

**Комплексно-тематический план по физической культуре на неделю
инструктора по физической культуре МАДОУ № 106**

Калашниковой Веры Николаевны

**Тема недели: «Как красив осенний лес, полон сказок и чудес!»
(2-я неделя сентября)**

Цель: формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Задачи:

- развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Совместная деятельность взрослых и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы дошкольного образования
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов		
Понедельник			
<p>1. Физкультурное занятие средняя группа <u>Программное содержание:</u> Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. <u>Планируемые результаты:</u> развивать прыгучесть, координацию движения, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи</p>	<p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Малоподвижная деятельность «Пузырь»</p> <p>Подвижная игра: «Перелетные птицы»</p>	<p>Массажные мячи.</p>	<p>Фото-выставка «В здоровом теле - здоровый дух!»</p>
<p>2. Физкультурное занятие старшая группа. <u>Программное содержание:</u> Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранение устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывание мяча. <u>Планируемые результаты:</u> приобретение опыта в удержании равновесия, беге за мячом, беге змейкой. <u>Предметно-практическая среда:</u> гимнастическая скамья, мячи на группу детей (20-22 шт.).</p>	<p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Малоподвижная деятельность «Звериная зарядка»</p> <p>Подвижные игры «Хитрая лиса».</p>	<p>Массажные мячи.</p>	<p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p>

Вторник			
<p>1. Физкультурное занятие 2 младшая группа <u>Программное содержание:</u> Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. <u>Планируемые результаты:</u> развить прыгучесть, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи</p> <p>2. Физкультурное занятие подготовительная группа. <u>Программное содержание:</u> Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. <u>Планируемые результаты:</u> добиться от детей соблюдения дистанции между собой при беге и ходьбе, развить координацию при прыжках, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> шнур, мячи на группу детей (20-22 шт.)</p>	<p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Малоподвижная деятельность «Пузырь»</p> <p>Подвижная игра: «Воробушки и кот»</p> <p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Малоподвижная деятельность «Дрозд»</p> <p>Подвижные игры «Совушка».</p>	<p>Корректирующая дорожка</p> <p>Массажные мячи.</p>	<p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p> <p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p>
Среда			
<p>1. Физкультурное занятие 2 младшая группа <u>Программное содержание:</u> Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. <u>Планируемые результаты:</u> развить прыгучесть, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи</p> <p>2. Физкультурное занятие на прогулке средняя группа. <u>Программное содержание:</u> приобщение к занятию</p>	<p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Малоподвижная деятельность «Пузырь»</p> <p>Подвижная игра: «Перелетные птицы»</p> <p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p>	<p>Корректирующая дорожка</p>	<p>Информация для родителей в группе памятка для родителей по закаливанию</p> <p>Информация для родителей в группе памятка для родителей по закаливанию</p>

<p>спортом на свежем воздухе через участие в подвижных играх. <u>Планируемые результаты:</u> освоение игр с элементами спорта. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи, конусы.</p> <p>3. Физкультурное занятие на прогулке старшая группа. <u>Программное содержание:</u> приобщение к занятию спортом на свежем воздухе через участие в подвижных играх. <u>Планируемые результаты:</u> освоение игр с элементами спорта. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи, конусы.</p> <p>4. Физкультурное занятие на прогулке подготовительная группа <u>Программное содержание:</u> приобщение к занятию спортом на свежем воздухе через участие в подвижных играх. <u>Планируемые результаты:</u> освоение игр с элементами спорта. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи, конусы.</p>	<p>Игровые упражнения: «Кто быстрее добегит до кубика» «Подбрось и поймай»</p> <p>Подвижная игра: «Воробушки и автомобиль»</p> <p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Игровые упражнения: «Не попадись» «Мяч в стенку»</p> <p>Подвижная игра: «Хитрая лиса»</p> <p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Игровые упражнения: «Ловкие ребята» «Догоню свою пару» «Пингины»</p> <p>Подвижная игра «Совушка»</p>		<p>Информация для родителей в группе памятка для родителей по закаливанию</p> <p>Информация для родителей в группе памятка для родителей по закаливанию</p>
<p>Четверг</p>			
<p>1. Физкультурное занятие средняя группа <u>Программное содержание:</u> учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. <u>Планируемые результаты:</u> развивать прыгучесть, координацию движения, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи</p>	<p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2</p> <p>Малоподвижная деятельность «Пузырь»</p> <p>Подвижная игра: «Перелетные</p>	<p>Массажные мячи.</p>	<p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p>

<p>2. Физкультурное занятие старшая группа. <u>Программное содержание:</u> Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранение устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывание мяча. <u>Планируемые результаты:</u> приобретение опыта в удержании равновесия, беге за мячом, беге змейкой. <u>Предметно-практическая среда:</u> гимнастическая скамья, мячи на группу детей (20-22 шт.).</p>	<p>птицы» Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2 Малоподвижная деятельность «Звериная зарядка» Подвижная игра: «Хитрая лиса»</p>	<p>Массажные мячи.</p>	<p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p>
<p>Пятница</p>			
<p>1. Физкультурное занятие 2 младшая группа <u>Программное содержание:</u> Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. <u>Планируемые результаты:</u> развить прыгучесть, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> мячи</p> <p>2. Физкультурное занятие подготовительная группа. <u>Программное содержание:</u> Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. <u>Планируемые результаты:</u> добиться от детей соблюдения дистанции между собой при беге и ходьбе, развить координацию при прыжках, ловкость. <u>Предметно-практическая среда:</u> шнур, мячи на группу детей (20-22 шт.)</p>	<p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2 Малоподвижная деятельность «Пузырь» Подвижная игра: «Воробушки и кот»</p> <p>Первая половина дня Утренняя гимнастика Комплекс № 2 Малоподвижная деятельность «Дрозд» Подвижные игры «Совушка».</p>	<p>Корректирующая дорожка</p> <p>Массажные мячи.</p>	<p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p> <p>Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух!»</p>