

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 9 «Василек»
г. Грязи Грязинского муниципального района Липецкой области

Принята
на педагогическом совете
МАДОУ д/с №9 г.Грязи
Протокол от 30.08.2022 г. № 1



Утверждена
заведующий МАДОУ д/с №9 г.Грязи
Т.А. Чурилова
приказ от 30.08.2022 г. № 148-ОД

Рабочая программа
по образовательной области «Физическое развитие» к основной
общеобразовательной программе
дошкольного образования МАДОУ д/ № 9 г. Грязи
для детей среднего дошкольного возраста
на 2022 -2023 учебный год

Разработчик: Литаврина Т.С.
(инструктор по физической культуре)

Грязи 2022 г.

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Содержание программы..... | 3 |
| 2. Планируемые результаты освоение программы..... | 4 |
| 3. Календарно-тематическое планирование для группы № 11..... | 4 |
| 4. Календарно-тематическое планирование для группы № 12..... | 11 |

1. Содержание программы.

Образовательная область «Физическое развитие»

Физическое развитие включает следующий модуль «Физическая культура»

| Средняя группа |
|--|
| <p>Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p> <p>Физическая культура. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу</p> |

2. Планируемые результаты

| |
|---|
| К пяти годам |
| Умеет принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд. Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м. Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м). Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений. |

3. Календарно-тематическое планирование для группы № 11

| № п/п | Тема | Содержание | Дата проведения | |
|-------|----------------------|---|-----------------|----------|
| | | | По плану | По факту |
| 1. | Наш детский сад | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания | | |
| 2. | | Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. | | |
| 3. | | Формировать правильную осанку. | | |
| 4. | Наши любимые игрушки | Познакомить детей с частями тела и органами чувств человека. | | |
| 5. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 6. | | Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 7. | Моя семья | Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). | | |
| 8. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 9. | | Закрепить умения ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 10. | Времена года | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 11. | | Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 12. | | Закреплять и развивать умение ходить и | | |

| | | | | |
|-----|-------------------------|---|--|--|
| | | бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 13. | Осень | Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 14. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 15. | | Закрепить умения отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 16. | Домашние питомцы | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 17. | | В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 18. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умения отталкивания со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 19. | Веселое подворье | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). | | |
| 20. | | Учить прыжкам через короткую скакалку | | |
| 21. | | Закрепить прыжки через короткую скакалку | | |
| 22. | Птицы | Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 23. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 24. | | Закрепить умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 25. | Животные средней полосы | Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 26. | | Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. | | |
| 27. | | Закрепить умения в построении, | | |

| | | | | |
|-----|-----------------------|--|--|--|
| | | соблюдении дистанции во время передвижения. | | |
| 28. | Животные жарких стран | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 29. | | Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. | | |
| 30. | | Закрепить прыжки через короткую скакалку. | | |
| 31. | Животные севера | Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. | | |
| 32. | | Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. | | |
| 33. | | Закрепить умения в построении, соблюдении дистанции во время передвижения. | | |
| 34. | Предметы быта | Закрепить представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 35. | | Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 36. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение отталкиваться со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 37. | Предметы быта | Закрепить представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 38. | | Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 39. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение отталкиваться со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 40. | Кем быть? | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 41. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д | | |
| 42. | | Совершенствовать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д | | |
| 43. | Зима | Совершенствовать умение оказывать | | |

| | | | | |
|-----|--------------------------------|---|--|--|
| | | себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 44. | | Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
| 45. | | Во всех формах организации двигательной деятельности совершенствовать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 46. | Новый год | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 47. | | Закрепить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 48. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 49. | Зимние забавы | Закрепить представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 50. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 51. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 52. | Транспорт | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 53. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве | | |
| 54. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 55. | Машины специального назначения | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). | | |
| 56. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его | | |

| | | | | |
|-----|---------------------------|---|--|--|
| | | кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 57. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 58. | Бытовая техника | Закрепить представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 59. | | Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
| 60. | | Приучать к выполнению действий по сигналу | | |
| 61. | Здоровье | Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). | | |
| 62. | | Учить прыжкам через короткую скакалку. | | |
| 63. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 64. | Наша Родина. Наш город | Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 65. | | Совершенствовать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 66. | | Формировать правильную осанку. | | |
| 67. | Основы безопасности жизни | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 68. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 69. | | Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 70. | День защитника отечества | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 71. | | Учить прыжкам через короткую скакалку. | | |
| 72. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку | | |
| 73. | Мамин день | Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 74. | | Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. | | |
| 75. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |

| | | | | |
|-----|---------------------------|---|--|--|
| 76. | Весна | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми»). | | |
| 77. | | Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. | | |
| 78. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 79. | Растения садов и огородов | Совершенствовать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 80. | | В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 81. | | Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 82. | Растения лесов и лугов | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 83. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 84. | | Приучать к выполнению действий по сигналу | | |
| 85. | Творческая мастерская | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 86. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 87. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 88. | День космонавтики | Продолжить знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 89. | | Совершенствовать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 90. | | Закрепить умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. | | |
| 91. | Наши дома | Расширять представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 92. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на | | |

| | | | | |
|------|----------------------------------|---|--------|--|
| | | двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 93. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку | | |
| 94. | Природный и рукотворный мир | Продолжать формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 95. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку. | | |
| 96. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 97. | Подводный мир | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 98. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 99. | | Совершенствовать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. | | |
| 100. | Насекомые (ползающие, прыгающие) | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания | | |
| 101. | | Закреплять и совершенствовать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 102. | | Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. | | |
| 103. | Насекомые (летающие) | Закрепить представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 104. | | Закрепить навыки построения, соблюдения дистанции во время передвижения. | | |
| 105. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 105. | Лето | Закрепить представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 107. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 108. | | Совершенствовать умение кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. | 25.05. | |

4. Календарно-тематическое планирование для группы № 12

| № п/п | Тема | Содержание | Дата проведения | |
|-------|----------------------|---|-----------------|----------|
| | | | По плану | По факту |
| 1. | Наш детский сад | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания | | |
| 2. | | Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. | | |
| 3. | | Формировать правильную осанку. | | |
| 4. | Наши любимые игрушки | Познакомить детей с частями тела и органами чувств человека. | | |
| 5. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 6. | | Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 7. | Моя семья | Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). | | |
| 8. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. | | |
| 9. | | Закрепить умения ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. | | |
| 10. | Времена года | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 11. | | Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 12. | | Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 13. | Осень | Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 14. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 15. | | Закрепить умения отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на | | |

| | | | | |
|-----|-------------------------|---|--|--|
| | | двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 16. | Домашние питомцы | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 17. | | В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 18. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умения отталкивания со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 19. | Веселое подворье | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). | | |
| 20. | | Учить прыжкам через короткую скакалку | | |
| 21. | | Закрепить прыжки через короткую скакалку | | |
| 22. | Птицы | Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 23. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 24. | | Закрепить умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 25. | Животные средней полосы | Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 26. | | Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. | | |
| 27. | | Закрепить умения в построении, соблюдении дистанции во время передвижения. | | |
| 28. | Животные жарких стран | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 29. | | Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. | | |
| 30. | | Закрепить прыжки через короткую скакалку. | | |
| 31. | Животные | Продолжать знакомство детей с частями | | |

| | | | | |
|-----|---------------|--|--|--|
| | севера | тела и органами чувств человека. | | |
| 32. | | Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. | | |
| 33. | | Закрепить умения в построении, соблюдении дистанции во время передвижения. | | |
| 34. | Предметы быта | Закрепить представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 35. | | Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 36. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение отталкиваться со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 37. | Предметы быта | Закрепить представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 38. | | Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 39. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение отталкиваться со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 40. | Кем быть? | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 41. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д | | |
| 42. | | Совершенствовать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д | | |
| 43. | Зима | Совершенствовать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 44. | | Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
| 45. | | Во всех формах организации двигательной деятельности совершенствовать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать | | |

| | | | | |
|-----|--------------------------------|---|--|--|
| | | дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 46. | Новый год | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 47. | | Закрепить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 48. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 49. | Зимние забавы | Закрепить представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 50. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 51. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 52. | Транспорт | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 53. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве | | |
| 54. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 55. | Машины специального назначения | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). | | |
| 56. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 57. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 58. | Бытовая техника | Закрепить представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 59. | | Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
| 60. | | Приучать к выполнению действий по | | |

| | | | | |
|-----|---------------------------|---|--|--|
| | | сигналу | | |
| 61. | Здоровье | Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). | | |
| 62. | | Учить прыжкам через короткую скакалку. | | |
| 63. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 64. | Наша Родина. Наш город | Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 65. | | Совершенствовать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 66. | | Формировать правильную осанку. | | |
| 67. | Основы безопасности жизни | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 68. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 69. | | Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 70. | День защитника отечества | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 71. | | Учить прыжкам через короткую скакалку. | | |
| 72. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку | | |
| 73. | Мамин день | Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 74. | | Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. | | |
| 75. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 76. | Весна | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми»). | | |
| 77. | | Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. | | |
| 78. | | Воспитывать самостоятельность и | | |

| | | | | |
|-----|-----------------------------|--|--|--|
| | | инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 79. | Растения садов и огородов | Совершенствовать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 80. | | В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 81. | | Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 82. | Растения лесов и лугов | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 83. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 84. | | Приучать к выполнению действий по сигналу | | |
| 85. | Творческая мастерская | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 86. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 87. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 88. | День космонавтики | Продолжить знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 89. | | Совершенствовать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 90. | | Закрепить умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. | | |
| 91. | Наши дома | Расширять представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 92. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 93. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку | | |
| 94. | Природный и рукотворный мир | Продолжать формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 95. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку. | | |
| 96. | | Совершенствовать быстроту, силу, | | |

| | | | | |
|------|----------------------------------|---|--|--|
| | | ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 97. | Подводный мир | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 98. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 99. | | Совершенствовать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. | | |
| 100. | Насекомые (ползающие, прыгающие) | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания | | |
| 101. | | Закреплять и совершенствовать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 102. | | Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. | | |
| 103. | Насекомые (летающие) | Закрепить представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 104. | | Закрепить навыки построения, соблюдения дистанции во время передвижения. | | |
| 105. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 105. | Лето | Закрепить представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 107. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 108. | | Совершенствовать умение кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. | | |

5. Календарно-тематическое планирование для группы № 9

| № п/п | Тема | Содержание | Дата проведения | |
|-------|-----------------|---|-----------------|----------|
| | | | По плану | По факту |
| 95. | Наш детский сад | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания | | |
| 96. | | Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в | | |

| | | | | |
|------|----------------------|---|--|--|
| | | самостоятельной двигательной деятельности. | | |
| 97. | | Формировать правильную осанку. | | |
| 98. | Наши любимые игрушки | Познакомить детей с частями тела и органами чувств человека. | | |
| 99. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 100. | | Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 101. | Моя семья | Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). | | |
| 102. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. | | |
| 103. | | Закрепить умения ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. | | |
| 104. | Времена года | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 105. | | Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 106. | | Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 107. | Осень | Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 108. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 109. | | Закрепить умения отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 110. | Домашние питомцы | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 111. | | В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 112. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умения отталкивания со | | |

| | | | | |
|------|-------------------------|---|--|--|
| | | взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 113. | Веселое подворье | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). | | |
| 114. | | Учить прыжкам через короткую скакалку | | |
| 115. | | Закрепить прыжки через короткую скакалку | | |
| 116. | Птицы | Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 117. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 118. | | Закрепить умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 119. | Животные средней полосы | Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 120. | | Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. | | |
| 121. | | Закрепить умения в построении, соблюдении дистанции во время передвижения. | | |
| 122. | Животные жарких стран | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 123. | | Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. | | |
| 124. | | Закрепить прыжки через короткую скакалку. | | |
| 125. | Животные севера | Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. | | |
| 126. | | Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. | | |
| 127. | | Закрепить умения в построении, соблюдении дистанции во время передвижения. | | |
| 128. | Предметы быта | Закрепить представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 129. | | Во всех формах организации | | |

| | | | | |
|------|---------------|---|--|--|
| | | двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 130. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение отталкиваться со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 131. | Предметы быта | Закрепить представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 132. | | Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 133. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение отталкиваться со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 134. | Кем быть? | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 135. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д | | |
| 136. | | Совершенствовать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д | | |
| 137. | Зима | Совершенствовать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 138. | | Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
| 139. | | Во всех формах организации двигательной деятельности совершенствовать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | | |
| 140. | Новый год | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 141. | | Закрепить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 142. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |

| | | | | |
|------|--------------------------------|---|--|--|
| 143. | Зимние забавы | Закрепить представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 144. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 145. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 146. | Транспорт | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 147. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве | | |
| 148. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 149. | Машины специального назначения | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). | | |
| 150. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |
| 151. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 152. | Бытовая техника | Закрепить представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 153. | | Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. | | |
| 154. | | Приучать к выполнению действий по сигналу | | |
| 155. | Здоровье | Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). | | |
| 156. | | Учить прыжкам через короткую скакалку. | | |

| | | | | |
|------|---------------------------|---|--|--|
| 157. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 158. | Наша Родина. Наш город | Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 159. | | Совершенствовать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 160. | | Формировать правильную осанку. | | |
| 161. | Основы безопасности жизни | Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 162. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. | | |
| 163. | | Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 164. | День защитника отечества | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 165. | | Учить прыжкам через короткую скакалку. | | |
| 166. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку | | |
| 167. | Мамин день | Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 168. | | Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. | | |
| 169. | | Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. | | |
| 170. | Весна | Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми»). | | |
| 171. | | Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. | | |
| 172. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 173. | Растения садов и огородов | Совершенствовать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. | | |
| 174. | | В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |

| | | | | |
|------|-----------------------------|---|--|--|
| 175. | | Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 176. | Растения лесов и лугов | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 177. | | Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. | | |
| 178. | | Приучать к выполнению действий по сигналу | | |
| 179. | Творческая мастерская | Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. | | |
| 180. | | Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. | | |
| 181. | | Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. | | |
| 182. | День космонавтики | Продолжить знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». | | |
| 183. | | Совершенствовать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). | | |
| 184. | | Закрепить умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. | | |
| 185. | Наши дома | Расширять представление о необходимых человеку веществах и витаминах. | | |
| 186. | | Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. | | |
| 187. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку | | |
| 188. | Природный и рукотворный мир | Продолжать формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 95. | | Совершенствовать прыжки через короткую скакалку. | | |
| 96. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 97. | Подводный мир | Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. | | |
| 98. | | Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). | | |

| | | | | |
|------|----------------------------------|---|--|--|
| 99. | | Совершенствовать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. | | |
| 100. | Насекомые (ползающие, прыгающие) | Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания | | |
| 101. | | Закреплять и совершенствовать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. | | |
| 102. | | Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. | | |
| 103. | Насекомые (летающие) | Закрепить представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. | | |
| 104. | | Закрепить навыки построения, соблюдения дистанции во время передвижения. | | |
| 105. | | Совершенствовать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. | | |
| 105. | Лето | Закрепить представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. | | |
| 107. | | В прыжках в длину и высоту с места закрепить умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. | | |
| 108. | | Совершенствовать умение кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. | | |