|  |
| --- |
|  **МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ « ДЕТСКИЙ САД №4 «СОЛНЫШКО»»** |
| **комплексно-тематическое планирование НОД по физической культуре** |
| Подготовительная группа |
|  |
|  |
| **2019-2020гг.** |

|  |
| --- |
|  |

**СЕНТЯБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя** | **2-я неделя** | **3-я неделя****«Осень»** | **4-я неделя****«Деревья и кустарники осенью»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их  |
| **Вводная часть** | Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен. |
| **ОРУ** | С малым мячом | На гимнастических скамейках | С осенними листочками | С обручем |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).2. Прыжки с места на мат ( через набивные мячи)3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, ( из-за головы)4. Ползание на животе по гимнастической скамейке | 1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель3 Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове | 1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа2. Перебрасывание мяча через сетку3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой. | 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягива нием руками2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую5. Упражнение «крокодил» |
| **Подвижные игры** | «Совушка» | «Перемени предмет» | «Ловишка, бери ленту» | «Горелки» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Найди и промолчи». | «Дует, дует ветерок» Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения | Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения«Дует, дует ветерок»  | «Дерево, кустик, травка» |

 **ОКТЯБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Овощи»** | **2-я неделя****«Труд взрослых на полях и огородах»** | **3-я неделя****«Фрукты»** | **4-я/5-я неделя****«Человек»****«Перелетные и зимующие птицы»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание ,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку. |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы. |
| **ОРУ** | С малым мячом | Без предметов | С веревочкой |  С султанчиками(под музыку) |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком | 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между ног3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.4.Лазание по гимн стенке. | 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..3. Перелезание с преодолением препятствия.4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч | 1.Ходьба по узкой скамейке 2..Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед3.Перебрасывание мяча друг другу на ходу4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису |
| **Подвижные игры** | «Удочка» | «Жмурки» | Эстафета «Сбор урожая» | «Перелет птиц» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Съедобное – не съедобное» | «Затейники» | «Съедобное – не съедобное» | «Летает-не летает» |

**НОЯБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Грибы. Ягоды»** | **2-я неделя****«Домашние животные и их детеныши»** | **3-я неделя****«Дикие животные и их детеныши»** | **4-я неделя****«Осенняя одежда и обувь. Головные уборы»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и. |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево,ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал |
| **ОРУ** | Со скакалкой | С обручем | Без предметов | Парами с палкой |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки через скамейку2.Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч4. Бег по наклонной доске | 1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове | 1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо | 1.Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками2.Спрыгивание со скамейки на мат.3.Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя4.Лазание по гимн. стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | «Быстро возьми, быстро положи» | «Лошади» | «Хитрая лиса» | «Круговая лапта» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Самомассаж»ног мячами ежиками | «Затейники» | «У жирафов» | «Две ладошки».(музыкальная) |

**ДЕКАБРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Зима»** | **2-я неделя****«Дикие животные зимой»** | **3-я неделя****«Мебель. Посуда. (материалы)** | **4-я неделя****«Новый год»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения |
| **ОРУ** | Без предметов | С мячом | С обручами | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Прыжки из глубокого приседа2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием3Метание набивного мяча вдаль4.Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед | 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине) | 1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз).2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой.3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч | 1.Ходьба по гимн скамейке с отбиванием мяча о пол2. Прыжки с разбега на мат3. Метание в цель 4.Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине  |
| **Подвижные игры** | «Мороз красный нос» | «Охотники и зайцы» | «Уголки» | «Два мороза» |
| **Малоподвижные игры** | Ходьба «Конькобежцы» | «Звериная зарядка» | «Береги мебель» | Игровое упражнение «Снежная королева» |

**ЯНВАРЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****каникулы** | **2-я неделя****каникулы** | **3-я неделя****«Обитатели уголка природы»** | **4-я/5-я неделя****«Животные жарких стран»****«Семья. Мой поселок»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх |
| **Вводная часть** | Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая коленис выполнением заданий, челночный бег |
| **ОРУ** | С палкой | С мячом | С гирями | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1.Ходьба по наклонной доске(40см).2. Прыжки в длину с места3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую | 1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине)4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант) | 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»4.Перебрасывание мяча снизу друг другу5. Кружение парами | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки2.Прыжки в длину с места.3. Метание мяча в вертикальную цель4. Пролезание в обруч правым и левым боком |
| **Подвижные игры** | «Ловишка с мячом» | «Догони свою пару» | «Ловля обезъян» | «Ловля обезьян»» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Ножки отдыхают».Массаж стоп мячами ежиками | «Зимушка-зима».Танцевальные движения | «Четыре стихии». | «У жирафов» |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Инструменты и электроприборы – помощники в труде»** | **2-я неделя****«Морские, речные и аквариумные рыбки»** | **3-я неделя****«Наша Армия»** | **4-я неделя****«Транспорт. Правила дорожного движения»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | С палками парами | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом2. Прыжки в длину с разбега3. Отбивание мяча правой и левой руой4. Ползание по пластунски до обозначенного места | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног4. Прыжки в высоту | 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке2. Прыжки через бруски правым боком3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней5. Перебрасывание набивных мячей | 1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении3. Прыжки через скамейку4. Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Ключи» | «Удочка» | «У солдат порядок строгий» | «Цветные автомобили» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Самомассаж» лица, шеи, рук | «Море волнуется» | Игровое упражнение: «Снайперы» | «Светофор» |

**МАРТ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Мамин праздник»** | **2-я неделя****«Весна»** | **3-я неделя****«Перелетные птицы весной»** | **4-я неделя****«Растения и животные весной»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | С обручем | С султанчиками под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней2. Метание в цель из разных исходных положений3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.3. Ползание на спине по гимнастической скамейке4. Прыжки на одной ноге через шнур | 1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола3. Ползание по скамейке по-медвежьи4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. | 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной2 Прыжки со скамейки на мат3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом |
| **Подвижные игры** | Эстафета «Собери цветы» | «Собери ручейки в речку» | «Гуси-лебеди» | «Медведь и дети» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Психогимнастика «Ласкушенька» | «Море волнуется» |  «Воздушный шар» | «Самомассаж» лица, шеи, рук |

**АПРЕЛЬ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«Наша страна. Достопримечательности нашего поселка»** | **2-я неделя****«Планета Земля. День космонавтики»** | **3-я неделя****«Насекомые. Пресмыкающиеся. Земноводные»** | **4-я/5-я неделя****«Труд взрослых в огороде и в саду»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево |
| **ОРУ** | Без предметов | С обручем | С кольцом  | С мешочками |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура3. Переброска мячей в шеренгах4. Вис на гимнастической стенке | 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями4. Прыжки через короткую скакалку  | 1. Ходьба по скамейке спиной вперед2. Прыжки в длину с разбега3. Метание вдаль набивного мяча4.Прокатывание обручей друг другу | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет4. Прыжки через длинную скакалку |
| **Подвижные игры** | «Догони свою пару» | «Удочка» | «Мышеловка» | «Ловишка с ленточками» |
| **Малоподвиж-ные игры** | «Стоп» | «Найди и промолчи» | «Парашют» | «Кто ушел» |

 **МАЙ**

|  |
| --- |
| **Содержание организованной образовательной деятельности** |
|  **Темы** **Этапы занятия** | **1-я неделя****«День Победы»** | **2-я неделя****«Знакомство с творчеством К.И. Чуковского»** | **3-я неделя****«Школа. Школьные принадлежности»** | **4-я неделя****«Лето. Растения луга, леса»** |
|
| **Планируемые результаты развития интегративных качеств:** знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры |
| **Вводная часть** | Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед |
| **ОРУ** | Без предметов | Со скакалками | С палками | С обручами под музыку |
| **Основные виды движений** | 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.2. Прыжки в длину с разбега).3. Метание набивного мяча.4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней | 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.4. Прыжки на одной ноге через скакалку | 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски.4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию | 1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.2. Ползание по гимнастической скамейке на животе3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед4.Лазание по гимнастической стенке |
| **Подвижные игры** | «Разведчики» | «Парашют» (с бегом) | Эстафета «Собери портфель» | Эстафета «Дружба» |
| **Малоподвиж-ные игры** | Игровое упражнение «Меткие стрелки» | «Море волнуется» | «Релаксация» «В лесу» | Игра с парашютом |