

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №24 «Василек»
(МБДОУ «Детский сад №24 «Василек»)

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №24 «Василек»
протокол № ____ от ____ августа 2022 г.

Утверждаю
заведующий МБДОУ
«Детский сад №24 «Василек»
_____/О.И. Печенко/
Приказ №
« ____ » августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по
Физкультуре
образовательная область «Физическое развитие»
4 год обучения (дети 5-6 лет)
(составлена на основе основной образовательной программы дошкольного
образования МБДОУ «Детский сад №24 «Василек»)

Разработчик: инструктор по ФИЗО

1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно - образовательного процесса по виду образовательной деятельности «Физкультура», который входит в состав образовательной области «Физическое развитие» (раздел: «Физическая культура») для детей 4 года обучения (группы общеразвивающей направленности от 5 до 6 лет).

Рабочая программа (далее - Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 24 «Василек», в соответствии с ФГОС ДО (разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. (Москва – Мозаика-Синтез, 2019 г.).

Основная форма реализации данной программы – физкультурное занятие - 3 раза в неделю по 25 минут, в совместной деятельности, в режимных моментах.

Основные цели и задачи:

Цель: воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными.

Задачи:

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

2. Планируемые результаты

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Система оценки результатов освоения программы

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- индивидуальные карты развития ребенка, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности;
- выстраивание индивидуальных траекторий развития каждого ребенка.

Педагогическая диагностика

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей (в рамках педагогической диагностики – оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдения за активностью детей в режимных моментах, образовательной деятельности, специально организованной и игровой деятельности.

3. Содержание программы

Тематическое планирование

Н е д е л я	Тема	Задачи	Средства реализации	К-во ОД
СЕНТЯБРЬ				
1.	Занятие № 1 Стр.15	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперёд и перебрасывании мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 2 Стр.17	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки за головой.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	
	Занятие № 3 <i>(на улице)</i> Стр.17	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
2.	Занятие № 4 Стр.19	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

	Занятие № 5 Стр.20	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 6 (на улице) Стр.20	Повторить ходьбу между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнять в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 7 Стр.21	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин., в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и равновесие.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 8 Стр.23	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин., в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и равновесие.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 9 (на улице) Стр.24	Повторить бег, продолжительностью до 1 мин., упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 10 Стр.24	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения	1

		боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	
	Занятие № 11 Стр.26	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 12 (на улице) Стр.26 [2]	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
ОКТАБРЬ				
1.	Занятие № 13 Стр.28	Упражнять в беге до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 14 Стр.29	Упражнять в беге до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 15 (на улице) Стр.29	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
2.	Занятие № 16 Стр.30	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования	1

		бег с препятствиями; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	
	Занятие № 17 Стр.32	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с препятствиями; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 18 <i>(на улице)</i> Стр.32	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 19 Стр.33	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 20 Стр.34	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 21 <i>(на улице)</i> Стр.35	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровые упражнения с прыжками.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 22 Стр.35	Учить в ходьбе парами; повторить лазание в обруч;	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования	1

		упражнять в равновесии и прыжках.	Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	
	Занятие № 23 Стр.37	Учить в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 24 (на улице) Стр.37	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

НОЯБРЬ

1.	Занятие № 25 Стр.39	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывании мячей в шеренгах.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 26 Стр.41	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывании мячей в шеренгах.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 27 (на улице) Стр.41	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
2.	Занятие № 28 Стр.42	Упражнять в ходьбе с изменением направления, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные	1

		продвижением вперёд; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Показ Беседа Рассказ	
	Занятие № 29 Стр.43	Упражнять в ходьбе с изменением направления, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперёд; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 30 <i>(на улице)</i> Стр.43	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 31 Стр.44	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 32 Стр.45	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 33 <i>(на улице)</i> Стр.45	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

4.	Занятие № 34 Стр.46	Повторить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя, упражнять в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 35 Стр.47	Повторить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя, упражнять в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 36 (на улице) Стр.47	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

ДЕКАБРЬ

1.	Занятие № 1 Стр.48 [2]	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 2 Стр.49	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 3 (на улице) Стр.50	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков, (можно заменить подушечками для метания), на дальность.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа	1

			Рассказ	
2.	Занятие № 4 Стр.51	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 5 Стр.52	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 6 (на улице) Стр.52	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках до ориентира; в бросании «снежков» в цель.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 7 Стр.53	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 8 Стр.54	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 9 (на улице) Стр.54	Развивать ритмичность ходьбы на «лыжах»; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросанием.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа	1
			Рассказ	

4.	Занятие № 10 Стр.55	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазании на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 11 Стр.57	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазании на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 12 <i>(на улице)</i> Стр.57	Повторить передвижение на «лыжах» скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
ЯНВАРЬ				
2.	Занятие № 13 Стр.59	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 14 Стр.60	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 15 <i>(на улице)</i> Стр.61	Продолжить учить детей передвигаться по учебной «лыжне»;	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования	1

		повторить игровые упражнения.	Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	
3.	Занятие № 16 Стр.61	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 17 Стр.6	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 18 (на улице) Стр.63	Закреплять навык скользящего шага на «лыжах»; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 19 Стр.63	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задания в равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 20 Стр.64	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задания в равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 21 (на улице) Стр.65	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на «лыжах»; повторить игровые упражнения с бегом,	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения	1

		прыжками, метанием «снежков» на дальность.	Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	
ФЕВРАЛЬ				
1.	Занятие № 25 Стр.68	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 26 Стр.69	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 27 (на улице) Стр.69	Упражнять детей в ходьбе скользящим шагом, повторить повороты на «лыжах», игровые упражнения с шайбой.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
2.	Занятие № 28 Стр.70	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 29 Стр.71	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа	1
		лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Рассказ	

	Занятие № 30 (на улице) Стр.71	Упражнять в ходьбе скользящим шагом, метании «снежков» на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 31 Стр.71	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 32 Стр.72	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 33 (на улице) Стр.73	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание «снежков» в цель и на дальность.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 34 Стр.73	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания с мячом и в прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 35 Стр.74	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные	1

		равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания с мячом и в прыжках.	Показ Беседа Рассказ	
--	--	---	----------------------------	--

	Занятие № 36 (на улице) Стр.75	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
--	---	---	--	---

МАРТ

1.	Занятие № 1 Стр.76	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 2 Стр.77	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 3 (на улице) Стр.78	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
2.	Занятие № 4 Стр.79	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

	Занятие № 5 Стр.80	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
--	------------------------------	---	--	---

	Занятие №6 (на улице) Стр.81	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 7 Стр.81	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 8 Стр.82	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 9 (на улице) Стр.83	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 10 Стр.83	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 11 Стр.84	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

	Занятие № 12 (на улице) Стр.86	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
--	---	---	---	---

АПРЕЛЬ

1.	Занятие № 13 Стр.86	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 14 Стр.87	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 15 (на улице) Стр.87	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки - перебежки» Эстафету с большим мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
2.	Занятие № 16 Стр.88	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1

	Занятие № 17 Стр.89	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
--	-------------------------------	--	---	---

	Занятие № 18 (на улице) Стр.89	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 19 Стр.89	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 20 Стр.91	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 21 (на улице) Стр.91	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 22 Стр.91	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа	1

			Рассказ	
--	--	--	---------	--

	Занятие № 23 (на улице) Стр.93	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 24 Стр.93	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
МАЙ				
2.	Занятие № 25 Стр.94	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 26 Стр.95	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 27 (на улице) Стр.96	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
3.	Занятие № 28 Стр.96	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные	1
		длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Показ Беседа Рассказ	

	Занятие № 29 Стр.97	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 30 (на улице) Стр.97	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
4.	Занятие № 31 Стр.98	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 32 Стр.99	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
	Занятие № 36 (на улице) Стр.101	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровые упражнения с мячом.	Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ	1
ИТОГО ОД: 102				

4. Список использованной литературы.

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
2. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2017. – 128 с.