руках по ограниченной поверхности в чередован. с прыжками на пр. и лев. ноге	Со скакалкой		Прыгать через скакалку на месте разными способами (на 2 ногах; с ноги на ногу)	Бросать м/мяч 1 рукой от плеча с места о стену. Ловить мяч 2 руками после хлопка перед собой	Лазать по г/стенке вверх разноименным способом, спуск по диагонали	П/и «Тише едешь» (приставным шагом, приставляя пятку к носку) П/и «Два мороза»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/два: на носках, руки вверх; на внешних сводах стоп, руки сзади за локти; с высоким подниманием бедер, руки вперед	Парами в чередовании с боковым галопом лицом и спиной друг к другу, взявшись за руки	Со скакалкой	Ходить по г/с на носках, руки в стороны, на середине выполнить прыжок вверх на двух ногах	Прыгать через скакалку на месте разными способами (на 2 ногах; с ноги на ногу)	Бросать м/мяч 1 рукой от плеча с места о стену. Ловить мяч 2 руками после хлопка за спиной		П/и «Встречные перебежки» П/и «Кот и мыши»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение в к/два поворотом в движении	В к/одному с м/мячом: с высоким подниманием бедер, мяч переложить под коленом; с остановкой на зв. сигнал, отбить мяч о пол 1 рукой, поймать двумя	В к/одному с м/м, по сигналу переложить мяч из руки в руку над головой	С малым мячом	Ходить по г/с на носках, руки в стороны, на середине перепрыгнуть модуль (10см) на 2 ногах	Прыгать через скакалку на месте разными способами (на 2 ногах; с ноги на ногу)		Подкатывание под верёвку, натянутую на высоте 40 см боком	П/и «Гори, гори ясно» П/и «Кого назвали, тот ловит мяч»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Перестроение в к/три поворотом в движении	В к/одному, перебрасывая м/мяч с руки на руку; отбивая мяч о пол 1 рукой и ловя двумя руками	Чередовать бег обычный с м/мячом в руках с бегом по огр. поверхности, подбрасывая мяч перед собой 2 руками	С малым мячом	Эстафета - ходить по г/с на носках, руки в стороны, на середине перепрыгнуть модуль на 2 ногах	Игровое задание «Сумей допрыгать» - прыжки до ориентира через скакалку	Игровое задание «Сбей кеглю» - прокатывать мяч, стараясь сбить кеглю	Эстафета – подкатывание боком под верёвку (40см) с мячом в руках.	М/и «Испорченный телефон»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Самостоятельное построение в круг, в 2 круга.	В к/одному по диагонали; спиной вперёд; приставным шагом вперёд и назад.	В к/одному противходом; по диагонали; по г/скамейке; подскоками.	На г/скамейке	Ходить, удерживая н/мешочек на стопе одной ноги		Отбивать ракеткой волан перед собой, стоя на месте, правой и левой рукой.	Подлезать под дугу правым и левым боком с ракеткой в руках (за ракеткой)	П/и «Переправа» (в обручах) П/и «Ловишка – ноги от земли»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в круг, перестроение в 2 круга по расчёту на 1-й, 2-й на месте.	В к/одному пр. и левым боком приставным шагом по канату, руки на пояс; прыжки с ноги на ногу из обруча в обруч; на высоких четвереньках «змейкой» между предметами	В к/одному с заданиями на разные звуковые сигналы: хлопок – поворот; 2 хлопка – прыжок; свисток – упор присев; удар в бубен – остановка.	На г/скамейке	Прыгать на одной ноге, удерживая на носке согнутой в колене ноги н/мешочек.	Прыгать на двух ногах правым и левым боком через модули высотой 20 см, расставленные на расстоянии 40 см друг от друга (5-6 шт)	Отбивать ракеткой волан перед собой, стоя на месте, правой и левой рукой 3 – 5 раз.		П/и «Второй - лишний» под муз. сопровождение П/и «Лиса и куры»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Построение в шеренгу. Расчёт по порядку.	В к/одному гимнастическим шагом; скрестным шагом правым и левым боком; с ритмичными хлопками под левую ногу	В к/одному с подкатыванием под верёвку, натянутую на высоте 40 см.	С кубиками	Прыгать на 1 ноге, по огр-ой поверхности, удерживая мешочек на носке другой до ориентира, обратно на другой ноге	Прыгать на двух ногах правым и левым боком через модули высотой 20 см, расставленные на расстоянии 40 см друг от друга (5-6 шт)		Ползать по г/скамейке на четвереньках назад	П/и «Горячая картошка» П/и «Попади в обруч»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Построение в круг. Перестр. в шеренгу. Размыкание и смыкание.	В к/одному на носках, кубики вверху в руках; с высоким подниманием бедра, руки за спину; выпадами, руки в стороны.	В к/одному с заданиями по зрительному сигналу: -стойка на 1 ноге, руки с кубиками в стороны; присед, руки вперёд; поворот на 360 градусов.	С кубиками	Полоса препятствий				П/и «Чьё звено быстрее соберётся» П/и «По дорожке за мячом» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.27
							Пробежать через большую вращающуюся скакалку	Отбивать ракеткой волан перед собой в движении.	Ползать на четвереньках назад между предметами, расставленными в один ряд	

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ - комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Построение в круг. Перестр. в 2 круга по расчёту на 1-ый и 2-ой	В к/одному: по ограниченной поверхности с заданиями для рук; спиной вперёд; боком скрестным шагом	В к/одному с изменением темпа; боковым галопом; спиной вперёд; противходом	Ритмическая гимнастика с предм.	Ходить по перевёрнутой г/скамейке прямо с различными положениями рук	Прыгать через большую скакалку пр. и лев. боком с разбега		Ползать по г/скамейке на четвереньках, перешагивая через предметы	П/и «Охотники и звери» П/и «В чьей команде меньше мячей»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в к/о. Повороты направо и налево прыжком на месте.	В к/одному гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок, спиной вперёд, по диагонали зала, семенящим шагом	В к/одному мелким и широким шагом, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени, по наклонной и горизонтальной скамье	Ритмическая гимнастика с предм.	Ходить по перевёрнутой г/скамейке прямо, высоко поднимая колени и перекладывая под ними м/мяч.		Вести мяч двумя руками «змейкой» между предметами	Ползать по г/скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками одновременно	П/и «Лягушки и цапля» П/и «Поменяйся местами»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из 1 шеренги в 3 уступом по расчёту на месте	В к/одному приставным шагом, приставляя пятку одной ноги к носку другой вперёд и назад	В к/одному, по зв. сигналу – враспынную по залу и обратно в к/о	С эспандером	Ходить по перевёрнутой г/скамейке прямо, приседая на середине на 1 ноге, другую, пронося вперёд прямую сбоку	Прыгать через короткую скакалку на одной ноге на месте	Вести мяч одной рукой «змейкой» между предметами	Ползать по г/скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками попеременно	П/и «Мяч над веревкой» П/и «Мы – весёлые ребята»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Постр. в 1 шеренгу. Размыкание и смыкание. Расчёт по порядку	В к/два с расхождением встречных колонн	В к/два в чередовании с бегом в к/одному	С эспандером	П/и «Дорожка препятствий»	П/и «Через верёвку»	«Поймай мой мяч»-2 команды, стоя лицом к стене на расстоянии 2-2,5 м Первый игрок бросает мяч о стену и отходит назад, следующий ловит после отскока от пола.	И/э «Кто быстрее»- подтягиваться двумя руками одновременно по г/с, лёжа на спине.	П/и «Поезд» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.28 П/и «Гусеницы» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.33

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в 3 уступом по расчёту на месте и обратно в 1 шеренгу	В к/одному с ритмичными хлопками под левую ногу; скрестным шагом вправо и влево	Врассыпную по залу, по звуковому сигналу построиться в 1 шеренгу по росту	Без предметов	Ходить по узкой стороне г/с на носках, руки в стороны. На середине скамейки выполнить равновесие на одной ноге («ласточка»)	Прыгать через короткую скакалку на одной ноге с продвижением вперёд		Ползать по г/скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками попеременно	П/и «Ловишки» с мячом П/и «Круговая лапта»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в 3 уступом по расчёту на месте и обратно в 1 шеренгу	В к/одному с изменением направления по звуковому сигналу	В к/одному, перешагивая через шнуры, закреплённые на высоте 15 см от пола	Без предметов	Ходить по узкой стороне г/с на носках, руки в стороны. На середине скамейки выполнить равновесие на одной ноге («ласточка»)	Прыгать через короткую скакалку на одной ноге с продвижением вперёд	Отбивать и ловить мяч двумя руками от пола в ходьбе по г/ск . боком приставным шагом		П/и «Бездомный заяц» П/и «Ловля обезьян»
3 – 4 недели	Итоговое диагностирование	Силовая выносливость мышц живота	Подвижность позвоночника вперёд	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге	Прыгать в длину с места на двух ногах	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте	Приседать на двух ногах на месте	Динамометрия		
		Силовая выносливость мышц спины	Челночный бег 6 раз по 5 метров	Задерживать дыхание на вдохе и на выдохе	Прыгать через скакалку на двух ногах на месте	Метать м/мяч правой и левой рукой с места вдаль	Прыгать в высоту на двух ногах с места	Метать н/мяч двумя руками из-за головы с места, стоя и сидя		

Недели	Тема занятия	Стрелковые упр.-перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ - комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/одному: перешагивая ч/скакалку, слож. вдвое; перепрыгивая через скакалку	В к/одному по ограниченной поверхности в чередован. с прыжками на пр. и лев. ноге	Со скакалкой		Прыгать на двух ногах через г/скамью вправо и влево с опорой на руки, продвигаясь вперед	Отбивать и ловить мяч двумя руками от пола в ходьбе по г/ск. боком приставным шагом		П/и «Тише едешь» (приставным шагом, приставляя пятку к носку) П/и «Гуси - лебеди»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/два: на носках, руки вверх; на внешних сводах стоп, руки сзади за локти; с высоким подниманием бедер, руки вперед	Парами в чередовании с боковым галопом лицом и спиной друг к другу, взявшись за руки	Со скакалкой	Ходить по г/скамье навстречу друг другу, на середине разойтись	Прыгать через г/скамейку с ноги на ногу вправо и влево, продвигаясь вперед	Отбивать мяч одной рукой от пола в ходьбе по канату на полу боком приставным шагом		П/и «Перелёт птиц» П/и «Весёлые парочки»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение в к/два поворотом в движении	В к/одному с м/мячом: с высоким подниманием бёдер, мяч переложить под коленом; с остановкой на зв. сигнал, отбить мяч о пол 1 рукой, поймать двумя	В к/одному с м/м, по сигналу переложить мяч из руки в руку над головой	С малым мячом	Ходить парами по двум параллельным скамьям, в центре каждой скамьи пролезть в обруч без помощи рук в группировке	Прыгать через г/скамейку вправо и влево на двух ногах, продвигаясь вперед	Подкатывание под верёвку, натянутую на высоте 40 см боком		П/и «Гори, гори ясно» П/и «Мяч водящему»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Перестроение в к/три поворотом в движении	В к/одному: перебрасывая м/мяч с руки на руку; отбивая мяч о пол 1 рукой и ловя двумя руками	Чередовать бег обычный с м/м в руках с бегом по огр. поверхности, подбрасывая мяч перед собой 2 руками	С малым мячом	И/э «По скамейке с препятствиями» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.61	И/э «Сумей допрыгать» - прыжки до ориентира через г/скамейку вправо и влево на двух ногах	И/э «Мяч из рук в руки» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.102	И/э «Перекаты с мячом» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.107	П/и «Не намочи ног» П/и «Классы»

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходить и бегать с разным положением рук и ног.</p> <p>Ходить по г/скамье, выполняя хлопки под коленом на каждый шаг.</p> <p>Бегать, перепрыгивая через короткую скакалку.</p> <p>Бегать на скорость (30 метров).</p> <p>Прыгать на двух ногах по прямой с мячом, зажатым между колен.</p> <p>Прыгать в высоту с места и с разбега с касанием подвешенного предмета.</p> <p>Прыгать через большую скакалку удобным способом.</p> <p>Ползать по г/скамейке на четвереньках с н/мешочком на спине.</p> <p>Лазать по г/стенке разноимённым способом, на пропуская реек. Спуск по диагонали с пролёта на пролёт.</p> <p>Вести мяч правой и левой рукой с последующим броском его в баскетбольную корзину.</p> <p>Бадминтон.</p>	<p>Ходить спиной вперёд, приставляя пятку к носку.</p> <p>Ходить по канату на полу прямо; боком приставным шагом; скрестно, не наступая на канат.</p> <p>Бегать три минуты (на выносливость).</p> <p>Челночный бег.</p> <p>Прыгать через большой обруч на двух ногах и с ноги на ногу, вращая его вперёд и назад.</p> <p>Прыгать в длину с разбега.</p> <p>Классы.</p> <p>Метать предметы в вертикальную и горизонтальную цель.</p> <p>Школа мяча.</p> <p>Бадминтон.</p> <p>Подъём и спуск по диагонали г/лесенки с пролёта на пролёт.</p> <p>Подлезать и перелезать через предметы, поставленные в ряд друг за другом на расстоянии 40 – 50 см друг от друга.</p>	<p>П/и «Третий лишний»</p> <p>П/и «Ловишки» с ленточками</p> <p>П/и «Красные и синие»</p> <p>П/и «С кочки на кочку»</p> <p>П/и «Пустое место»</p> <p>П/и «Лови, не урони»</p> <p>П/и «Круговая лапта»</p> <p>П/и «Краски»</p> <p>П/и «Береги предмет»</p> <p>П/и «Мяч через сетку»</p> <p>П/и «Весёлые соревнования»</p> <p>П/и «Проведи мяч»</p> <p>П/и «Догони обруч»</p> <p>П/и «Подбрось - поймай» с воланом</p> <p>П/и «Сбей предмет»</p>
<p>ОРУ - комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ритмическая гимнастика с лентами 2. С обручем 	<p>ОРУ - комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. С палками 4. Без предметов 	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

К/о – колонна по одному.

**Распределение основных движений и подвижных игр на занятиях по ФВ
2-ая группа детей раннего возраста (от 2 до 3 лет) «Малышки»**

	<i>1-я неделя</i>	<i>2-я неделя</i>	<i>3-я неделя</i>	<i>4-я неделя</i>	<i>Подвижные игры</i>
Сентябрь	Ходить враспынную; парами; по кругу, взявшись за руки. Перешагивать через рейку высотой 15 см; через кубики; через кегли.	Ходить по дорожке на полу (ширина 20 см). Ползать на четвереньках до линии, встать, коснуться руками подвешенных погремушек, ленточек.	Катать мяч педагогу двумя руками сидя на полу. Бросать мяч вперед с места двумя руками из-за головы.	Проползать на четвереньках под верёвкой (высота 40 см). Ходить по доске на полу.	«Догоните меня». «К куклам в гости». «Догони мяч» «По тропинке»
Октябрь	Ползать на животе до игрушки на полу. Бросать вдаль с места одной рукой м/мяч.	Ходить по доске на полу. Бросать мяч вперед с места двумя руками из-за головы.	Лазать вверх и вниз по лесенке-стремянке. Входить на моном (высота 10 см) и спускаться с него.	Ходить, перешагивая через ряд предметов на полу (верёвочки, скакалки)	«Воробушки и автомобиль». «Не наступи на линию» «Будь осторожен». «Где звенит?»
Ноябрь	Ходить по наклонной доске. Подползать на четвереньках под ряд дуг (высота 40 см).	Катать мяч вперед двумя руками снизу из положения стоя и догонять его.	Ходить по извилистой дорожке на полу. Бросать н/мешочек правой и левой рукой с места в горизонтальную цель, приподнятую одним концом на 50 см.	Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз. Бросать мяч двумя руками из-за головы с места и догонять его.	«Перешагни через палку». «Обезьянки». «Солнышко и дождик» «Птички летают»
Декабрь	Ходить по г/скамейке (высота 10 см). Бегать стайкой.	Подползать на четвереньках под ряд дуг (высота 40 см). Прыгать на месте на двух ногах.	Перепрыгивать через предметы на полу на двух ногах. Бросать мяч двумя руками от груди с места вдаль.	Ходить по наклонной доске. Бросать м/мяч одной рукой с места вдаль.	«Мяч в кругу». «Прокати мяч». «Доползи до погремушки». «Принеси предмет»
Январь	Ползать на четвереньках по дорожке на полу. Бросать мяч двумя руками из-за головы с места через верёвку.	Ходить по г/скамейке. Прокатывать мяч в воротики с места двумя руками снизу (расстояние 50 см).	Перепрыгивать через предметы на полу на двух ногах. Лазать вверх и вниз по лесенке-стремянке.	Катать мяч двумя руками друг другу сидя на полу. Лазать в туннель и вылезать из него	«Догони мяч» (за мячом ползти, с мячом бежать). «Попади в воротца». «Найди флажок». «мой весёлый звонкий мяч»
Февраль	Бросать мяч двумя руками из-за головы с места вдаль. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Катать мяч в ворота и ползти за ним Кружиться на месте.	Бросать н/мешочек правой и левой рукой в горизонтальную цель с места (расстояние 1 м). Прыгать через шнур на полу на двух ногах с места	Ходить по г/скамейке. Ползать на четвереньках по залу. Перешагивать через предметы на полу.	«Целься вернее». «Зайка беленький сидит». «Флажок». «Через ручеёк»

Март	Бросать мяч педагогу двумя руками снизу с места и ловить его. Ползать на четвереньках по доске на полу.	Прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперёд. Бросать мяч в сетку произвольно двумя руками с места.	Лазать по г/стенке произвольным способом вверх и вниз. Катать мяч двумя руками друг другу сидя на полу.	Ходить по наклонной доске вверх и вниз. Прыгать с места на двух ногах вперёд через дорожку на полу шириной 10 – 15 см.	«Поезд». «Обезьянки». «Пройди по мостику» «Будь осторожен»
Апрель	Ползать на четвереньках по г/скамейке. Бросать мяч двумя руками из-за головы с места вдаль.	Ползать по дорожке на четвереньках. Прыгать с места на двух ногах вперёд через верёвку на полу. Ходить по извилистому шнуру.	Бросать мяч педагогу двумя руками снизу с места и ловить его. Ползать на четвереньках до монома, перелезть через него.	Бросать н/мешочек одной рукой с места за г/скамейку, проползти под скамейкой, взять н/м и вернуться на место, встав и спустившись со скамейки.	«Лови мяч». «Пузырь». «Зайка». «Птички в гнёздышках»
Май	Ходить на высоких четвереньках. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	Бросать м/мяч левой и правой рукой с места вдаль. Ходить по наклонной доске вверх и вниз.	Перешагивать через рейки разной высоты, поставленные в ряд на расстоянии 1 м друг от друга. Прокатывать мяч между ножками стула. Проползать под стулом.	Катать мяч друг другу снизу двумя руками из положения стоя. Лазать по г/стенке вверх и вниз. Бегать до обозначенного места.	«Флажок». «Кошка и мышки» «Жуки». «Воробушки и кот»
Июнь	Бросать м/мяч одной рукой от плеча вдаль Ходить и бегать друг за другом и враспынную Прыгать на месте на двух ногах и с продвижением вперёд	Ходить по г/скамье Бросать мяч вдаль двумя руками с места и бежать за ним.	Бросать мяч в вертикальную цель одной рукой с места (расстояние 1 метр). Ползать по наклонной доске вверх и вниз	Перепрыгивать с места на двух ногах через расстояние 15 см. Играть в мяч с педагогом. Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз	«Пляшут мышки». «Ножки на дорожке». «Самолёты». «Брось и догони»
Июль	Ходить по наклонной доске вверх и вниз. Прыгать на двух ногах через дорожку на полу (ширина 15 – 20 см).	Ходить и бегать по ограниченной поверхности. Ловить и бросать мяч друг другу.	Катать мяч по наклонной доске. Перешагивать через палку, приподнятую на высоте 10 – 15 см.	Ползать по г/скамье на четвереньках. Бросать мяч с места двумя руками в горизонтальную цель (в короб)	«Попади в ворота» «Догони мяч» «Через ручеёк» «Цветные автомобили»
Август	Ходить по наклонной доске вверх и сбегать вниз. Бросать н/мешочек правой и левой рукой с места вдаль.	Ползать на четвереньках и подлезать под дугу. Прыгать на двух ногах с места на расстояние 20 – 30 см	Прыгать в высоту с места на двух ногах с касанием предмета. Ходить по г/скамье друг за другом с соском в конце.	Катать мяч друг другу, сидя на полу. Прыгать на двух ногах с места на расстояние не менее 30 см	«Мой весёлый звонкий мяч» «Солнышко и дождик» «По тропинке» «Пузырь»

**Распределение основных движений и подвижных игр на занятиях по ФВ
1-ая группа детей раннего возраста (от 1 год 6 мес. до 2 лет) «Горошинки»**

	<i>1-я неделя</i>	<i>2-я неделя</i>	<i>3-я неделя</i>	<i>4-я неделя</i>	<i>Подвижные игры</i>
Сентябрь	Ходить в прямом направлении по одному до предмета. Подняться на моном высотой 10 см и сойти с него.	Ползать на четвереньках в прямом направлении до предмета по одному. Бросать мяч двумя руками вперёд	Ходить по дорожке на полу до предмета Ползать на четвереньках до предмета подгруппой.	Ползать на четвереньках в воротики (высота 40 см) до предмета. Бросать мяч двумя руками снизу с места вперёд.	«Идите ко мне». «Принеси мяч». «Пройди по дорожке» «Брось мяч»
Октябрь	Ходить в прямом направлении подгруппой до предмета. Перелезть через г/скамейку.	Ползать на четвереньках до г/скамейки и перелезть через неё. Бросать мяч двумя руками снизу.	Ходить по дорожке друг за другом. Ползать и подлезать под палку (40 – 50 см).	Подлезать под натянутую (40 – 50 см) верёвку. Бросать мяч двумя руками снизу и догонять его.	«Идём к собачке». «Бегите ко мне». «Ножки по дорожке» «Доползи до куклы»
Ноябрь	Бросать мяч двумя руками снизу, догонять его и нести педагогу. Ходить по дорожке друг за другом.	Ходить по доске на полу до предмета. Ползать и переступать через верёвку (высота 10 см).	Ходить по ребристой доске на полу друг за другом. Ползать по дорожке до монома (10 см), встать на моном и сойти с него.	Бегать по дорожке на полу (ширина 50 см). Бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль.	«Догоните куклу». «Передай мяч». «Не наступи» «Брось мяч»
Декабрь	Бегать по дорожке на полу (ширина 50 см). Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз до предмета.	Ходить по доске на полу, подняться на моном (15 см) и спуститься с него. Катать мяч двумя руками в приседе и догонять его.	Ходить через предметы на полу, высоко поднимая ноги. Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз до предмета.	Ходить через предметы на полу друг за другом, высоко поднимая ноги. Катать мяч двумя руками в приседе и догонять его.	«Догоните зайку». «Бегите ко мне». «Принеси мяч». «Будь осторожен»
Январь	Ходить по г/ скамейке (высота 10 см). Бросать мяч двумя руками из-за головы и догонять его.	Ползать и пролезать в обруч, закреплённый вертикально. Бросать м/мяч левой и правой рукой с места вдаль.	Ходить через рейки лесенки, лежащей на полу. Ползать и пролезать в обруч, закреплённый вертикально.	Ходить по г/ скамейке (высота 15 см). Бросать м/мяч левой и правой рукой с места вдаль.	«Найди, где спрятана собачка». «Передай мяч». «Котят» «Пузырь»
Февраль	Ходить через рейки лесенки, лежащей на полу. Ползать и пролезать в обруч, закреплённый вертикально.	Ходить по наклонной доске вниз. Бросать мяч двумя руками из-за головы и догонять его.	Ходить через рейки лестницы, приподнятой на 5 см от пола. Бегать по дорожке на полу (ширина 35 - 40 см).	Ползать и пролезать в обруч, закреплённый вертикально. Бросать мяч двумя руками через ленту на уровне груди детей с расстояния 0,5 – 1 метр.	«В гости к куклам». «Маленькие и большие». «Ножки по дорожке» «Зайка беленький сидит»
Март	Бегать по дорожке на полу (ширина 30 - 35 см). Бросать мяч двумя руками через ленту на уровне груди детей с расстояния 50 см.	Ходить через рейки лестницы, приподнятой на 5 см от пола. Прыгать на месте на двух ногах.	Ходить враспынную между предметами. Ползать на четвереньках по доске на полу, встать, коснуться руками подвешенного предмета.	Ходить из обруча в обруч на полу. Бросать мяч двумя руками через ленту на уровне груди детей с расстояния 0,5 – 1 метр.	«Курица с цыплятами». «Поймай мотылька». «По узенькой дорожке». «Достань флажок»

Апрель	Ходить врассыпную между предметами. Ползать на четвереньках по г/скамейке до предмета.	Ходить по наклонной доске вниз. Бросать мяч двумя руками снизу вперёд с места.	Ходить врассыпную между предметами. Прыгать на двух ногах на месте	Катать мяч двумя руками воспитателю Ползать на четвереньках в воротики (высота 40 см).	«Мишка косолапый». «Где пищит мышка?». «Не наступи» «Доползи до кубика»
Май	Ходить через верёвочки на полу, выложенные в ряд. Катать мяч по наклонной доске.	Ходить стайкой по залу за педагогом прямо. Ползать и подлезать под палку (высота 40 см)	Ходить стайкой за педагогом со сменой направления. Катать мяч по наклонной доске, догонять его и приносить к доске.	Бегать стайкой за педагогом со сменой направления. Проходить под палкой (50 см), не касаясь руками пола.	«Солнечный зайчик». «Мышки». «Догони мяч». «Бегите ко мне»
Июнь	Ходить друг за другом, держась за палку. Катать мяч сидя на полу в прямом направлении	Ходить друг за другом, держась за верёвку. Бросать мяч в корзину на уровне груди ребёнка двумя руками с места с расстояния 50 см.	Ходить по наклонной доске. Катать мяч педагогу сидя на полу в кругу.	Прыгать на двух ногах на месте. Бросать мяч в корзину на уровне груди ребёнка двумя руками с места с расстояния 70 см.	«Перебежки с погремушками» «Пузырь». «Гуси». «Птички, летите ко мне»
Июль	Ходить за педагогом по периметру зала. Прыгать на двух ногах на месте.	Ходить по наклонной доске вверх и вниз. Лазать по лесенке-стремянке вверх до предмета.	Ходить через предметы на полу. Катать мяч педагогу, сидя на полу и ловить его.	Ползать по г/скамье на четвереньках. Бросать м/мяч одной рукой от плеча с места вдаль.	«Догоните куклу» «Скачут зайки по дорожке» «Жуки» «Кто тише»
Август	Ходить по ограниченной поверхности друг за другом. Прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперёд.	Подъём на моном высотой 10 см и спуск с него. Бегать врассыпную между предметами.	Лазать по лесенке-стремянке вверх до предмета и спуск с неё. Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.	Скатывать мяч с наклонной доски и догонять его. Перешагивать через верёвку, натянутую на высоте 10 см.	«Не наступи на предмет» «Поезд» «Курочка-хохлатка» «По узенькой дорожке»

СЕНТЯБРЬ

Подготовительная к школе группа компенсирующего вида (6 – 7 лет)

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 - 3 недели	Начальное диагностирование	Силовая выносливость мышц живота (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места (не менее 70 см)	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте (количество раз за 30 сек)	Приседать на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)			
		Силовая выносливость мышц спины (количество раз за 15 сек)	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе (в секундах)	Прыгать через скакалку (количество раз за 30 сек)	Метать м/мяч правой (левой) рукой с места на дальность	Прыгать в высоту на двух ногах с места			
4 неделя	«Осень в лесу» - занятие, построено на п/играх и играх-эстафетах	Перестроение из шеренги в к/о прыжком. Перестроение в к/два в движении через середину зала	П/и «Найди своё место» - чередование ходьбы парами с ходьбой враспынную по звуковому сигналу	И/э «Соберём грибы» - бег по ограниченной поверхности с корзиной в руках.		И/э «Пронеси шишку» - быстро передвигаясь, нести шишку на ракетке в руке перед собой	П/и «Пустое место»			
			П/и «Парный бег»	И/э «Кто быстрее?»	И/э «Прыжки в мешке»	И/э «Кто быстрее поползёт» - ползти на четвереньках, толкая головой мяч перед собой				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в к/о прыжком; из к/д в к/о противходом через с/з в	В к/одному перекрёстным шагом (как при обычной ходьбе выполнять шаг левой и мах правой рукой, касаясь рукой колена, бедра, голени)	В к/одному в среднем темпе. По зв. сигналу выполнить: -упор присев; -поворот вокруг себя	С мячом	Ходить по г/скамейке гимнастическим шагом с носка, руки в стороны	Прыгать на двух ногах с мячом между коленями до обозначенного места по прямой	Метать н/мешочек с места правой и левой рукой от плеча на дальность		И/э «Тунель» П/и «Хитрая лиса» П/и «Мышеловка»
						1. Дыхательное упражнение «Ладочки» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Повороты направо, налево, кругом переступанием на месте	В к/одному, выполняя движения руками на каждый шаг (руки вверх, в стороны, к плечам и т.п.)	В к/одному на носках с захлестом голени; правым и левым боком приставным шагом	С мячом	Ходить по г/с гимнастическим шагом с носка, выполняя движения руками на каждый шаг	Прыгать на двух ногах с мячом между коленями до обозначенного места «змейкой»		Ползать «попластунски» вперёд и назад на расстояние 4 – 5 метров.	И/э «Чья команда забросит больше мячей» П/и «Перемени предмет»
						1. Пальчиковая гимнастика «Дружба» (Т.А.Ткаченко) 2. Релаксация с речевым сопровождением «Сказка» (Е.Н.Вареник)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из 1 шер-ги в 2, 3 по расчёту на 1-й, 2-й, 3-й.	В к/одному с заданиями: перешагивая предметы; спиной вперёд; с ритмичными хлопками под левую ногу.	Чередовать бег обычный с бегом на прямых ногах, с высоким подниманием бедра; с ноги на ногу по ориентирам	В парах	Ходить по г/с гимн-м шагом с носка, руки на пояс, в середине присед, поворот кругом, продолжить ходьбу спиной вперёд.		Метать н/мешочек в вертикальную цель из и.п. - сидя на полу; стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.	Ползать «попластунски», переползая через препятствия на расстояние 4 – 5 метров.	И/э «Переправа» (с прыжками) П/и «Лягушки и цапля»
						1. Дыхательное упражнение «Ладочки» 2. Самомассаж «Какие мы красивые» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Круговая тренировка	Перестр. из шеренги в 2 круга (внутр. и внешн.) по расчёту на 1-й, 2-й.	Парами с заданиями: спиной и лицом друг к другу; боком приставным шагом; с различными положениями рук.	Парами в чередовании с ходьбой врассыпную и бегом врассыпную.	В парах	Ходить по г/с гимн. шагом, руки на пояс, на середине пролезть в обруч.	Прыгать на двух ногах из обруча в обруч, разложенных на полу в шахматном порядке на расст. 30-40см друг от друга.	Метать н/мешочек в вертикальную цель, стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.	Ползать «попластунски» вперёд под натянутым шнуром на высоте 25 – 30см.	П/и «Ловишка, бери ленту» М/и «Стоп»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Сказка» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дружба» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в 2 круга (внутр. и внешн.) по расчёту на 1-й, 2-й.	В к/одному по кругу, взявшись за руки на носках, руки вверх; приставным шагом вправо и влево; скрестным шагом.	В к/одному по кругу, взявшись за руки, со сменой направления по звуковому сигналу.	С обручем		Запрыгивать на г/скамейку двумя ногами с места и спрыгивать с неё за линию, начерченную на расстоянии 30 – 40см от скамейки.	Метать н/мешочек в вертикальную цель, стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.	Ползать «попластунски» вперёд и назад под натянутым шнуром на высоте 25 – 30см.	И/э «Переправа на плотках» (с большими обручами) П/и «Встречные перебежки»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в три по расчёту на 1-й, 2-й, 3-й уступом.	В к/одному: приставным шагом (пятка к носку) вперёд и назад, руки на пояс; с хлопками под левую ногу.	С ноги на ногу из обруча в обруч; «змейкой» между предметами (обручи на полу).	С обручем	Ходить по линии (5 – 6 м) на полу спиной вперёд, руки на пояс.	Запрыгивать на г/скамейку двумя ногами с места и спрыгивать с неё за линию, начерченную на расстоянии 30 – 40см от скамейки.	Метать н/м в вертикальную цель, стоя на коленях с расст. 4 – 5м одной рукой из-за головы.		П/и «Ловля обезьян» П/и «Мы – весёлые ребята»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из 1ш. в 3 по расчёту и обратно в 1 шер.	Тройками на носках, руки вверх; в полуприседе, руки на коленях, на четвереньках.	Тройками, чередуя с бегом врассыпную по звуковому сигналу.	На г/скамейке	Ходить по г/с спиной вперёд, руки на пояс.	Запрыгивать на г/с 2 ногами с места и спрыгивать с неё за линию с поворотом кругом.		Ползать на четвереньках между предметами	П/и «Кого назвали, тот ловит мяч» П/и «Охотник и зайцы»
4 неделя	Занятие построенное на п/играх и эстафетах.	Построение в 1 шер. Размыкание приставным шагом в сторону.	В к/одному гимнастическим шагом с носка; спортивным – с пятки; перекатом с пятки на носок.	В к/одному с изменением темпа, с изменением направления (противоходом, «змейкой»)	На г/скамейке	И/э «Кто быстрее» Ходить по г/ск. спиной вперёд, руки на пояс, в конце скамейки поворот, соскок в обруч, обратно бегом.	И/э «Кенгуру» Прыжки на 2-х ногах вправо и влево через верёвку на полу с продвижением вперёд	И/э «Перемени мяч» Прокатывать мяч двумя руками между предметами (туда красный, обратно – жёлтый)	И/эстафета «Туннель»	П/и «Быстро возьми, быстро положи» П/и «Перелёт птиц»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в 3-4 в движении, перестр. в к/о	В к/одному, по сигналу перестроение в шеренгу в движении. Ходить шеренгой с перестроением в к/о.	В к/одному по полосе препятствий: по доске на полу, руки в стороны; «змейкой», руки на пояс; с ноги на ногу из обруча в обруч.	С г/палками	Ходить по г/с на носках с прыжком на двух ногах по середине скамьи.		Ведение мяча по прямой одной рукой (5 – 6 м) с остановкой на зв. сигнал	Ползать на четвереньках по прямой, головой толкая мяч перед собой	П/и «Волк во рву» П/и «Совушка, сова»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в к/три расчётом на месте.	В к/три: гимнастическим шагом; широким шагом; перекатом с пятки на носок	В к/три с чередованием с бегом в к/одному и в рассыпную.	С г/палками		Спрыгивать с г/скамейки спиной вперёд	Ведение мяча одной рукой в разных направлениях	Подлезать на четвереньках под ряд дуг, проталкивая мяч перед собой.	П/и «Второй - лишний» П/и «Жмурки» с хлопками
3 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в 1 шеренгу Повороты на месте напр., налево, кругом	В к/одному в чередовании с ходьбой: спиной вперёд; скрестным шагом пр. и лев боком; противходом	В к/одному, по зв. сигналу – стойка на одной ноге; упор присев; прыжок вверх на 2 ногах	Без предметов	Ходить приставным шагом (пятка к носку) по линии на полу	Спрыгивать с г/скамейки спиной вперёд	Ведение мяча одной рукой по прямой; по звуковому сигналу - перейти на бег		П/и «Догони свою пару» П/и «Пастух и стадо»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Перестр. из шеренги в 3 - 4 колонны по расчёту на месте	В к/одному с ритмичными хлопками под левую ногу; с выпадами; на «высоких» четвереньках	В к/одному «семенящим» шагом, широким шагом, с изменением темпа движения	Без предметов	И/э «Пройди правильно» Ходить приставным шагом (пятка к носку) по узкой стороне г/скамейки	Игровое задание «Прыгуны» Спрыгивать с г/ск. спиной вперёд с поворотом на 180 градусов	И/э «Проведи мяч» - ведение мяча одной рукой до ориентира и обратно.	П/и «Пожарные на учении» - лазать по г/стенке вверх и вниз разноимённым способом не пропуская реек	П/и «Найди и промолчи» П/и «Пустое место»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
<i>Промежуточная диагностика</i>										
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в 2 шеренги по расчёту; постр. в 2 колонны поворотом на месте	В к/два: на носках, руки вверх; на внешних сводах стоп, руки за спину; с высоким подниманием бедер, руки в стороны	В к/о: правым и левым боком приставным шагом; с захлестом голеней; спиной вперёд	С цветными лентами	Ходить приставным шагом по г/ск спиной вперёд		Бросать мяч одной рукой от плеча с места о стену. Ловить мяч двумя руками	Лазать по г/стенке вверх и вниз разноимённым способом	П/и «Бездомный заяц» П/и «Краски»
						1. Дыхательное упражнение «Обними плечи» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Постр. в круг. Пере-строение в 2 круга, в 2 колонны, в 1 колон	В к/одному с заданиями для рук; перекрёстная ходьба с закрытыми глазами; по диагонали зала	В к/одному через препятст. по г/скамейке; с ноги на ногу ч/предметы; прыжком с разбега достать до предмета.	С цветными лентами	И/э «Не намочи ног» - ходить приставным шагом спиной вперёд по г/скамье	П/и «Из кружка в кружок»	«Передай мяч» - сидя на полу друг за другом передавать мяч над головой. Последний с мячом пробегает вперёд, садиться и передаёт мяч над головой.	И/э «Кто скорее до флажка»	П/и «Медведь и пчёлы» П/и «Гори, гори ясно»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Молчок» (Е.Н.Вареник) 2. Дыхательное упражнение «Обними плечи» (А.Н.Стрельникова)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ - комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/одному, перешагивая ч/скакалку, слож. вдвое; перепрыгивая через скакалку	В к/одному со скакалкой в руках по ограниченной поверхности в чередован. с прыжками на пр. и лев. ноге	Со скакалкой		Прыгать через скакалку на месте разными способами (на 2 ногах; с ноги на ногу)	Бросать м/мяч 1 рукой от плеча с места о стену. Ловить мяч 2 руками после хлопка перед собой	Лазать по г/стенке вверх разноименным способом, спуск по диагонали	П/и «Тише едешь» (приставным шагом, приставляя пятку к носку) П/и «Два мороза»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/два: на носках, руки вверх; на внешних сводах стоп, руки сзади за локти; с высоким подниманием бедер, руки вперед	Парами в чередовании с боковым галопом лицом и спиной друг к другу, взявшись за руки	Со скакалкой	Ходить по г/с на носках, руки в стороны, на середине выполнить прыжок вверх на двух ногах	Прыгать через скакалку на месте разными способами (на 2 ногах; с ноги на ногу)	Бросать м/мяч 1 рукой от плеча с места о стену. Ловить мяч 2 руками после хлопка за спиной		П/и «Встречные перебежки» П/и «Кот и мыши»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение в к/два поворотом в движении	В к/одному с м/мячом: с высоким подниманием бедер, мяч переложить под коленом; с остановкой на зв. сигнал, отбить мяч о пол 1 рукой, поймать двумя	В к/одному с м/м, по сигналу переложить мяч из руки в руку над головой	С малым мячом	Ходить по г/с на носках, руки в стороны, на середине перепрыгнуть модуль (10см) на 2 ногах	Прыгать через скакалку на месте разными способами (на 2 ногах; с ноги на ногу)		Подкатывание под верёвку, натянутую на высоте 40 см боком	П/и «Гори, гори ясно» П/и «Кого называли, тот ловит мяч»
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Перестроение в к/три поворотом в движении	В к/одному, перебрасывая м/мяч с руки на руку; отбивая мяч о пол 1 рукой и ловя двумя руками	Чередовать бег обычный с м/мячом в руках с бегом по огр. поверхности, подбрасывая мяч перед собой 2 руками	С малым мячом	Эстафета - ходить по г/с на носках, руки в стороны, на середине перепрыгнуть модуль на 2 ногах	Игровое задание «Сумей допрыгать» - прыжки до ориентира через скакалку	Игровое задание «Сбей кеглю» - прокатывать мяч, стараясь сбить кеглю	Эстафета – подкатывание боком под верёвку (40см) с мячом в руках.	М/и «Испорченный телефон»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Самостоятельное построение в круг, в 2 круга.	В к/одному по диагонали; спиной вперёд; приставным шагом вперёд и назад.	В к/одному противходом; по диагонали; по г/скамейке; подскоками.	На г/скамейке	Ходить, удерживая н/мешочек на стопе одной ноги		Отбивать ракеткой волан перед собой, стоя на месте, правой и левой рукой.	Подлезать под дугу правым и левым боком с ракеткой в руках (за ракеткой)	П/и «Переправа» (в обручах) П/и «Ловишка – ноги от земли»
						1. Дыхательное упражнение «Насос» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в круг, перестроение в 2 круга по расчёту на 1-й, 2-й на месте.	В к/одному пр. и левым боком приставным шагом по канату, руки на пояс; прыжки с ноги на ногу из обруча в обруч; на высоких четвереньках «змейкой» между предметами	В к/одному с заданиями на разные звуковые сигналы: хлопок – поворот; 2 хлопка – прыжок; свисток – упор присев; удар в бубен – остановка.	На г/скамейке	Прыгать на одной ноге, удерживая на носке согнутой в колене ноги н/мешочек.	Прыгать на двух ногах правым и левым боком через модули высотой 20 см, расставленные на расстоянии 40 см друг от друга (5-6 шт)	Отбивать ракеткой волан перед собой, стоя на месте, правой и левой рукой 3 – 5 раз.		П/и «Второй - лишний» под муз. сопровождение П/и «Лиса и куры»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Волшебный сон» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Построение в шеренгу. Расчёт по порядку.	В к/одному гимнастическим шагом; скрестным шагом правым и левым боком; с ритмичными хлопками под левую ногу	В к/одному с подкатыванием под верёвку, натянутую на высоте 40 см.	С кубиками	Прыгать на 1 ноге, по огр-ой поверхности, удерживая мешочек на носке другой до ориентира, обратно на другой ноге	Прыгать на двух ногах правым и левым боком через модули высотой 20 см, расставленные на расстоянии 40 см друг от друга (5-6 шт)		Ползать по г/скамейке на четвереньках назад	П/и «Горячая картошка» П/и «Попади в обруч»
						1. Дыхательное упражнение «Насос» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «Поиграем ушками» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Построение в круг. Перестр. в шеренгу. Размыкание и смыкание.	В к/одному на носках, кубики вверху в руках; с высоким подниманием бедра, руки за спину; выпадами, руки в стороны.	В к/одному с заданиями по зрительному сигналу: -стойка на 1 ноге, руки с кубиками в стороны; присед, руки вперёд; поворот на 360 градусов.	С кубиками	Полоса препятствий				П/и «Чьё звено быстрее соберётся» П/и «По дорожке за мячом» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.27
							Пробегать через большую вращающуюся скакалку	Отбивать ракеткой волан перед собой в движении.	Ползать на четвереньках назад между предметами, расставленными в один ряд	
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Волшебный сон» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ - комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Построение в круг. Перестр. в 2 круга по расчёту на 1-ый и 2-ой	В к/одному: по ограниченной поверхности с заданиями для рук; спиной вперёд; боком скрестным шагом	В к/одному с изменением темпа; боковым галопом; спиной вперёд; противходом	Ритмическая гимнастика с предм.	Ходить по перевёрнутой г/скамейке прямо с различными положениями рук	Прыгать через большую скакалку пр. и лев. боком с разбега		Ползать по г/скамейке на четвереньках, перешагивая через предметы	П/и «Охотники и звери» П/и «В чьей команде меньше мячей»
						1. Дыхательное упражнение «Большой маятник» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в к/о. Повороты направо и налево прыжком на месте.	В к/одному гимнастическим шагом, перека- том с пятки на носок, спиной вперёд, по диаго-нали зала, семенящим шагом	В к/одному мелким и широким шагом, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени, по наклонной и горизонтальной скамье	Ритмическая гимнастика с предм.	Ходить по перевёрнутой г/скамейке прямо, высоко поднимая коле-ни и перекла-дывая под ними м/мяч.		Вести мяч двумя руками «змейкой» между предметами	Ползать по г/скамейке на животе, подтя-гиваясь двумя руками одновременно	П/и «Лягушки и цапля» П/и «Поменяйся местами»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Космос» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Прогулка» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традицион-ная структура занятия	Перестр. из 1 шеренги в 3 уступом по расчёту на месте	В к/одному приставным шагом, пристав-ляя пятку одной ноги к носку другой вперёд и назад	В к/одному, по зв. сигнлу – врассыпную по залу и обратно в к/о	С эспандером	Ходить по пе-ревёрнутой г/с прямо, приседая на середине на 1 ноге, другую, пронося вперёд прямую сбоку	Прыгать через короткую скакалку на одной ноге на месте	Вести мяч одной рукой «змейкой» между предметами	Ползать по г/скамейке на животе, подтя-гиваясь двумя руками попере-менно	П/и «Мяч над веревкой» П/и «Мы – весёлые ребята»
						1. Дыхательное упражнение «Большой маятник» (А.Н.Стрельникова) 2. Точечный массаж «Лепим Буратино» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Постр. в 1 шеренгу. Размыкание и смыкание. Расчёт по порядку	В к/два с расхождением встречных колонн	В к/два в чередовании с бегом в к/одному	С эспандером	П/и «Дорожка препятствий»	П/и «Через верёвку»	«Поймай мой мяч»-2 команды, стоя лицом к стене на расстоянии 2-2,5 м Первый игрок бро-сает мяч о стену и отходит назад, сле-дующий ловит после отскока от пола.	И/э «Кто быстрее»- подтягиваться двумя руками одновремен-но по г/с, лёжа на спине.	П/и «Поезд» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.28 П/и «Гусеницы» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.33
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Космос» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Прогулка» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Стрессовые упр-перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в 3 уступом по расчёту на месте и обратно в 1 шеренгу	В к/одному с ритмичными хлопками под левую ногу; скрестным шагом вправо и влево	Врассыпную по залу, по звуковому сигналу построиться в 1 шеренгу по росту	Без предметов	Ходить по узкой стороне г/с на носках, руки в стороны. На середине скамейки выполнить равновесие на одной ноге («ласточка»)	Прыгать через короткую скакалку на одной ноге с продвижением вперёд		Ползать по г/скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками попеременно	П/и «Ловишки» с мячом П/и «Круговая лапта»
						1. Дыхательное упражнение «Ушки» (А.Н.Стрельникова) 2. Пальчиковая гимнастика «Человечки» (Т.А.Ткаченко)				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в 3 уступом по расчёту на месте и обратно в 1 шеренгу	В к/одному с изменением направления по звуковому сигналу	В к/одному, перешагивая через шнуры, закреплённые на высоте 15 см от пола	Без предметов	Ходить по узкой стороне г/с на носках, руки в стороны. На середине скамейки выполнить равновесие на одной ноге («ласточка»)	Прыгать через короткую скакалку на одной ноге с продвижением вперёд	Отбивать и ловить мяч двумя руками от пола в ходьбе по г/ск . боком приставным шагом		П/и «Бездомный заяц» П/и «Ловля обезьян»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Океан» (Е.Н.Вареник) 2. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова)				
3 – 4 недели	Итоговое диагностирование	<i>Силовая выносливость мышц живота</i>	<i>Подвижность позвоночника вперёд</i>	<i>Удерживать равновесие, стоя на одной ноге</i>	<i>Прыгать в длину с места на двух ногах</i>	<i>Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте</i>	<i>Приседать на двух ногах на месте</i>	<i>Динамометрия</i>		
		<i>Силовая выносливость мышц спины</i>	<i>Челночный бег 6 раз по 5 метров</i>	<i>Задерживать дыхание на вдохе и на выдохе</i>	<i>Прыгать через скакалку на двух ногах на месте</i>	<i>Метать м/мяч правой и левой рукой с места вдаль</i>	<i>Прыгать в высоту на двух ногах с места</i>	<i>Метать н/мяч двумя руками из-за головы с места, стоя и сидя</i>		

Недели	Тема занятия	Строение упр-перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/одному: перешагивая ч/скакалку, слож. вдвое; перепрыгивая через скакалку	В к/одному по ограниченной поверхности в чередован. с прыжками на пр. и лев. ноге	Со скакалкой		Прыгать на двух ногах через г/скамью вправо и влево с опорой на руки, продвигаясь вперёд	Отбивать и ловить мяч двумя руками от пола в ходьбе по г/ск. боком приставным шагом		П/и «Тише едешь» (приставным шагом, приставляя пятку к носку) П/и «Гуси - лебеди»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Постр. в к/четыре ч/с зала, расхождение и схождение парами	В к/два: на носках, руки вверх; на внешних сводах стоп, руки сзади за локти; с высоким подниманием бедер, руки вперед	Парамы в чередовании с боковым галопом лицом и спиной друг к другу, взявшись за руки	Со скакалкой	Ходить по г/скамье навстречу друг другу, на середине разойтись	Прыгать через г/скамейку с ноги на ногу вправо и влево, продвигаясь вперед	Отбивать мяч одной рукой от пола в ходьбе по канату на полу боком приставным шагом		П/и «Перелёт птиц» П/и «Весёлые парочки»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Расслабление» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение в к/два поворотом в движении	В к/одному с м/мячом: с высоким подниманием бедер, мяч переложить под коленом; с остановкой на зв. сигнал, отбить мяч о пол 1 рукой, поймать двумя	В к/одному с м/м, по сигналу переложить мяч из руки в руку над головой	С малым мячом	Ходить парами по двум параллельным скамьям, в центре каждой скамьи пролезть в обруч без помощи рук в группировке	Прыгать через г/скамейку вправо и влево на двух ногах, продвигаясь вперед		Подкатывание под верёвку, натянутую на высоте 40 см боком	П/и «Гори, гори ясно» П/и «Мяч водящему»
						1. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Занятие построенное на п/и и эстафетах	Перестроение в к/три поворотом в движении	В к/одному: перебрасывая м/мяч с руки на руку; отбивая мяч о пол 1 рукой и ловя двумя руками	Чередовать бег обычный с м/м в руках с бегом по огр. поверхности, подбрасывая мяч перед собой 2 руками	С малым мячом	И/э «По скамейке с препятствиями» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.61	И/э «Сумей допрыгать» - прыжки до ориентира через г/скамейку вправо и влево на двух ногах	И/э «Мяч из рук в руки» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.102	И/э «Перекаты с мячом» см.Е.Ф. Желобкович «150 эстафет» стр.107	П/и «Не намочи ног» П/и «Классы»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Расслабление» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота» (Т.А.Ткаченко)				

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Подготовительная к школе группа компенсирующего вида (6 – 7 лет)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходить и бегать с разным положением рук и ног. Ходить по г/скамье, выполняя хлопки под коленом на каждый шаг. Бегать, перепрыгивая через короткую скакалку. Бегать на скорость (30 метров). Прыгать на двух ногах по прямой с мячом, зажатым между колен. Прыгать в высоту с места и с разбега с касанием подвешенного предмета. Прыгать через большую скакалку удобным способом. Ползать по г/скамейке на четвереньках с н/мешочком на спине. Лазать по г/стенке разноимённым способом, на пропуская реек. Спуск по диагонали с пролёта на пролёт. Вести мяч правой и левой рукой с последующим броском его в баскетбольную корзину. Бадминтон.</p>	<p>Ходить спиной вперёд, приставляя пятку к носку. Ходить по канату на полу прямо; боком приставным шагом; скрестно, не наступая на канат. Бегать три минуты (на выносливость). Челночный бег. Прыгать через большой обруч на двух ногах и с ноги на ногу, вращая его вперёд и назад. Прыгать в длину с разбега. Классы. Метать предметы в вертикальную и горизонтальную цель. Школа мяча. Бадминтон. Подъём и спуск по диагонали г/лесенки с пролёта на пролёт. Подлезать и перелезть через предметы, поставленные в ряд друг за другом на расстоянии 40 – 50 см друг от друга.</p>	<p>П/и «Третий лишний» П/и «Ловишки» с ленточками П/и «Красные и синие» П/и «С кочки на кочку» П/и «Пустое место» П/и «Лови, не урони» П/и «Круговая лапта» П/и «Краски» П/и «Береги предмет» П/и «Мяч через сетку» П/и «Весёлые соревнования» П/и «Проведи мяч» П/и «Догони обруч» П/и «Подбрось - поймай» с воланом П/и «Сбей предмет»</p>
<p>Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой, игры с водой, точечный массаж и самомассаж, пальчиковая гимнастика Т.А.Ткаченко, релаксация с речевым сопровождением Е.Н.Вареник, гимнастика для глаз.</p>		
<p>ОРУ - комплексы: 5. Ритмическая гимнастика с лентами 6. С обручем</p>	<p>ОРУ - комплексы: 7. С палками 8. Без предметов</p>	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

К/о – колонна по одному.

СЕНТЯБРЬ

Средняя группа компенсирующего вида (4 – 5 лет)

Недели	Тема занятия	Стрелковые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1-3 недели	Начальное диагностирование	Повороты налево и направо переступанием	В к/одному с высоким подниманием бедра	В к/одному со сменой направления	Без предметов	Ходить по г/скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Перепрыгивать через шнур на двух ногах, натянутый на высоте 10 см от пола	Метать набивной мешочек (м/мяч) с места одной рукой вдаль 2,5-5 м	Подлезать под предметы высотой 40 – 50 см, боком, без помощи рук.	
		Построение в шеренгу, перестроение в к/о переступанием	«Змейкой» между предметами	Увёртываясь или лоя ког-либо	Без предметов	Взбегать по наклонной доске вверх и сбегать с неё	Спрыгивать с высоты 15 – 25 см	Катать мяч в заданном направлении	Лазать по шведской стенке на высоту не менее 1.5 м произвольным способом	
		Перестроение в колонну по два за направляющим	Переход от ходьбы к бегу и обратно	В быстром темпе 10 метров	Без предметов	Кружиться на месте вправо и влево	Прыгать в длину с места на двух ногах не менее 40 см	Бросать мяч вверх двумя руками, ударять об пол, стараясь поймать его двумя руками 2-3 раза		
4 неделя	«В осеннем парке»	Построение в к/о по росту	Чередование ходьбы обычной с ходьбой с закрытыми глазами	Со сменой направления по звуковому сигналу	С листочками «В осеннем парке»			Прокатывать мяч друг другу двумя руками, стоя на коленях	Ползать на четвереньках по прямой, прокатывая перед собой мяч	П/и «Найди себе пару» (с листьями) П/и «Пастух и стадо»
						1. Пальчиковая гимнастика «Мальчик-пальчик» (М.Кольцова) 2. Гимнастика для глаз (комплекс № 1)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«У медведя во бору»	Находить своё место в шеренге, колонне	В к/одному со сменой направления по звуковому сигналу	Чередовать бег по кругу с бегом врассыпную по залу	С м/игрушкой «Поиграем со зверятами»		Прыгать на месте на одной ноге поочередно		Ползать на четвереньках «змейкой», прокатывая перед собой мяч	П/и «У медведя во бору» П/и «Цветные автомобили»
2 неделя	«Соберём урожай»	Находить своё место в шеренге, колонне, в кругу	В к/о, держась за руки, со сменой направления по звуковому сигналу – «ниточка за иглолочкой»	Бег на месте с переходом на бег с продвижением вперёд и наоборот	С м/игрушкой «Поиграем со зверятами»	Ходить по прямой линии и по кругу, руки за спину	На месте вокруг себя на правой и левой ноге поочередно	Прокатывать мяч друг другу одной рукой сидя на полу		П/и «Огуречик, огуречик...» М/и «Ровным кругом» П/и «Самолёты»
						1. Дыхательное упражнение «Ладошки» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
3 неделя	«Прогулка по осеннему лесу»	Постр-е в к/два с места за направлением по ориентиру	Приставным шагом вперёд и назад в шеренге	Приставным шагом вперёд с подскоком	С цв. платочками «Разноцветная осень»	Ходить по извилистой дорожке, руки за спину, перешагивая через плоские предметы		Прокатывать мяч друг другу одной рукой, стоя на коленях	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубик по середине	П/и «Птицы и дождь» см. В.Г.Фролов «ФК занятия, игры и упр. на прогулке», стр.147 П/и «Чьё звено скорее соберётся»
						1. Дыхательное упражнение «Ладошки» 2. Самомассаж «Какие мы красивые» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	«Магазин игрушек»	Постр-е в к/три с места за направлением по ориентиру	В к/одному приставным шагом правым и левым боком	В к/одному приставным шагом правым и левым боком с подскоком	С цв. платочками «Разноцветная осень»		Прыгать на двух ногах через ряд шнуров на полу		Ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики	П/и «Ловишки» с игрушкой М/и «Магазин игрушек»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Сказка» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дружба» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Стрелковые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Путешествие на остров» (на поезде)	Постр-е в к/два в движ-ии за направляющим по ориентиру	В к/одному на носках; на пятках, руки на пояс	Чередование бега на носках с обычным бегом	На г/скамейке «На поезде»	Ходить по доске на полу с н/мешочком на голове, руки на пояс	Прыгать на двух ногах через ряд шнуров натянутых на высоте 10 см от пола	Прокатывать обруч одной рукой по прямой		П/и «На одной ножке по дорожке» см. В.Г.Фролов «ФК занятия, игры и упр. на прогулке», стр.146 П/и «Кролики»
						1. Дыхательное упражнение «Погонщики» (А.Н.Стрельникова) 2. Точечный массаж				
2 неделя	«Путешествие на остров» (на поезде)	Постр-е в к/два в движ-ии за направляющим по ориентиру	В к/одному на носках, руки вверху; на пятках, руки за спину	В к/одному на носках «крадучись»	На г/скамейке «На поезде»	Ходить по извилистой дорожке с н/мешочком на голове		Прокатывать обруч одной рукой друг другу	Ползать на четвереньках по наклонной доске	П/и «Чьё звено скорее соберётся» П/и «На одной ножке по дорожке»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Рыбки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Замок» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	«В гости к доктору Айболиту»	Постр-е в к/два в движ-е за напр-м по ориентиру	В к/одному с дополнительным заданием по зв. сигналу (упор присев; сед на пол)	В к/одному со сменой ведущего по звуковому сигналу	С хлопками «Быть здоровыми хотим»		Прямой галоп по кругу, руки за спину		Ползать на четвереньках по наклонной доске с переходом на г/скамейку	П/и «Котятя и щенята» М/п «Найди и промолчи» П/и «Лошадки»
						1. Дыхательное упражнение «Погонщики» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз «Глазки проснулись» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	«В гости к доктору Айболиту»	Постр-е в к/три в движ-е за напр-м по ориентиру	В к/одному с дополнительным заданием по зв. сигналу (лежа на животе; поворот вокруг себя на 180 градусов)	В к/одному со сменой ведущего по звуковому сигналу	С хлопками «Быть здоровыми хотим»	Ходить по доске на полу, на середине - присед	Прямой галоп «змейкой»	Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока от пола		П/и «Прятки с персонажем» П/и «Котятя и щенята»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Рыбки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Замок» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Здравствуй, Зимушка-зима!»	Постр-е в к/три в движен. за напр. по ориентире	В к/одному с дополнительным заданием для рук (в стороны, вверх, к плечам)	В к/одному со сменой ведущего в чередовании с бегом в рассыпную	С малым мячом «Зимние забавы»	Ходить по г/скамейке, на середине - присед		Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками	Подтягиваться на г/скамейке лёжа на животе двумя руками одновременно	П/и «Ловишки с ленточками» М/и «Мои волшебные фигуры» П/и «Бездомный заяц»
2 неделя	«Здравствуй, Зимушка-зима!»	Постр-е в к/четыре в движен. за напр. по ориентире	В к/одному с дополнительным заданием для рук (в стороны, вверх, к плечам)	В к/одному со сменой ведущего в чередовании с бегом в рассыпную	С малым мячом «Зимние забавы»		Подпрыгивать на месте на двух ногах		Подтягиваться на г/скамейке лёжа на животе двумя руками попеременно	П/и «Мяч водящему» см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.66 П/и «Затейники»
3 неделя	«Снежные человечки»	Постр-е в к/четыре в движен. за напр. по ориентире	Чередовать ходьбу обычную с прыжками на месте по звук. сигналу	Чередовать бег обычный с прыжками с продвижением вперёд по звук. сигналу	С большим мячом «Снежные человечки»	Ходить по доске на полу с поворотом кругом на середине	Выпрыгивать из упора присев вверх, стараясь достать подвешенный предмет	Ударять мяч об пол двумя руками и ловить его после отскока		П/и «Кошка и мыши» М/и «Заморожу ручки» П/и «Пожарные на учении»
4 неделя	«В гостях у Снегурочки и Деда Мороза»	Перестр-е из к/два в две шеренги поворотом напр. по ориентире	Шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	«Перебежки»- бегать шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	С большим мячом «Снежные человечки»	Ходить по г/скамейке с поворотом кругом на середине		Ударять мяч об пол двумя руками и ловить его после отскока в парах	Ползать по г/скамейке на четвереньках, пролезая в обруч на середине скамейки.	П/и «Прятки с хлопками» П/и «Из кружка в кружок»
						1. Дыхательное упражнение «Кошка» (А.Н.Стрельникова) 2. Точечный массаж «Забавный Буратино» (Т.Е.Харченко)				
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Кулачки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «В гости» (Т.А.Ткаченко)				
						1. Дыхательное упражнение «Кошка» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «Художники» (Т.Е.Харченко)				
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Кулачки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «В гости» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
<i>Промежуточная диагностика</i>										
3 неделя	«Курочка-ряба»	Перестроение из к/два в две шеренги поворотом направо	Шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	«Перебежки»- бегать шеренгами навстречу друг другу, не наталкиваясь и не теряя своё место в шеренге	С ленточками «Весёлые котята»		Игровое задание «Переправься через болото»	Игра - эстафета «Мяч водящему»	Ползать по г/скамейке на четвереньках, пролезая в два обруча	П/и «Курочка-хохлатка» П/и «Охотники и зайцы»
						1. Дыхательное упражнение «Обними плечи» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
4 неделя	«Котята и щенята»	Размыкание приставным шагом на вытянутые руки вперёд	Ходить и бегать парами между предметами. Ходить и бегать в рассыпную, по звуковому сигналу – построение парами		С ленточками «Весёлые котята»	Подняться по наклонной доске вверх, приставляя пятку к носку, повернуться, спуститься по доске вниз	Игра - эстафета «Кто быстрее»	П/и «Сбей кеглю»		П/и «Котята и щенята» см. В.Г.Фролов «ФК занятия, игры и упр. на прогулке», стр. 147 П/и «Найди себе пару»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Молчок» (Е.Н.Вареник) 2. Дыхательное упражнение «Обними плечи» (А.Н.Стрельникова)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Письмо для Красной Шапочки»	Размыкание приставным шагом на вытянутые руки вперёд	Чередовать ходьбу обычную с ходьбой с закрытыми глазами	Убегать от догоняющего и догонять убегающего	С кубиком	Подняться по наклонной доске вверх, приставляя пятку к носку, повернуться, пробежать по доске вниз	Прыгать вперёд на двух ногах, на правой и левой ноге поочередно		Лазать по г/стенке вверх и вниз, чередуя движения рук и ног	П/и «Мыши в кладовой» (у Красной Шапочки) П/и «Подбрось - поймай»
						1. Дыхательное упражнение «Маятник» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «Носики» (Т.Е.Харченко)				
2 неделя	«В гости к Красной Шапочке»	Повороты «кругом», переступанием на месте	Чередовать ходьбу с высоким подниманием бедра на месте с ходьбой по залу по звуковому сигналу	Чередовать бег с высоким подниманием бедра на месте с бегом по залу по звуковому сигналу	С кубиком		Прыгать на правой и левой ноге до ориентира	Отбивать мяч об пол одной рукой перед собой, сидя на полу, ноги врозь. Ловить двумя руками	Лазать по г/стенке вверх и вниз, чередуя движения рук и ног с переходом на наклонную доску и спуск с неё бегом	П/и «Найди и промолчи» П/и «Ровным кругом» П/и «Ловишки» с ленточками
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Молчок» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Домик» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	«Волшебный автобус»	Повороты «кругом» прыжком на месте	В к/одному на носках, на пятках со сменой положения рук (на пояс, за спину, за голову)	В к/одному с остановкой на зрительный сигнал	Без предметов «Зарядка в автобусе»	Идти по доске, лежащей на полу, навстречу друг другу, при встрече разойтись, не сходя на пол		Отбивать мяч об пол одной рукой перед собой, стоя на коленях. Ловить двумя руками		П/и «Кто дальше прыгнет» см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.63 П/и «Кролики»
						1. Дыхательное упражнение «Маятник» (А.Н.Стрельникова) 2. Точечный массаж «Котята» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	«Волшебный автобус»	Перестроение в к/два в движении через середину зала	В к/одному на носках, на пятках со сменой положения рук (на пояс, за спину, за голову)	В к/одному с остановкой на зрительный сигнал с дополнительным заданием для рук	Без предметов «Зарядка в автобусе»	Идти по г/скамейке навстречу друг другу, при встрече разойтись, не сходя на пол		Отбивать мяч об пол одной рукой перед собой стоя. Ловить двумя руками	П/и «Пожарные на учении»	П/и «Попади в обруч» см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.58
						1.Релаксация с речевым сопровождением «Молчок» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Домик» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Если был бы я волшебник...»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/одному с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи вперёд-назад)	Медленный бег в к/одному со сменой ведущего с переходом на ходьбу	С обручем «Волшебный круг»		Прыгать из обруча в обруч, лежащих на полу в ряд на расстоянии 5-7 см друг от друга на двух ногах		Лазать по наклонной лестнице, установленной на второй рейке г/стенки	П/и «Мы – весёлые ребята» П/и «Сбей кеглю»
						1. Дыхательное упражнение «Насос» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
2 неделя	«Если был бы я волшебник...»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/одному с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи)	Медленный бег в к/одному с преодолением препятствий	С обручем «Волшебный круг»	Ходить по г/скамейке, спрыгивая в конце	Прыгать из обруча в обруч, лежащих на полу в шахматном порядке на двух ногах		Лазать по наклонной лестнице, установленной на второй рейке г/стенки с переходом на неё	П/и «Успей выбежать из круга» П/и «Подбрось - поймай»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Волшебный сон» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	«Палочка волшебника»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/одному с ходьбой с наклонами и приседами	Медленный бег в к/одному «змейкой» по ориентиру	С г/палкой «Палочка-выручалочка»	Бегать по г/скамейке, спрыгивая в конце		Бросать мяч через шнур двумя руками из-за головы с места. Расстояние до шнура 1 метр		П/и «Из кружка в кружок» П/и «Весёлая карусель»
						1. Дыхательное упражнение «Насос» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «Поиграем ушками» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	«Палочка волшебника»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/одному с прыжками на двух ногах из полуприседа	Медленный бег в к/одному широким шагом; с высоким подниманием бедра; приставным шагом вперёд	С г/палкой «Палочка-выручалочка»		Прыгать на месте ноги в стороны врозь – вместе	Бросать мяч через шнур двумя руками из-за головы с места. Расстояние до шнура 2 метра	П/и «Рыбаки и сеть»	П/и «Ловишки» с м/мячом см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.61
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Волшебный сон» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Весёлые туристы»	Размыкание при-ставным шагом на вытянутые руки вперёд	В к/одному с дополнительным заданием для рук (круговые движения, махи вперёд-назад)	Чередование бега в к/одному с бегом враспынную в медленном темпе	С гантелями «Весёлые туристы»	Ходить по узкой стороне г/скамьи, руки на пояс	Прыгать с продвижением вперёд ноги в стороны врозь – вместе	П/и «Мяч через сетку»		П/и «Лиса и птицы»
2 неделя	«Весёлые туристы»	Размыкание приставным шагом на вытянутые руки вперёд и в стороны	В к/одному с дополнительным заданием для рук (круговые движения, махи вперёд-назад)	В к/одному в медленном темпе «змейкой» со сменой направления по звуковому сигналу	С гантелями «Весёлые туристы»	Ходить по гимнастическому бревну, руки в стороны			Ползать по г/скамейке на высоких четвереньках	Игра-эстафета с рюкзаками «Кто быстрее»
3 неделя	«Есть у солнышка друзья»	Размыкание приставным шагом на вытянутые руки вперёд и в стороны	Парами с высоким подниманием бедра; на носках; на пятках	Чередовать бег обычный парами с прыжками на одной ноге парами в медленном темпе	С флажками		Прыгать в длину с места на двух ногах смахом рук (до ориентира)	Метать набивной мешочек одной рукой от плеча с места в горизонтальную цель с расстояния 1.5 метра	Ползать по наклонной доске на высоких четвереньках	П/и «Бездомный заяц» П/и «На одной ножке по дорожке»
4 неделя	«Есть у солнышка друзья»	Перестроение в к/о из к/два в движении	В к/два в полуприседе, гимнастическим шагом с носка, спортивным шагом с пятки	Чередовать бег обычный в к/два с бегом широким и мелким шагом в медленном темпе	С флажками		Игровое задание «Кто дальше прыгнет»	Метать набивной мешочек одной рукой от плеча с места в горизонтальную цель с расстояния 3 метра		П/и «Лиса и птицы» П/и «Успей выбежать из круга»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«На стадионе»	Перестроение в к/о из к/два в движении	Чередовать ходьбу обычную с ходьбой спиной вперёд по звуковому сигналу	В к/одному с остановкой по звуковому сигналу – встать на одну ногу	Со скакалкой «На стадионе»	Стоять на одной ноге, сохраняя равновесие, руки в стороны	Прыгать на двух ногах с места через шнур, натянутый на высоте 20 см	Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте		П/и «Пожарные на учениях» П/и «Лохматый пёс»
						1. Дыхательное упражнение «Ушки» (А.Н.Стрельникова) 2. Пальчиковая гимнастика «Человечки» (Т.А.Ткаченко)				
2 неделя	«На стадионе»	Перестроение в к/о из к/два в движении	Чередовать ходьбу обычную с ходьбой на высоких четвереньках; в приседе	«Челночный» бег подгруппами с предметами 2 раза по 3 метра	Со скакалкой «На стадионе»	П/и «Мои волшебные фигуры»		Игровое задание «Попади в обруч»	Перелезть через верхнюю планку лесенки-стремянки боком	П/и «Прятки с колокольчиком» П/и «Зайка серый умывается»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Океан» (Е.Н.Вареник) 2. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова)				
3 - 4 недели	Заключительное диагностирование	Повороты на месте переступанием	Ходить по кругу правым и левым боком приставным шагом	Бегать «змейкой» между предметами	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места (не менее 70 см) Прыгать в высоту на двух ногах с места	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте не менее 5 раз	Присесть на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд Динамометрия	
			Перестроение в колонну по три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу с прыжками на двух ногах, с бегом и с ходьбой с изменением направления	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе и на выдохе (в секундах)	Прыгать на одной ноге (на правой ноге до ориентира, на левой – обратно)	Метать набивной мешочек (м/мяч) правой (левой) рукой с места в даль не менее 5 – 6 метров	Подлезать под предметы прямо, правым и левым боком без помощи рук	Лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; с пролёта на пролёт.

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Здравствуй лето!»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/о с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи вперёд-назад)	Медленный бег в к/о со сменой ведущего с переходом на ходьбу	Без предметов «Весёлый зоопарк»	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, руки на пояс	Перепрыгивать через шнур на полу на двух ногах вправо-влево на месте		Перелезть через верхнюю планку лесенки-стремянки боком	П/и «Мы –весёлые ребята» П/и «Лиса в курятнике»
						1. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «С пробуждением, ручки» (Т.Е.Харченко)				
2 неделя	«Здравствуй лето!»	Перестр-е в к/два в движении через середину зала	В к/о с дополнительным заданием для рук (вперёд, вверх в стороны, вниз, круговые движения, махи)	Медленный бег в к/о с преодолением препятствий	Без предметов «Весёлый зоопарк»	Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, на середине перешагнуть через н/мяч, руки на пояс	Перепрыгивать через шнур на полу на двух ногах вправо-влево, продвигаясь вперёд	Метать н/мешочек в вертикальную цель одной рукой от плеча с расстояния 1.5 м		П/и «Успей выбежать из круга» П/и «Самолёты»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Расслабление» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	«Прогулка в летний сад»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/о с ходьбой с наклонами и приседами	Медленный бег в к/о «змейкой» между предметами	С хлопками «Хлопушки»			Игровое задание «Попади в обруч»	Лазать по г/стенке удобным способом вверх и вниз, с переходом с пролёта на пролёт	П/и «Из кружка в кружок» П/и «Найди пару» П/и «Найди и промолчи»
						1. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	«Прогулка в летний сад»	Перестр-е в к/три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу обычную в к/о с прыжками на двух ногах из полуприседа	Медленный бег в к/о широким шагом, с высоким подниманием бедра, приставным шагом вперёд	С хлопками «Хлопушки»	Ходить по г/скамейке на носках, руки в стороны	Прыгать на двух ногах с продвижением вперёд между предметами		П/и «Ловля обезьян»	П/и «Ловишки» с м/мячом см. Т.И. Осокина «ФУ для дошкольников», стр.61
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Расслабление» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота» (Т.А.Ткаченко)				

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Средняя группа компенсирующего вида (4 – 5 лет)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на пояс. Ходить по г/бревну, руки в стороны; на пояс. Бросать мяч двумя руками снизу, стоя в парах. Бросать мяч вверх двумя руками и ловить его после отскока от пола. Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте. Подлезать под шнур, натянутый на высоте 50 см прямо и боком без помощи рук. Лазать по приставной лесенке вверх с переходом на г/лестницу и спуск с неё. Подтягиваться на г/скамейке двумя руками одновременно. Прыгать на двух ногах и поочередно на одной «змейкой» между предметами. Прыгать на двух ногах через шнуры, натянутые на высоте 20 см.</p>	<p>Ходьба с перестроением в движении в колонну по два; по три; по четыре. Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, на середине – присед, выпрямиться и идти до конца скамьи. Стойка на одной ноге, руки на пояс. Бросать мяч об пол и вверх двумя руками и ловить его. Бросать мяч двумя руками из-за головы и ловить его после отскока от пола, стоя в парах. Метать набивной мешочек одной рукой с места вдаль. Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте. Челночный бег. Бег в быстром темпе (10 метров). Прыгать с продвижением вперед ноги в стороны врозь – вместе. Прыгать в длину с места на двух ногах не менее 40 см</p>	<p>П/и «Цветные автомобили» П/и «Ловишки» с ленточками П/и «Найди себе пару» П/и «Сбей булаву» П/и «Самолёты» П/и «Жмурки» с хлопками П/и «Подбрось - поймай» П/и «Прятки» П/и «Найди, где спрятано» П/и «Мяч через сетку» П/и «По дорожке на одной ножке» П/и «Лиса в курятнике» П/и «Догони обруч» П/и «Кролики» П/и «Лошадки»</p>
<p>Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой, игры с водой, точечный массаж и самомассаж, пальчиковая гимнастика Т.А.Ткаченко, релаксация с речевым сопровождением Е.Н.Вареник, гимнастика для глаз.</p>		
<p>ОРУ-комплексы: 1. С верёвочкой 2. С мячом</p>	<p>ОРУ-комплексы: 3. Без предметов 4. С кубиками</p>	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

К/о – колонна по одному.

СЕНТЯБРЬ

Старшая группа компенсирующего вида (5 - 6 лет)

Недели	Тема занятия	Стрелковые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 - 3 недели	Начальное диагностирование	Повороты на месте переступанием	По кругу правым и левым боком приставным шагом	«Змейкой» между предметами	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места (не менее 70 см) Прыгать в высоту на двух ногах с места	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте не менее 5 раз	Приседать на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд Динамометрия	
		Перестроение в колонну по три в движении через середину зала	Чередовать ходьбу с прыжками на двух ногах, с бегом и с ходьбой с изменением направления	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе и на выдохе (в секундах)	Прыгать на одной ноге (на правой ноге до ориентира, на левой – обратно)	Метать набивной мешочек (м/мяч) правой (левой) рукой с места в даль не менее 5 – 6 метров	Подлезать под предметы прямо, правым и левым боком без помощи рук	Лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; с пролёта на пролёт.	
4 недели	«Осенний лес» - занятие, построено на п/играх и играх-эстафетах	Построение в к/одному, перестроение в пары на месте	П/и «Перебежки»	П/и «Чьё звено быстрее соберётся»	Игровое задание «Кто дальше прыгнет»	Игровое задание «Попади в обруч»	П/и «Кто быстрее до флажка» - ползти на высоких четвереньках			
			П/и «Найди своё место» - чередование ходьбы парами с ходьбой в рассыпную по звуковому сигналу	И/э «Соберём грибы» - бег по ограниченной поверхности с корзиной в руках.	И/э «Прыжки в мешке»	И/э «Пронеси шишку» - быстро передвигаясь, нести шишку на ракетке в руке перед собой	И/э «Кто быстрее доползёт» - ползти на четвереньках до ориентира			

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Собираем урожай»	Построение в пары на месте, чередуя с построением в к/о	В к/два, по звуковому сигналу – ходить в колонне по одному	Чередовать бег враспынную с бегом в колонну по одному	С большим мячом	Ходить, перешагивая через верёвку, натянутую на высоте 40 см	Прыгать на двух ногах вперёд с зажатым модулем «таблеткой» между колен		Перелезть через верхнюю планку лесенки-стремянки боком	П/и «Погрузка овощей» П/и «Мышеловка» М/и «У кого мяч?»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Повороты напр. и налево. прыжком на месте.	Чередовать ходьбу в к/два с ходьбой враспынную	В к/одному в умеренном темпе до 1 минуты	С большим мячом	Перешагивать через воротца высотой 40 см, поставленные в ряд друг за другом	И/э «Пингвины» с зажатым между колен модулем	Передавать мяч двумя руками от груди, стоя в парах		П/и «Перелёт птиц» М/и «Найди и промолчи» П/и «Ловишки»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Повороты кругом прыжком на месте. Перестр. из одной шеренги в две с места по расчёту	В к/одному, по зв. сигналу - поворот прыжком кругом, продолжая ходьбу	В к/одному в умеренном темпе до 1 минуты	С кубиком	Игровое задание «По мостику»		Перебрасывать мяч двумя руками от груди, стоя в парах, с расстояния 1 метр друг от друга	Ползать на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом	П/и «Не оставайся на полу» П/и «Мы, весёлые ребята» П/и «Удочка»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в три с места по расчёту	В к/два, по зв. сигналу - поворот прыжком кругом, продолжая ходьбу	В к/два, по зв. сигналу - поворот прыжком кругом, продолжая ходьбу	С кубиком		Прыгать на двух ногах через шнур, натянутый на высоте 20 см боком	Игровое задание «Передача мяча»	Игровое задание «Не задень» - ползать на четвереньках «змейкой»	П/и «Ловишки с лентами» П/и «Затейник»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Мы туристы»	Перестроение в к/два в движении через с/зала	С высоким подниманием бедра; широким шагом	В к/одному «змейкой» между предметами; бегать в рассыпную	С малым мячом	Ходить по г/скамейке, перекладывая м/мяч из руки в руку перед собой	Прыгать на двух ногах через ряд шнуров, натянутых на высоте 20 см боком		Пролезать в 3 обруча, стоящих друг за другом на расстоянии 1 метра боком без помощи рук	П/и «Бездомный заяц» П/и «Летает - не летает» П/и «Уголки»
						1. Дыхательное упражнение «Погонщики» (А.Н.Стрельникова) 2. Точечный массаж				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение в к/три в движении через с/зала	В к/одному противходом; с ускорением и замедлением темпа движения	Медленный бег в к/одному до 1,5 мин; бегать в рассыпную, по сигналу - остановиться	С малым мячом	Ходить по г/скамейке, перекладывая м/мяч из руки в руку перед собой и за спиной		Отбивать мяч от пола двумя руками в движении (в ходьбе)	Пролезать в 4 обруча, стоящих вплотную друг к другу в линию, правым и левым боком поочередно с мячом в руках	П/и «Хитрая лиса» П/и «Мышеловка» М/и «Найди и промолчи»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Рыбки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Замок» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/два в к/одному в движении за напр.	В к/одному с изменением направления движения (по сигналу идти к окну, к двери, к флажку и т.д)	Между предметами, поставленными в ряд	На г/скамейках	П/и «Быстро встань в колонну»	Прыгать на правой и левой ноге по прямой до ориентира	Отбивать мяч от пола двумя руками в движении (в беге)		П/и «Гуси-лебеди» П/и «Парный бег» М/и «Угадай по глосу»
						1. Дыхательное упражнение «Погонщики» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз «Глазки проснулись» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/три в к/одному в движении за напр.	Чередовать ходьбу в к/о с ходьбой в рассыпную	Чередовать бег с высоким подниманием бедра и с захлестыванием голени	На г/скамейках		Прыгать на правой и левой ноге между предметами «змейкой»	П/и «Попади в обруч»	Ползать на четвереньках с опорой на локти и колени между двумя параллельными шнурами на полу	И/э «Быстро возьми, быстро положи» П/и «Мяч водящему» М/и «У кого мяч?»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Рыбки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Замок» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Зимние забавы»	Перестр. из шеренги в круг с места, взявшись за руки	По кругу, взявшись за руки, по сигналу - поворот в др. сторону	Чередовать бег широким и мелким шагом в к/одному	С обручем		Игровое задание «На одной ножке по дорожке»	Отбивать мяч от пола одной рукой в движении (в ходьбе)	Ползать на четвереньках с опорой на локти и колени по г/скамье	П/и «Мороз - Красный нос» П/и «Ловишки» М/и «Тихо - громко»
2 неделя	Традиционн ая структура занятия	Перестроение из шеренги в круг с места, без рук. Размыкание на вытянутые вперед руки	По кругу, не держась за руки, выполняя движения руками на каждый шаг (вперёд, вверх, в стороны, вниз)	В к/одному, по сигналу – замереть, выполнив какую-либо фигуру	С обручем	Ходить по наклонной доске вверх и вниз боком, приставным шагом, руки на пояс		Отбивать мяч от пола правой и левой рукой поочередно в движении (в беге)	Игровое задание «Ловкие ребята» - ползать по г/скамье на четвереньках, пролезая в обруч по середине	П/и «Найди себе пару» П/и «Мы, весёлые ребята»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Кулачки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «В гости» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционн ая структура занятия	Перестроение из к/о в круг в движении. Размыкание на вытянутые вперед руки	По кругу, не держась за руки, выполняя движения руками на каждый шаг (махи вверх-вниз, круговые движения вперед)	По кругу, взявшись за руки, по сигналу – остановиться (соблюдать дистанцию и форму круга)	С флажками	Ходить вверх и вниз по наклонной доске правым и левым боком приставным шагом с поворотом на середине	Прыгать на двух ногах с места на мягкое препятствие высотой 20 см с махом рук			И/э «Собери снеговика» П/и «Чей мяч дальше» М/и «Найди предмет»
						1. Дыхательное упражнение «Кошка» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «Художники» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Традиционн ая структура занятия	Перестроение из к/одному в 2 круга в движении за направляющим	Ходить и бегать по кругу, не держась за руки, изменяя направление движения в правую и левую сторону по сигналу. Соблюдать дистанцию и форму круга.		С флажками		Прыгать на мягкое препятствие высотой 20 см с трёх шагов	Перебрасывать мяч двумя руками из-за головы, стоя в парах	Ползать на четвереньках по прямой, толкая головой н/мяч перед собой	И/э «Забей шайбу» П/и «Кошка и мыши»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Кулачки» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «В гости» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 - 2 неделя	<i>Промежуточное диагностирование</i>									
3 неделя	«Я узнаю себя»	Перестроение из одной шеренги в две одновременно-менно с места по расчёту	По кругу, держась за шнур (толстую верёвку), сохраняя форму круга	По кругу, держась за шнур и сохраняя форму круга	С верёвкой	Взбегать по наклонной доске вверх (без разбега) и шагом спускаться вниз		Перебрасывать мяч двумя руками из-за головы друг другу через сетку, стоя в шеренгах	Ползать на четвереньках под дугами, поставленными в ряд друг за другом, толкая головой мяч перед собой	П/и «Удочка» П/и «Перепрыгни – не задень» М/и «Летает – не летает»
						1. Дыхательное упражнение «Обними плечи» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из одной шеренги в две одновременно-менно с места по расчёту	Ходить и бегать по кругу, не держась за руки, изменяя направление движения в правую и левую сторону по сигналу. Соблюдать дистанцию и форму круга.		С верёвкой	Взбегать по наклонной доске вверх (без разбега) и сбегать с неё	Игра-эстафета «Кто скорее до флажка» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр.51		П/и «Медведи и пчёлы» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр. 63	П/и «Выбивалы» П/и «Не оставайся на полу» П/и «Карусель»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Молчок» (Е.Н.Вареник) 2. Дыхательное упражнение «Обними плечи» (А.Н.Стрельникова)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Пожарные на учении»	Перестр. из одной шеренги в три одновременно с места по расчёту	В к/одному по диагонали; в шеренге плечом к плечу	В к/одному в умеренном темпе непрерывно до 1,5 минут	Без предметов	Бегать по наклонной доске с разбега вверх и вниз		Бросать мяч снизу двумя руками вверх и ловить его после хлопка в ладоши перед собой	Лазать до середины г/стенки разноимённым способом	П/и «Охотники и зайцы» П/и «Волк во рву» М/и «У кого мяч»
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из одной шеренги в три одновременно с места по расчёту	В к/одному «змейкой», ускоряя и замедляя темп движения	В к/одному со сменой направляющего, изменяя темп движения	Без предметов		Спрыгивать с монома (высота 30 см) на моном (высота 10 см) на обозначенное место	Бросать мяч снизу двумя руками друг другу и ловить его после хлопка в ладоши перед собой	Лазать по г/стенке до верха разноимённым способом	П/и «Встречные перебежки» П/и «Хитрая лиса»
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в две уступом на месте по расчёту и наоборот	В к/одному противходом между предметами	В к/одному «змейкой» за направляющим	С цветными лентами	Ходить вперёд по линии на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Спрыгивать и запрыгивать на моном (30см) подряд несколько раз		И/э «Пожарные на учении»	П/и «Ловишки парами» П/и «Мяч водящему»
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из к/о в три уступом в стороны на месте по расчёту и наоборот	Ходить и бегать противходом за направляющим, с остановкой на звуковой сигнал		С цветными лентами	Ходить вперёд и назад по линии на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Игровое задание «Кто сделает меньше прыжков»	Бросать мяч двумя руками из-за головы с места с расстояния 2 м в корзину, закреплённую на высоте 1.5 м		П/и «Караси и щука» П/и «Птички и кошка»

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Весна - красна»	Перестроение из к/два в к/одному в движении шеренгами за направлением	Ходить и бегать в к/одному, изменяя направление поворотом кругом по звуковому сигналу		С платочками		Прыгать с ноги на ногу (из обруча в обруч, положенные на полу в один ряд на расстоянии 40 см друг от друга)	Бросать мяч двумя руками из-за головы с трёх шагов с расстояния 2 м в корзину, закреплённую на высоте 1.5 м	Ползать попластунски до обозначенного места, согласовывая движения рук и ног	П/и «Совушка» П/и «Кто скорее до флажка»
						1. Дыхательное упражнение «Насос» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/два в к/одному в движении шеренгами за направлением	В к/одному скрестным шагом правым боком, левая нога перед правой	В к/одному по кругу, изменяя направление поворотом кругом по звуковому сигналу	С платочками	Ходить, перешагивая через ряд н/мячей на полу, руки на пояс	Прыгать с ноги на ногу (из обруча в обруч в шахматном порядке на расстоянии 40см друг от друга)		Ползать попластунски в сочетании с перебежками	И/э «Пронеси, не урони» П/и «Горелки»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Волшебный сон» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/три в к/одному в движении шеренгами за направлением	В к/одному скрестным шагом левым боком, правая нога перед левой ногой	Врассыпную между предметами на полу, не задевая их	С набивным мешочком	Ходить с набивным мешочком на голове, перешагивая через ряд н/мячей на полу, руки в стороны	И/э «Переправа»	Бросать мяч двумя руками от груди друг другу с расстояния 3 метра		П/и «Карусели» П/и «Поймай комара»
						1. Дыхательное упражнение «Насос» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «Поиграем ушками» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/три в к/одному в движении шеренгами за направлением	В к/одному скрестным шагом правым и левым боком, левая и правая нога впереди поочередно	В среднем темпе в к/одному до 2 минут	С набивным мешочком		Прыгать в высоту с разбега (фаза отталкивания)	Бросать мяч двумя руками от груди о стену и ловить его после отскока от пола	Из вися спиной на г/стенке подтягивать согнутые в коленях ноги к груди	П/и «Гуси - лебеди» П/и «Синие, красные, желтые» М/и «Тихо-громко»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Волшебный сон» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Засолка капусты» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	«Космическое путешествие»	Перестроение из к/о в пары на месте и обратно в к/одному	В к/одному гимнастическим шагом с носка; спортивным шагом с пятки	Чередовать бег парами с бегом врассыпную	В парах	Ходить по г/скамейке с поворотом на 180 град. переступанием на середине	Прыгать в высоту с разбега (фаза полёта и приземления)		Из вися спиной на г/стенке держать прямой угол ногами	П/и «Не оставайся на полу» П/и «Стой» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр.94
						1. Дыхательное упражнение «Большой маятник» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/о в пары в движении и обратно в к/о	Ходить парами на носках, с высоким подниманием бедра	Бегать парами в среднем темпе с остановкой на звуковой сигнал	В парах	Ходить по г/скамейке с поворотом на 180 градусов на середине махом правой ногой	Игровое задание «Допрыгни до предмета»	Метать н/мешочек в вертикальную цель с места правой и левой рукой от плеча (расстояние 3 м)		И/э «Передача мяча в колонне» (поочередно справа и слева) П/и «Третий лишний»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Космос» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Прогулка» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Построение парами в движении в к/четыре	Ходить и бегать парами с остановкой на зрительный сигнал, принимая и.п. по показу		Ритмическая гимнастика			Метать н/м в вертикальную цель с места правой и левой рукой (расстояние 3.5 м)	Пролезать правым и левым боком в звенья г/лестницы поставленной на бок	П/и «Займи своё место» П/и «Затейники» П/и «Удочка»
						1. Дыхательное упражнение «Большой маятник» (А.Н.Стрельникова) 2. Точечный массаж «Лепим Буратино» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Традиционная структура занятия	Построение парами в движении в к/четыре	В к/одному, задавая ритм ходьбы хлопками	В к/одному с подскоками; правым и левым боком приставным шагом; на прямых ногах вперёд	Ритмическая гимнастика	Ходить по канату на полу боком приставным шагом, руки на пояс	Прыгать через короткую скакалку на месте, вращая её вперёд	И/э «Передача мяча в колонне» (поочередно сверху-снизу)	Пролезать правым и левым боком в звенья г/лестницы приподнятой от пола на высоту 20 см	И/э «Пробеги - не задень» П/и «Ловишки - перебежки» см. «ФК занятия с детьми 5-6 лет» Пензулаева Л.И. стр.48
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Космос» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Прогулка» (Т.А.Ткаченко)				

Недели	Тема занятия	Строевые упр. перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/четьере в пары расхождением вправо и влево	Ходить и бегать парами с поворотом в другую сторону по звуковому сигналу		Без предметов	Ходить по канату на полу боком приставным шагом с н/мешочком на голове, руки на пояс	Прыгать через короткую скакалку, продвигаясь вперёд	Бросать м/мяч одной рукой перед собой и ловить его двумя руками		П/и «Мышеловка» М/и «Что изменилось?» П/и «Кролики»
						1. Дыхательное упражнение «Ушки» (А.Н.Стрельникова) 2. Пальчиковая гимнастика «Человечки» (Т.А.Ткаченко)				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестроение из к/четьере в пары расхождением вправо и влево	Ходить и бегать в к/одному с перешагиванием через предметы		Без предметов		И/эстафета «Кто быстрее до флажка»	Бросать и ловить м/мяч одной рукой перед собой	Подтягиваться на г/скамье двумя руками одновременно хватом с боку, лёжа на животе	П/и «Не оставайся на полу» М/и «Найди и промолчи»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Океан» (Е.Н.Вареник) 2. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова)				
3 - 4 неделя	Начальное диагностирование	Силовая выносливость мышц живота (количество раз за 15 сек)	Подвижность позвоночника вперёд	Удерживать равновесие, стоя на одной ноге (в секундах)	Прыгать в длину с места	Отбивать мяч одной рукой, стоя на месте (количество раз за 30 сек)	Приседать на двух ногах на месте (количество раз за 15 сек)	Динамометрия		
		Силовая выносливость мышц спины (количество раз за 15 сек)	Челночный бег 6 раз по 5 метров (в секундах)	Задержка дыхания на вдохе и на выдохе (в секундах)	Прыгать через скакалку (количество раз за 30 сек)	Метать м/мяч правой (левой) рукой с места на дальность	Прыгать в высоту на двух ногах с места	Метать н/мяч двумя руками из-за головы с места, стоя и сидя		

Недели	Тема занятия	Строевые упр. Перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ-комплексы	Основные виды движений				Подвижные игры
						Равновесие	Прыжки	Метание и владение мячом	Ползание и лазание	
1 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в к/о поворотом направо (налево) переступанием на месте.	В к/одному, задавая ритм хлопками над головой на каждый шаг.	В к/одному в среднем темпе, ускоряясь по звуковому сигналу.	В парах	Ходить по г/бревну, руки в стороны	И/э «Кто меньше прыгнет»	Бросать м/мяч одной рукой об пол и ловить мяч двумя руками после отскока		П/и «Тише едешь – дальше будешь» И/э «Кто скорее до флажка?»
						1. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова) 2. Самомассаж «С пробуждением, ручки» (Т.Е.Харченко)				
2 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в к/о поворотом направо (налево) переступанием на месте.	В к/одному по диагонали зала, перешагивая через предметы на полу, положенные на расстоянии 40 см один от другого	В к/одному в среднем темпе, по диагонали – ускорение.	В парах	Ходить по бревну на носках, руки в стороны		Бросать м/мяч одной рукой об пол и ловить его одной рукой после отскока	Ползать на четвереньках до г/скамьи, переползая через неё	И/э «Пронеси волан»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Расслабление» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота» (Т.А.Ткаченко)				
3 неделя	Традиционная структура занятия	Перестр. из шеренги в круг. Размыкание на вытянутые в стороны руки.	В к/одному по кругу на носках; на пятках; приставным шагом вперед, приставляя пятку к носку	В к/одному по кругу с ускорением и замедлением темпа – п/и «Карусель»	С бадминтонными ракетками		Прыгать на двух ногах с продвижением вперед ноги в стороны врозь – вместе	Бросать м/мяч одной рукой о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола	Переползать через г/скамейку в чередовании с ходьбой	П/и «Пятнашки» П/и «Совушка»
						1. Дыхательное упражнение «Шаги» (А.Н.Стрельникова) 2. Гимнастика для глаз «Рисуем глазами» (Т.Е.Харченко)				
4 неделя	Занятие построенное на п/играх и эстафетах	Перестроение из шеренги в к/два в движении			С бадминтонными ракетками	И/э с кубиками 1 участник идёт по г/ск. и собирает кубики, разложенные на скамейке в ведро. Спрыгивает и бежит до ориентира, затем бегом по скамейке, передавая ведро след. игроку. Следующий участник идёт по скамейке и раскладывает кубики.	П/и «Классы»	И/э «Прокати мяч» - 1 участник прокатывает м/мяч по дугу, как можно дальше, пролезает сам в группировке, берёт мяч и бежит с ним до ориентира. На обратном пути прокатывает мяч под дугу, пролезает сам и с мячом возвращается к команде		П/и «Бездомный заяц» П/и «Пожарные на учении»
						1. Релаксация с речевым сопровождением «Расслабление» (Е.Н.Вареник) 2. Пальчиковая гимнастика «Дом и ворота» (Т.А.Ткаченко)				

Комплексно-тематическое планирование на летний период на 2016 – 2017 учебный год

Старшая группа компенсирующего вида (5 – 6 лет)

ИЮЛЬ	АВГУСТ	Подвижные игры
<p>Ходить по наклонному бревну вверх и вниз, руки на пояс.</p> <p>Ходить по г/скамейке, перешагивая через н/мячи, руки на пояс.</p> <p>Ходить по г/скамейке боком приставным шагом, перешагивая через н/мячи, руки за голову.</p> <p>Бросать м/мяч одной рукой о стену и ловить его одной рукой после отскока от пола.</p> <p>Бросать м/мяч одной рукой о стену и ловить его одной рукой после отскока от стены.</p> <p>Бросать н/мешочек одной рукой снизу в горизонтальную цель.</p> <p>Лазать по г/стенке разноимённым способом с переходом на другой пролёт и спуск с него.</p> <p>Лазать и спускаться по г/стенке разноимённым способом с переходом с пролёта на пролёт.</p> <p>Прыгать через короткую скакалку на месте и с продвижением вперёд.</p> <p>Прыгать на двух ногах боком вправо – влево через шнур, натянутый на высоте 20 см на месте и с продвижением вперёд.</p> <p>Прыгать в высоту с разбега.</p>	<p>Стойка на одной ноге, руки на пояс.</p> <p>Ходить по г/скамейке на носках, руки в стороны, на середине остановиться, выполнить стойку «ласточка», продолжить ходьбу.</p> <p>Ходить и бегать по г/бревну.</p> <p>Бросать м/мяч одной рукой от плеча о стену и ловить его после отскока от пола двумя руками.</p> <p>Метать набивной мешочек одной рукой с места вдаль до ориентира.</p> <p>Отбивать мяч от пола одной рукой, стоя на месте и с продвижением вперёд.</p> <p>Вести мяч одной ногой по прямой и между предметами.</p> <p>Челночный бег.</p> <p>Бег в быстром темпе (10 метров).</p> <p>Прыгать в длину с места на двух ногах.</p> <p>Ползать по г/скамейке на четвереньках с н/мешочком на спине.</p> <p>Подлезать в обруч в группировке прямо и боком.</p>	<p>П/и «Охотники и утки»</p> <p>П/и «Ловишки» с ленточками</p> <p>П/и «Жмурки»</p> <p>П/и «С кочки на кочку»</p> <p>П/и «Пустое место»</p> <p>П/и «Море волнуется»</p> <p>П/и «Подбрось - поймай»</p> <p>П/и «Пингвины»</p> <p>П/и «Найди, где спрятано»</p> <p>П/и «Мяч через сетку»</p> <p>П/и «По дорожке на одной ножке»</p> <p>П/и «Лиса в курятнике»</p> <p>П/и «Догони обруч»</p> <p>П/и «Успей выбежать»</p> <p>П/и «Стой»</p>
<p>Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой, игры с водой, точечный массаж и самомассаж, пальчиковая гимнастика Т.А.Ткаченко, релаксация с речевым сопровождением Е.Н.Вареник, гимнастика для глаз.</p>		
<p>ОРУ - комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. С кубиками 2. С обручем 	<p>ОРУ - комплексы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. С мячом 4. Без предметов 	

И.п. – исходное положение.

П/и – подвижная игра.

И/э – игра эстафета.

М/и – игра малой подвижности.

ОРУ – общеразвивающие упражнения.

К/о – колонна по одному.

Образовательная нагрузка**Режим двигательной активности**

2 речевой средней группы компенсирующего вида «Родничок»

2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		Примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.52	
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 30сек)	Ежедневно: 9.30'00" - 9.30'30" 10.10.00-10.10'30"	
Физическая культура	1 и 2 половина	Вт. 10.05-10.25 Чт. 11.10-11.30 (улица) Пт. 10.00-10.20	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Пн. 10.15-10.35 Ср. 10.15-10.35	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно 2 раза не менее 10 минут	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Пт. 1 неделя 16.35-17.00	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	Чт.. 3 неделя 15.15-15.40	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Пт. 2 и 4 недели 16.35-17.00 в группе	
Целевые и пешие прогулки	1 половина, 1 раз в месяц	Длительность- 15 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	

Режим двигательной активности 3 речевой подготовительной к школе группы компенсирующего вида «*Говорушки*» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.57	
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 30сек)	Ежедневно: 9 30'00" - 9.30'30" 10.10.00-10.10'30"	
Физическая культура	1 и 2 половина	Пн. 10.40-11.10 Вт. 11.30-12.00(на улице) Чт. 15.05-15.35	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Ср. 10.40-11.10 Пт. 10.00-10.30	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Пт. 2 неделя 16.35 - 17.10	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	Вт. 1 неделя 15.15 - 15.50	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Пт. 3 и 4 недели 16.35 - 17.10в группе	
Целевые и пешие прогулки	1 половина , 1 раз в месяц	Длительность - 20 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	

Режим двигательной активности 1 речевой старшей группы компенсирующего вида «*Знайки*» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.55	
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 30сек)	Ежедневно: 9 30'00" - 9.30'30" 10.10.00-10.10'30"	
Физическая культура	1 и 2 половина	Пн.11.20-11.45 (на улице) Ср.10.00-10.25 Пт.10.40-11.05	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Вт. 10.00-10.25 Чт. 10.00-10.25	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Чт. 3 неделя 16.35-17.05	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	Ср. 2 неделя 15.15-15.40	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Пт. 2 и 4 недели 16.35-17.05 в группе	
Целевые и пешие прогулки	1 половина, 1 раз в месяц	Длительность- 20 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	

Режим двигательной активности 4 речевой старшей группы компенсирующего вида «*Почемучки*» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.55	
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 30сек)	Ежедневно: 9 30'00" - 9.30'30" 10.10.00-10.10'30"	
Физическая культура	1 и 2 половина	Пн.10.00-10.25 Ср.09.20-09.45 Пт.11.10-11.35 (на улице)	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Вт. 10.00-10.25 Чт. 10.00-10.25	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Чт. 2 неделя 16.35-17.05	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	Ср. 2 неделя 15.15-15.40	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Пт. 2 и 4 недели 16.35-17.05 в группе	
Целевые и пешие прогулки	1 половина, 1 раз в месяц	Длительность- 20 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	

Режим двигательной активности подготовительной общеобразовательной группы «*Непоседы*» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.57	- дети, нуждающиеся в активном двигательном режиме: - дети, требующие пассивного двигательного режима (выявлены на основе диагностики оценки индивидуально-типологической активности по методике Т.И. Чиркиной)
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 30сек)	Ежедневно: 9 30'00" - 9.30'30" 10.10.00-10.10'30" 10.55'00-10.55'30"	
Физическая культура (3 раза в неделю)	1 и 2 половина дня	Вт. 15.05-15.35 Ср. 15.05-15.35 Пт. 11.40-12.10 (на улице)	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Пн. 10.40- 11.05 Чт. 9.20-9.45	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут 2 раза в день	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня группы	В течение дня	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Чт. 1 неделя 16.35 - 17.10	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Чт. 3 и 4 недели 16.35 - 17.05	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	Чт. 2 неделя 15.15 -15.45	
Целевые и пешие прогулки	1 половина, 1 раз в месяц (по согласованию с администрацией)	Длительность - 20 минут	

Режим двигательной активности младшей общеобразовательной группы «*Колокольчики*» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.50	- дети, нуждающиеся в активном двигательном режиме: - дети, требующие пассивного двигательного режима (выявлены на основе диагностики оценки индивидуально-типологической активности по методике Т.И. Чиркиной)
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 20 сек)	Ежедневно: 9.30'00" - 9.30'20" 10.10.00-10.10'20"	
Физическая культура	1 и 2 половина	Вт. 9.45 - 10.00 Чт. 10.05-10.20 Пт. 11.00-11.15.(на улице)	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Пн. 9.20-9.35 Ср. 9.20-9.35	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Пт. 3 неделя 16.35 - 16.50	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	Вт. 4 неделя 15.15 - 15.35	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Пт. 1и 2 недели 16.35 - 16.55 (в группе)	
Целевые и пешие прогулки	1 половина, 1 раз в месяц	Длительность - 15 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	

Режим двигательной активности средней общеобразовательной группы «Шалунишки» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	1 половина	Ежедневно с 8.45 до 8.52	- дети, нуждающиеся в активном двигательном режиме: - дети, требующие пассивного двигательного режима (выявлены на основе диагностики оценки индивидуально-типологической активности по методике Т.И. Чиркиной)
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 10сек)	Ежедневно: 9 30'00" - 9.30'10" 10.10.00-10.10'10"	
Физкультурное занятие (3 раза в неделю)	1 и 2 половина	Вт. 9.20-9.40 Чт. 11.10-11.30 (на улице) Пт. 9.20-9.40	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Пн.9.50-10.10 Ср. 9.50-10.10	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3-х раз по 5 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 5 минут 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	Пт. 4 неделя 16.35 - 17.00	
Музыкальные досуги	2 половина, 2 раза в месяц	Ср. 3неделя 15.15 - 15.40	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	Пт. 2 и 3 недели 16.35 - 17.00 в группе	
Целевые и пешие прогулки	1 половина , 1 раз в месяц	Длительность - 10 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 и с 16.20 по 19.20	

Режим двигательной активности 2 группы детей раннего возраста «Малышки» 2016 -2017 учебный год

Формы двигательной активности	Временной промежуток (режимный момент)		примечания
	Половина дня	День недели, время (начала и окончания)	
Утренняя гимнастика	-	Ежедневно 8.45-8-49	- дети, нуждающиеся в активном двигательном режиме: - дети, требующие пассивного двигательного режима (выявлены на основе диагностики оценки индивидуально-типологической активности по методике Т.И. Чиркиной)
Физкультминутки и паузы	1 половина дня (на занятиях по 20 сек)	Ежедневно: 9 30'00" - 9.30'20" 10.10.00-10.10'20"	
Физическая культура	1 и 2 половина	Пн. 9.20- 9.35 Чт. 9.20- 9.35 Ср. 17.15-17.30 (на улице)	
Музыкальное занятие	1 и 2 половина	Вт. 9.20-9.35 Пт. 9.20-9.35	
Подвижные и спортивные игры на прогулке	1 и 2 половина	Ежедневно	
Подвижные игры в режиме дня	В течение дня	Ежедневно не менее 3х раз по 10 мин	
Индивидуальная работа по развитию основных движений	1 и 2 половина	Ежедневно по 10 минут х 2 раза в день	
Спортивный досуг	2 половина дня, 1 раз в месяц	-	
Музыкальные досуги	2 половина, 1 раз в месяц	-	
Вечер развлечений	2 половина, 2 раза в месяц	-	
Целевые и пешие прогулки	1 половина, 1 раз в месяц	Длительность- 15 минут	
Самостоятельная двигательная активность в режиме дня	1 и 2 половина	Ежедневно с 7.30 по 8.30 с 16.20 по 19.20	

ПЛАНИРОВАНИЕ АКТИВНОГО ОТДЫХА ДЕТЕЙ на 2016 – 2017 учебный год.

Формы работы	Группы	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Спортивный досуг (1 раз в месяц)	Младшая	В гости к куклам	Заводные игрушки	Путешествие в зимний лес	На поляне снежной	Короб чудес	В гости к Красной шапочке	Мы - спортсмены	Мой весёлый звонкий мяч	Здравствуй, Лето!
	Средняя	Заводные игрушки	Мама, папа, я - спортивная семья		Снежные человечки	А, ну-ка, мальчики!	Волшебный круг	В гости к Айболиту		
	Старшая	Осенние посиделки		Ловкие и смелые	Зимняя карусель		А, ну-ка, девочки!	Большие гонки	Игра по станциям	
	Подготовительная		Русские народные игры							
Спортивный праздник (2 раза в год)	Младшая		В гостях у сказки				Школа мишки Топтыжки			
	Средняя									
	Старшая		Старты надежд				Космическая Олимпиада			
	Подготовительная									
День здоровья (1 раз в квартал)	Младшая	Волшебная Физкультура				Здравствуй, Масленица!			Весенняя ярмарка	
	Средняя									
	Старшая									
	Подготовительная									
Каникулы (2 раза в год)	Младшая			Зимние забавы						Клуб путешественников
	Средняя									
	Старшая									
	Подготовительная									

ПЛАНИРОВАНИЕ СОВМЕСТНОЙ РАБОТЫ С ВОСПИТАТЕЛЯМИ на 2016 – 2017 учебный год

Дата проведения	Тема	Вид деятельности	Ответственный
Сентябрь	<p>1. Плановая диагностика: определение уровня физического развития и физической подготовленности детей.</p> <p>2. Медико – педагогический совет по итогам диагностики.</p> <p>3. Рекомендации для дифференцированного подхода к детям по результатам диагностики.</p> <p>4. Правила записи ОРУ (общеразвивающих упражнений) при использовании плана-конспекта физкультурного занятия, комплекса утренней гигиенической гимнастики и других форм работы по физическому воспитанию в ДОУ. Методика использования команд, распоряжений при проведении физических упражнений (строевые, ОРУ, УГГ, ходьба, бег).</p> <p>5. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Юные велосипедисты» для детей старшего дошкольного возраста.</p>	<p>Диагностирование</p> <p>Педсовет</p> <p>Разработка рекомендаций</p> <p>Консультации</p> <p>Соревнования</p>	<p>Инструктор ФК, педагоги групп Методист ГБДОУ</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги группы, администрация и медперсонал ГБДОУ</p>
Октябрь	<p>1. Дни открытых дверей на тему «Нарушения опорно-двигательного аппарата у дошкольников, причины их возникновения. Профилактика нарушений ОДА в ДОУ».</p> <p>2. Спортивные досуги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «В гости к куклам» - младшая группа; - «Заводные игрушки» - средние группы; - «Осенние посиделки» - старшие и подготовительные группы. <p>3. День здоровья «Волшебная физкультура» - все группы.</p> <p>4. Подбор и проведение физкультминуток на занятиях с различным содержанием в группах компенсирующей направленности и в общеразвивающих группах.</p> <p>5. Анализ проведения утренней гигиенической гимнастики в группах.</p> <p>6. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Легкоатлетическое многоборье» для детей старшего дошкольного возраста.</p>	<p>Открытые занятия</p> <p>Спортивные досуги</p> <p>День здоровья</p> <p>Разработка рекомендаций</p> <p>Соревнования</p>	<p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК Инструктор ФК, методист ГБДОУ Инструктор ФК, педагоги группы, администрация и медперсонал ГБДОУ</p>

<p>Ноябрь</p>	<p>1. Совместные физкультурные досуги как средства закрепления и совершенствования двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста.</p> <p>2. Спортивные досуги:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Заводные игрушки» - младшая группа; - «Мама, папа, я – спортивная семья» - средние группы; - «Мама, папа, я – спортивная семья» - старшие и подготовительные группы. <p>3. Спортивный праздник «В гостях у сказки» - младшая и средние группы;</p> <p style="padding-left: 40px;">«Старты надежд» - старшие и подготовительные группы.</p> <p>4. Составление библиотечки по физическому воспитанию (рассказы, стихи, загадки – для семейного чтения).</p> <p>5. Двигательная активность дошкольников и проблемы её активизации.</p> <p>6. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья» для детей старшего дошкольного возраста.</p>	<p>Разработка рекомендаций</p> <p>Спортивные досуги</p> <p>Спортивный праздник</p> <p>Сбор наглядной информации</p> <p>Консультации</p> <p>Соревнования</p>	<p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Педагоги групп, Инструктор ФК Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги группы, администрация</p>
<p>Декабрь</p>	<p>1. Системы закаливания для дошкольников.</p> <p>2. Знакомство старших дошкольников с зимними видами спорта (совместная подготовка выставки с использованием открыток, календарей, значков, вымпелов, вырезок, фотографий с зимними видами спорта и инвентаря, фотографий с катками, трамплинами, лыжнями, стадионами и т.д., коллажи на тему).</p> <p>3. Спортивный досуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Путешествие в зимний лес» - средние и младшая группы; - «Ловкие и смелые» - старшие и подготовительные группы. <p>4. Зимние каникулы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Зимние забавы» - все группы. <p>5. Пути и способы сохранения здоровья детей.</p> <p>6. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «День здоровья» для педагогов ГБДОУ</p>	<p>Разработка рекомендаций Тематическая выставка</p> <p>Спортивный досуг</p> <p>Каникулы</p> <p>Консультации</p> <p>Соревнования</p>	<p>Инструктор ФК Педагоги групп, Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги ГБДОУ, администрация и медперсонал ГБДОУ</p>

<p>Январь</p>	<p>1. Спортивный досуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «На поляне снежной» - младшая группа; - «Снежные человечки» - средние группы; - «Зимняя карусель» - старшие и подготовительные группы. <p>2. Конкурс рисунков на тему «Зимние забавы и зимние виды спорта»</p> <p>3. Индивидуальная диагностика по заявкам педагогов групп и родителей: определение уровня физической подготовленности и уровня физического развития детей.</p> <p>4. Использование пальчиковой гимнастики как средства развития мелкой моторики рук у детей младшего дошкольного возраста.</p> <p>5. Смотр спортивных уголков, картотек подвижных игр.</p> <p>6. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Большие гонки» для педагогов ГБДОУ</p>	<p>Спортивный досуг</p> <p>Участие в проведении занятий в группах</p> <p>Диагностирование</p> <p>Методические рекомендации</p> <p>Смотр</p> <p>Соревнования</p>	<p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, методист ГДОУ</p> <p>Инструктор ФК, педагоги ГБДОУ, администрация и медперсонал ГБДОУ</p>
<p>Февраль</p>	<p>1. Спортивный досуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Короб чудес» - младшая группа; - «А, ну-ка, мальчики!» - средние, старшие и подготовительные группы. <p>2. Формирование коллективных взаимоотношений у детей в процессе физического воспитания.</p> <p>3. День здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Здравствуй, масленица!» - все группы. - <p>4. Анализ подвижных игр на прогулке.</p> <p>5. Требования к физической подготовленности воспитателя дошкольного учреждения.</p> <p>6. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «В хоккей играют настоящие мужчины» для детей старшего дошкольного возраста.</p>	<p>Спортивный досуг</p> <p>Консультации</p> <p>День здоровья</p> <p>Наблюдение</p> <p>Круглый стол</p> <p>Спортивный праздник</p>	<p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, методист ГДОУ</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p>

<p>Март</p>	<p>1. Подвижные игры – средство умственного воспитания детей дошкольного возраста.</p> <p>2. Спортивный досуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «В гости к Красной Шапочке» - младшая группа; - «Волшебный круг» - средние группы; - «А, ну-ка, девочки!» - старшие и подготовительные группы. - <p>3. Выставка рисунков на тему «Спорт глазами детей».</p> <p>4. Спортивный праздник «Школа мишки Топтыжки» - младшая и средние группы.</p> <p>5. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Весёлые старты» для детей старшего дошкольного возраста.</p>	<p>Консультации</p> <p>Спортивный досуг</p> <p>Участие в проведении занятий</p> <p>Спортивный праздник</p> <p>Спортивный праздник</p>	<p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп, музыкальный руководитель</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп, музыкальный руководитель</p>
<p>Апрель</p>	<p>1. Изготовление нестандартного оборудования для проведения утренней гигиенической гимнастики в группах.</p> <p>2. Спортивный досуг:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Мы - спортсмены» - младшая группа; - «В гости к Айболиту» - средние группы; - «Большие гонки» - старшие и подготовительные группы. <p>3. Спортивный праздник:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Космическая Олимпиада» - старшие и подготовительные группы. <p>4. Игры в «классики» как средство повышения интереса к прыжкам в самостоятельной двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста.</p> <p>5. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Танцевальный калейдоскоп» для детей старшего дошкольного возраста.</p> <p>6. Шашечный турнир – старшие и подготовительные группы.</p>	<p>Мастер-класс</p> <p>Спортивный досуг</p> <p>Спортивный праздник</p> <p>Методические рекомендации</p> <p>Соревнования</p> <p>Турнир</p>	<p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп, муз. руководитель</p> <p>Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p>

<p>Май</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Плановая диагностика: определение уровня физического развития и физической подготовленности детей. 2. Спортивный досуг: <ul style="list-style-type: none"> - «Мой весёлый звонкий мяч» - младшая и средние группы; - «Игра по станциям» - старшие и подготовительные группы. 3. Конкурс рисунков на асфальте на тему «Мы - спортсмены» - старшие и подготовительные группы. 4. День здоровья «Весенняя ярмарка» - все группы. 5. Медико – педагогический совет по итогам диагностики. 6. Районное физкультурно-спортивное мероприятие «Мастера шашек» для детей старшего дошкольного возраста. 	<p>Диагностика</p> <p>Спортивный досуг</p> <p>Конкурс рисунка</p> <p>День здоровья</p> <p>Педсовет</p> <p>Соревнования</p>	<p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп, музыкальный руководитель</p> <p>Методист</p> <p>Инструктор ФК, Педагоги групп</p>
<p>Июнь</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Конкурс рисунков «Летние виды спорта» - старшие и подготовительные группы. 2. Спортивный досуг: <ul style="list-style-type: none"> - «Здравствуй, Лето!» - младшая и средние группы; - «Русские народные игры» - старшие и подготовительные группы. - 3. «Клуб путешественников» - все группы. 4. Поход выходного дня – все группы. 	<p>Конкурс рисунка</p> <p>Спортивный досуг</p> <p>Каникулы</p> <p>Выезд за город</p>	<p>Педагоги групп, Инструктор ФК</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп</p> <p>Инструктор ФК, педагоги групп, музыкальный руководитель</p> <p>Родители, педагоги групп, специалисты</p>

