Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №32»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол №1 «31» 08 2017г

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №32»
_____Лосева Е.Н.

Приказ № 35 «31» 08 2017г

Дополнительная
общеразвивающая программа по физическому развитию «Движение: день за днем»

Возраст 5-7 лет
Срок обучения – 2 года

Разработал:
руководитель
физического воспитания
Харькова Ольга Юрьевна

Щекино 2017 год

Содержание

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ 3

1.1 Пояснительная записка **3**

1.2 Цель и задачи дополнительной программы **4**

1.3 Возрастные особенности дошкольников **4**

1.4.Принципы реализации программы **5**

1.5 Методы и приемы реализации программы **5**

1.6 Планируемые результаты **5**

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ 6

2.1 Учебно-тематический план **6**

2.2 Методическое сопровождение программы **6**

2.3 Календарно-тематический план **8**

2.4 Контроль за освоением программы **8**

2.5 Условия реализации программы **9**

2.6 Взаимодействие с родителями **9**

2.7 Список литературы **9**

2.8 Приложение1 **11**

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Сегодня нет более важной задачи, чем укрепление здоровья ребенка. Здоровый ребенок – это счастье в семье, гордость и богатство общества, где он растет. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами. В этом плане на образование, как целостную государственную структуру, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения психического, физического и нравственного здоровья детей.

Значение двигательных действий в общем развитии ребенка очень велико. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Ребенок в целом, как личность, находит впервые в движениях, в действиях путь к самоутверждению, к признанию себя и своих сил.

Дополнительная программа разработана с учетом образовательной программы МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №32», в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и отражает особенности содержания и организации образовательного процесса по программе Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой «Играйте на здоровье!», построение процесса занятий с детьми, посещающими кружок.

Основанием к разработке данной программы явились следующие документы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г.№1726-р)
- СанПин 2.4.4.3172-14 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г.№41).
- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Направленность программы - физическое развитие дошкольников.

Актуальность: Исследования доктора педагогических наук Ю.К. Чернышенко доказывают, что более 40% детей дошкольного возраста имеют уровень физической подготовленности ниже среднего.

Проблема низкого уровня физической подготовленности зависит от ряда причин, основной из которых является малая двигательная активность детей, которая и ведет к ухудшению их здоровья.

Ведущее место в удовлетворении биологических потребностей ребенка дошкольника в движении занимают подвижные игры. Игры с элементами спорта являются высшей формой подвижных игр и требуют от детей большой самостоятельности, быстроты, ловкости движений, ориентировки в пространстве. Для игр с элементами спорта характерна определенная специфика и точность двигательных действий, определенный состав участников, распределение функций, четкая организация игровых условий.

Учитывая уровень физической подготовленности и здоровья детей нашего детского сада, был организован кружок «Движение: день за днем».

1.2. Цель и задачи дополнительной программы

Цель: совершенствование содержания двигательной деятельности старших дошкольников на основе использования элементов спортивных и подвижных игр.

Задачи образовательные:

- сформировать начальные представления о некоторых видах спорта, знать подвижные игры с правилами;
- создавать предпосылки для физического совершенствования, личностного развития ребенка;
– формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укреплять здоровье воспитанников;
- обогащать разностороннюю двигательную активность детей на основе индивидуального опыта и интереса через использование игр с элементами спорта;
- удовлетворять индивидуальные потребности на занятиях физической культурой и спортом.

Задачи развивающие:

- выявлять, развивать и поддерживать детей, проявивших выдающиеся способности в спорте;
- развивать основные двигательные качества: быстроту, выносливость, гибкость, силу, координацию.

Задачи воспитательные:

- воспитывать устойчивый интерес воспитанников к играм с элементами спорта
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, толерантность и т.д.).

Отличительной особенностью Программы является углубленное знакомство со спортивными играми. Структура кружка соответствует структуре физкультурного занятия и состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной.

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной общеразвивающей программы спортивной направленности «Движение день за днем!» - 5-7 лет (дети старшего дошкольного возраста).

1.3. Возрастные особенности дошкольников

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Возраст 5-го года жизни является критическим для многих параметров физического здоровья ребенка. Подобно тому, как это происходит в подростковом возрасте, у детей 4 – 6 лет резко изменяется ритм физического развития. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связок. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей и позвоночного столба. Эти же причины приводят к тому, что грудная клетка становится плоской, а нередко даже впалой, ослабленные мышцы живота делают его заметно выступающим вперед. Все эти факторы весьма неблагоприятны для организма ребенка, так как ослабевшие мышцы груди и диафрагмы приводят к затрудненному дыханию и плохому обеспечению организма ребенка кислородом. Детям шестого года жизни доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у детей значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений. К шести годам дети владеют всеми

способами. катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

К семи годам у детей увеличивается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. В подготовительном возрасте дети способны достичь сравнительно высоких результатов в беге, прыжках, метании, бросании и ловле мяча, в лазанье, а также могут овладеть техникой простых элементов спортивных игр. Также отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. Дошкольники способны к продолжительной двигательной деятельности низкой и средней интенсивности.

1.4. Принципы реализации программы

- систематичности тренировочных занятий;
- доступности;
- активности, самостоятельности, творчества;
- последовательности;
- эмоционального благополучия каждого ребенка;
- научности;
- оздоровительной направленности;
- принцип индивидуально-дифференцированного подхода;
- постоянного контроля состояния здоровья, физической подготовленности
- содействие и сотрудничество детей и взрослых;
- признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.

Дополнительная программа рассчитана на 2 года обучения. Охватывая основные виды программы по образовательной области «Физическое развитие», дошкольники смогут овладеть играми с элементами спорта на занятиях в спортивном кружке «Ракетка» первый год обучения (36 часов) и «Поиграй-ка!» второй год обучения (36 часов), один раз в неделю во второй половине дня.

1.5. Методы и приемы реализации программы

Методы и приемы реализации Программы используются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов: наглядные, словесные, практические, игровые, проблемно-поисковые, упражнения, метод самостоятельной тренировки. Формированию у старших дошкольников осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании способствуют следующие методы: рассматривание физкультурных пособий, беседы, рассматривание фотографий, иллюстраций, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста, изобразительная деятельность, позволяющая детям в рисунке отразить свое отношение к физической культуре, свои интересы.

1.6. Планируемые результаты

- у детей сформирован устойчивый интерес к подвижным играм и к играм с элементами спорта;
- дети имеют представления о спортивных играх: баскетбол, футбол, бадминтон;
- сформированы элементарные технико-тактические действия с атрибутами данных игр;
- развита и обогащена двигательная активность детей;

- дети становятся инициаторами в организации подвижных игр во дворе, охотно предлагают свой опыт малышам, включают в игры взрослых;
- сформированы самостоятельность и самоконтроль;
- развиты положительные морально – волевые качества;
- сформированы навыки и стереотипы здорового образа жизни.

В результате освоения спортивных игр: **в старшей группе** дети знают спортивные игры футбол, волейбол, баскетбол и настольный теннис, знают подготовительные упражнения к играм, и умеют играть по упрощенным правилам, **в подготовительной группе дети** знают особенности спортивных игр, знают подготовительные упражнения, умеют играть в командные игры по упрощенным правилам.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Учебно-тематический план

Игры	Старшая группа	Подготовительная группа
Настольный теннис	4	4
Городки	4	4
Баскетбол	9	9
Бадминтон	4	4
волейбол	3	-
футбол	4	4
Хоккей	4	7
Закрепление материала	4	4
Итого:	**36 часов**	**36 часов**

Программа базируется на использовании игр с элементами спорта, направлена на развитие двигательных способностей и личности ребенка. Игры, игровые упражнения, включающие самые разнообразные двигательные действия, создают целостную систему обучения.

Структура занятий кружка

№п/п	Содержание	Дозировка
Вводная часть	Игра - разминка	3-5 мин.
Основная часть	Общеразвивающие упражнения (комплекс, игры)	5-7 мин.
	Спортивные игры и упражнения	15 мин.
Заключительная часть	Ходьба	2-3 мин.

2.2 Методическое сопровождение программы

Не просто организовать обучение играм с элементами спорта. Но немного фантазии и достаточно сложная для детей деятельность превращается в увлекательное занятие. Игра является и формой организации и методом проведения физкультурного занятия во всех возрастных группах. Такая форма проведения создает благоприятные условия для овладения элементарными умениями игры футбол, хоккей, городки и др. Мотивы игры придают смысл двигательной деятельности, они близки и доступны ребенку, захватывают его, связаны с конкретностью формы, в какой происходит овладение движением. Игровая форма физкультурных занятий помогает ребенку установить связь между мотивом и задачей, развивает инициативу и самостоятельность, создает условия для неоднократного выполнения движений.

Культура движений ребенка начинается с обогащения его двигательного опыта, поэтому непосредственно образовательная деятельность строится на разнообразных играх. Чем больше видов и способов действий с мячом, ракеткой, битой, обручем и их сочетаний в арсенале малыша, тем осознаннее и быстрее его деятельность, тем активнее его взаимодействие со сверстниками, успешнее ориентировка в окружающей обстановке.

Значительное место в предлагаемых занятиях занимают игры с элементами спорта, доступные и полезные дошкольникам. При этом в каждом занятии детально отрабатываются игровые упражнения, которые обеспечивают формирование элементарных приемов игры в футбол, настольный теннис, баскетбол, хоккей, действий на лыжах, санках. Каждое разучиваемое в игровой форме движение базируется на предыдущем двигательном опыте ребенка. Создавая условия для самостоятельного приобретения детьми двигательного опыта, озадачивая дошкольников необходимостью познания, новизной действий и предметно-развивающей среды мы включили в занятия специальные игры на развитие двигательного творчества и психических процессов. Очень полезны детям игры: «Какого мяча нет?», «Нарисуем пальчиком, какие бывают мячи», «Выложим из городков солнышко с добрыми глазами», «У кого городок?», «Чего не стало, что изменилось?» и многие, многие другие.

Схема построения непосредственно образовательной деятельности по физической культуре традиционна. Занятие состоит из 3 частей: вводной, основной и заключительной. При этом все образовательные задачи решаются путем соответствующего им подбора игр и игровых упражнений, рационального распределения и чередования объема физических нагрузок. Обязательное условие - их постепенное увеличение в начале занятия, чередование - в середине, снижение - в конце занятия.

Во вводной части занятия используются специальные приемы создания игровой мотивации: детям надо городки поселить в свой домик, клюшке найти ее подружку – шайбу, с ракетками – зонтиками надо выручить из беды солнечные лучики, мячам помочь размяться, так как бока у них залежались в коробке. В старшей группе это могут быть другие варианты: «Путешествие в город мячей»; «Юные футболисты»; «В городки играть, горя не знать»; «Мой веселый звонкий мяч». Создание игровой мотивации способствует увлеченному выполнению детьми физических упражнений. Интерес детей вызывает воображаемая ситуация, представленная в образной, яркой форме, связанная с необычными условиями. Так теннисная ракетка превращается в руль, и начинается удивительное путешествие в город мячей. Здесь живут самые разные мячи: большие, маленькие, волейбольные, футбольные, баскетбольные, теннисные. Дети по-новому воспринимают инвентарь для игр с элементами спорта, овладевают возможными вариантами действий с ним, пытаются воспроизвести наблюдаемый ими способ.

Игры первой части занятия обеспечивают активизацию внимания, памяти, мышления, разминку мышц, повышают функциональные возможности организма. Основная часть занятий по программе вариативна. Есть занятия, где планируются общеразвивающие упражнения с использованием инвентаря (ракеток, клюшек, бит, городков). Есть занятия, где комплекс обшеразвивающих упражнений проводится в игровой или в имитационной форме, по карточкам-заданиям. На карточках в схемах последовательно представлены двигательные действия, которые должны выполнить дети или же эти упражнения выполняются вместе с «веселыми человечками» из мультимедийной презентации Основная часть занятия включает также серию игр, направленных на овладение основными движениями и простейшими элементами техники спортивных игр, развитие двигательных способностей. В заключительной части планируются психокоррекционные игры, обсуждаются итоги, даѐтся оценка игре детей. Таким образом, в непосредственно образовательной деятельности по физической

культуре решается доминирующая задача – воспитание интереса к играм с элементами спорта. Отбор игр с элементами спорта для занятий старших группах строится с учетом особенностей внимания, восприятия, памяти, мышления дошкольников. Широкое использование предметных опор и зрительных ориентиров исключает выполнение детьми однообразных движений, обеспечивает частую смену работы и отдыха. Информатизация физкультурного образования дошкольников (использование презентаций, интерактивной доски, звук, мультипликация) открывает новые возможности в реализации игровых программ, помогает найти новые ресурсы для достижения качественного результата в реализации образовательных и развивающих задач и позитивной самореализации ребенка. Посредством изменения условий игры, предложения более сложных двигательных заданий, увеличения дозировки выполнения упражнений в процессе игры дифференцируется мера участия и активности ребенка. В программу физкультурных занятий включены игры с элементами соревнования. В старшей группе используются игры, эстафеты. При их организации применяется фронтальный или поточный способ организации. Дети выполняют задание либо все вместе (подпрыгивание, ползание, бег), либо друг за другом (бег между клюшками, удары мяча по воротам). Обучение детей двигательным действиям и их применение должны проходить в разных условиях, поэтому игровые занятия проводятся как в спортивном зале, так и на открытых площадках. Это дает простор для мобилизации и развития двигательных способностей, интеллектуальных качеств ребенка.

2.3. Календарно-тематический план

Наличие календарно-тематического плана по каждому разделу программы обеспечивает прохождение и освоение программного материала в определенной последовательности. Повторение занятий позволяет закреплять освоенные двигательные действия. Все это обеспечивает реализацию дидактических принципов обучения - систематичности, постепенности, последовательности. (Приложение1)

2.4. Контроль за освоением программы

Обследование детей проводится как в помещении (физкультурный, музыкальный залы), так и на физкультурной площадке. Обследование необходимо проводить в течение нескольких дней, весной и осенью, в теплое время года. Одежда должна быть удобной, легкой и чистой (не из синтетики). На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь.

Измерение физической подготовленности проводится воспитателем вместе с инструктором по физическому воспитанию. Все данные обследования заносятся в диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно.

Система педагогической диагностики имеет четко заданный единый набор тестовых упражнений и форм отчетной документации, что позволяет проводить массовое обследование дошкольников в определенные сроки. Необходимые условия при выборе тестов для проведения диагностики:

- Доступность двигательных заданий/
- Соответствие тестов возрастным особенностям уровня физического развития детей/
- Использование тех движений, которые не требуют предварительного обучения и которыми дети свободно владеют.
- Возможность использования приемов, позволяющих стимулировать проявление положительных эмоций/
- Использование тестовых упражнений в игровой форме, чтобы процедура диагностики была для детей интересной и увлекательной.

К педагогической диагностике допускаются дети, посещающие спортивный кружок, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний к выполнению диагностических тестов. Элементарные тесты для оценки результатов по каждой спортивной игре представлены в методическом пособии: Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей - 3-7 лет программа, конспекты занятии, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах/ Л.Н. Волошиной, Т.В. Куриловой.-М. Вентана-Граф, 2015.

2.5. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы в детском саду имеется:

- физкультурный зал, мини-стадион «Крепыш»;
- спортивное оборудование и инвентарь (секундомер, рулетка, флажки, конусы, ракетки теннисные, баскетбольные кольца, мячи для футбола, баскетбола, клюшки, шайбы, два стола для тенниса на улице, ворота футбольные, сетка волейбольная, ракетки для бадминтона)
- санитарно – гигиенические требования;
- соответствующая одежда и обувь;
- врачебный контроль;
- проведение мониторинга.

2.6. Взаимодействие с родителями

В педагогическом взаимодействии с родителями используются разнообразные формы работы по укреплению и сохранению здоровья детей и повышению их физических качеств:

- информация для родителей на стендах, папках-передвижках, консультации;
- инструктивно-методические занятия по профилактике деформации стопы;
- семинары-практикумы;
- «открытые дни» для родителей с просмотром разнообразных занятий в зале и на свежем воздухе, закаливающих лечебных процедур;
- физкультурные досуги и праздники с участием родителей;

2.7. Список литературы

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду».М: Просвещение, 1992г.
2. Адашкявичене Э.П. Баскетбол для дошкольников: Из опыта работы. – М.: Просвещение, 1983.-79с.
3. Вареник Е.Н., Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.Н. «Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет» Москва 2007.
4. Волошина Л., Лунина Т., Новичкова Л. Играем в хоккей // Дошкольное воспитание, 2003. № 1. С.34-39.
5. Волошина Л., Новичкова Л. Играем в баскетбол // Ребенок в детском саду, 2001. № 3.
6. Волошина Л.И., Т.И. Курилова «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет: программа, конспекты, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах. М.: Вентана-Граф, 2015.-224с
7. Волошина Л.Н. «Игровые программы и технологии воспитания детей 5-7 лет» // Физическая культура 2003г., №4
8. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет: планирование, конспекты занятий. Волгоград: Учитель, 2013.-188с.
9. Гришин В.Г., Осипов Н.Ф. «Малыши открывают спорт», М: Педагогика, 1978.
10. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. «Спортивные игры, техника, тактика обучения»,М:Академия, 2001г.

11. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. – Волгоград: Учитель, 2007.-238с
12. Литвинова О.М. «Система физического воспитания в ДОУ» Волгоград 2007.
13. Николаева Н.И. «Школа мяча» - издательство «Детство-пресс», 2008.
14. Попов В.В. «Волейбол» - Ленинград,1962.
15. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду» М,2005.
16. Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке : Пособие для воспитателя. – М.: Просвещение, 1986.-159с.
17. Хабарова Т.В. «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» - издательство «Детство-пресс», 2010.
18. Яковлева Л.В., Р.А. Юдина Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошк.учреждений: В 3 ч. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС,2003

Приложение 1

Календарно-тематический план в старшей группе

Месяц	Программное содержание	Содержание
Сентябрь Баскетбол	Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия	1.«Найди свой цвет» (вариант игры «Чье звено соберется быстрее?») — бег под музыку, во время остановки выполнить построение. 2. «Вышло солнце из-за речки» (бег врассыпную, быстро построиться возле своего обруча в круг). 3.«Задний ход» (бег «змейкой» втроем, взявшись под руки, спиной вперед)
	Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении.	1. «По кочкам» (прыжки). 2. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног). 3. «Перекати быстрее» (проползание между ног с катанием обруча, переносом мяча)
	Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости	1.«Туннель» (прокатывание мяча в туннель, упор в положениях «лежа» или «сидя»). 2. «Найди свой цвет» (вариант игры «Чье звено соберется быстрее?») — бег под музыку, во время остановки выполнить построение. 3.«Три мяча» (поочередно переносить мячи из обруча в обруч — по три мяча). Чье звено быстрее перенесет мяч в последний обруч
	Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.	1.«Туннель» (прокатывание мяча в туннель, упор в положениях «лежа» или «сидя»). 2.«Найди свой цвет» (вариант игры «Чье звено соберется быстрее?») — бег под музыку, во время остановки выполнить построение. 3.«Три мяча» (поочередно переносить мячи из обруча в обруч — по три мяча).
Октябрь Баскетбол	Продолжить знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; добиваться точности, качества в их выполнении; учить простейшим парным взаимодействиям; способствовать развитию координации, быстроты, глазомера.	1.«Задний ход» (бег втроем, взявшись под руки, вполоборота; расстояние — 5 м). 2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке). 3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног) 4. «Передал — садись» (передача и ловля мяча)
	Продолжать знакомить детей с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить	1.«Найди свой цвет» (игра с бегом по принципу «Чье звено быстрее соберется»).

	технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание	2. «Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча). 3.«Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.). 4. «Кто скорее?» (ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами)
	Продолжить знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; добиваться точности, качества в их выполнении; учить простейшим парным взаимодействиям; способствовать развитию координации, быстроты, глазомера.	1.«Вместо скакалки » (прыжки с обручем). «Попади в корзину» (бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек). 2.«Найди свой цвет» (игра с бегом по принципу «Чье звено быстрее соберется»). 3.«Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча). 4.«Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.). 5. «Кто скорее?» (ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами)
	Закреплять полученные навыки и умения технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание.	1.«Задний ход» (бег втроем, взявшись под руки, вполоборота; расстояние — 5 м). 2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке). 3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног) 4. «Передал — садись» (передача и ловля мяча)
		Игры с ловлей, передачей и ведением мяча
Ноябрь Играем в теннис	Учить элементарным действиям с мячом и ракеткой (элементы настольного тенниса); закрепить действия с мячом и ракеткой у детей старшего дошкольного возраста; воспитывать интерес к двигательной деятельности;	1.Катание гимнастических мячей врассыпную, по сигналу поднять мяч вверх. 2.Старшая группа детей – отбивание теннисного мяча об пол одной рукой, ловля двумя. 3.Катание теннисных шариков в парах, сидя на полу. 4.Прыжки на двух ногах, продвигаясь к баскетбольному мячу
		1. Катание теннисных мячей одной рукой врассыпную. 2. Кружение с закрытыми глазами, стоя на одном месте в одну сторону, затем в другую. 3. Поднять руку с теннисным мячом высоко вверх и бросить 6 раз мл.– 10 р. ст.– 20 р. 1,5 мин. 2 раза двумя руками. 4. Ходьба по узенькой дорожке, теннисный мячик держат двумя

		руками перед грудью
	Формировать навык действий с мячом и ракеткой (бросать мяч на ракетку, прокатывать мяч по полу ракеткой); закрепить технику ходьбы, бега змейкой; упражнять в прыжках на двух ногах через ракетку, ползании на четвереньках змейкой; развивать координационные способности, мелкую моторику рук, глазомер; формировать бережное отношение к теннисному мячу и ракетке; создавать условия для проявления положительных эмоций при проведении игр и эстафет.	1. «Попрыгаем» 2. « На зонтик» ст.-10 раз в каждую сторону мл.-5 раз в каждую сторону ст.-2по15 раз мл.-2 по 5 раз ст.-2по15 раз мл.-2 по 5 раз ст.-8 раз каждой рукой мл.-4 раза каждой рукой Стараться ноги не опускать на пол. На «зонтики» - ракетки не наступать. старшие - точно в центр ракетки. 3. «Не потеряй» 4. «Вокруг света»
		ЭСТАФЕТЫ Упражнение выполняется поточно. 1)пронести мяч на ракетке, почеканить мяч. 2) Ударить по мячу ракеткой в воротики, затем пролезть в ни. 3)Провести мяч ракеткой «змейкой». 4) Ударить по мячу ракеткой в воротики, затем пролезть в них. Две команды «змейкой» идут на четвереньках вокруг «зонтиков» - ракеток. Рядом с последней встают, хлопают в ладоши над головой и бегут обратно. Двумя командами в упоре сидя сзади «едут» до лужицы, обратно бегом. «Улыбнись» « Машинки» П. и. «Тучки по небу ходили»
Декабрь Игра в Хоккей	Продолжать знакомить детей с увлекательной игрой хоккей; вызвать интерес и желание научиться этой игре. Учить подбирать клюшку, держать её правильно, вести шайбу, бросать шайбу в цель с расстояния 2 - 3 метра. Развивать точность, глазомер, координационные способности. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. Имитация ведения шайбы, стоя на месте. «Ведение» шайбы широким движением. 2. «Передай шайбу» (расстояние 3 м) 3. « Берег – море» 4. «Догони пару»
	Совершенствовать навык удара шайбы с места. Развивать точность, глазомер, координационные способности. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. «Передай шайбу друг другу» Поделиться на пары. Вначале стоя на месте выполнять точную передачу шайбы друг другу, а затем во время движения. 2. «Гонки с шайбой» По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая.(расстояние 5 м).

		3. «Попади» Бросок шайбы в ворота с места. (расстояние 3 м).
	Совершенствовать навык удара шайбы с места. Развивать точность, глазомер, координационные способности. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. «Передай шайбу друг другу» Поделиться на пары. Вначале стоя на месте выполнять точную передачу шайбы друг другу, а затем во время движения. 2. «Гонки с шайбой» По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая, обводя предметы (расстояние 5 м) 3. «Попади» Бросок шайбы в ворота с места - (расстояние 3 м) 4. «Сбей кеглю» Броски шайбы слева и справа в цель
	Продолжать учить действиям с клюшкой и шайбой. Обучать правилам безопасной игры. Закрепить умение вести шайбу, без отрыва от клюшки, обводя предметы; совершенствовать навык броска шайбы слева и справа. Развивать глазомер, быстроту, выносливость. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. «Квадрат» Ведение шайбы клюшкой в колонне по квадрату. 2. «Гонки с шайбой» По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая, обводя предметы (расстояние 5 м) 3. «Попади». Ведение шайбы толчками, бросок в ворота с удобного положения - (расстояние 3 м), (с усложнением) 4. «Сбей кеглю» Броски шайбы слева и справа в цель после ведения
Январь Волейбол	Познакомить детей с историей возникновения игры в волейбол. Знакомить детей с достижениями тульских и российских сборных команд по волейболу; учить метать мяч в даль через сетку, развивая глазомер упражнять в прокатывании набивного мяча по прямой, между предметами;	1.Обучение среднего, высокого, низкого положения стойки. - из среднего положения перейти в высокое, затем в низкое. 2.Обучение перемещению игроков по площадке. - в среднем положении стойки готовности шагом переместиться вперед, назад, в стороны (приставным шагом); - то же перемещение бегом; - то же скачком. 3.Игра в «Пятнашки» (в средней стойке в пределах волейбольной площадки). 4.Игра «Мельница», «Удочка», «Чехарда».
	Продолжать учить метать мяч в даль через сетку, развивая глазомер упражнять в прокатывании набивного мяча по прямой, между предметами;	*«Наши помощники – игры, упражнения»* 1. Передай не роняй. 2. Чей мяч улетит дальше. 3. Поймай мяч переправь через сетку. 4. Попади мячом в обруч.
	Продолжать отрабатывать технику подачи мяча через сетку; развивать умение отбивать мяч кистями рук через сетку;	*«Мяч через сетку»* 1. Перебрось мяч через сетку из-за головы. 2. Мяч через сетку от груди.

	совершенствовать метание мяча	3. Делай три шага. 4. У кого меньше мячей.
Февраль Футбол	Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения; вызвать интерес к этой занимательной игре; учить простейшим техническим действиям с мячом: удару, передаче, ведению мяча; способствовать развитию ловкости, быстроты, координации, выносливости.	1.«Мы – веселые ребята» 2. «Зайцы в огороде» 3. «Точный удар» 4. «Чей мяч дальше» 5. «Меткий футболист»
	Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, обводка; разучить индивидуальную тактику действий, развивать быстроту, ловкость, выносливость. Воспитывать товарищество, взаимовыручку и взаимоуважение в командной игре.	1 Дыхательная гимнастика. 3 Забрасывание футбольного мяча в «ворота» ногой. 4 Эстафета «Передай мяч» (над головой) Подвижная игра «Попади в обруч». 5. «Меткий футболист»
	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в забрасывании футбольного мяча в ворота; воспитывать умение действовать одной командой в эстафетах.	1.Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий. 2.«Пустое место» 3.«Ловкие ребята» 4.«Не выпусти мяч из круга»
		1.Ведение мяча парами. Повторение ведения мяча правой, левой ногой. «Поймай» «Футболист» Учебная игра
Март Бадминтон	Познакомить детей со свойствами волана, историей возникновения игры в бадминтон; дать возможность осознать физические качества волана: вес, объем, быстроту полета; разучить игры с воланчиком, учить отражать волан, брошенный воспитателем; способствовать развитию глазомера, координации движений, ловкости,	- Выполнить стойку бадминтониста – ракетка открытой стороной и закрытой стороной. - Стойка бадминтониста в движении вправо, влево, вперёд, назад. - Жонглирование воланом открытой и закрытой стороной ракетки. П/игра: «Собери воланы» П/и «Кто дольше продержит шарик»

	воспитывать уверенность в своих силах.	
	Продолжать разучивать игры с воланчиком, учить отражать волан, брошенный воспитателем; способствовать развитию глазомера, координации движений, ловкости, воспитывать уверенность в своих силах.	«Удочка» «Загони волан в обруч» «Подбей волан» «Ровным кругом с ракеткой»
	Продолжать развивать умения играть в бадминтон (открытая и закрытая сторона ракетки). Формировать умение владеть воланом (чувство волана). Отрабатывать стойку бадминтониста. Развивать быстроту реакции, ловкость, координацию и чувство дружбы в коллективе.	ОРУ с воланами «Подбрось, поймай, падать не давай!» «Передвинь флажок» «Чья команда меткая?»
	Познакомить с ракеткой, научить правильно ее держать; разучить игры и способы действия с ракеткой; продолжать учить отражать волан ракеткой (по одному и в парах); развивать силу удара, точность приема и подачи волана, координационные способности, сообразительность.	ОРУ с воланом «Чье звено быстрее выложит фигуру из воланов» «Подбрось, поймай, падать не давай!» «Выбивной»
Апрель Городки	Познакомить детей с историей возникновения игры «Городки», с инвентарем для игры (биты, городки), с правилами безопасной игры; учить правильной стойке городошника, действиям с битой, способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; развивать силу, координацию движений, глазомер.	Путешествие в «Городок» Карусель (вправо-влево) Передай биту Игра в городки (выбивание одного городка) Малоподвижная игра «У кого городок»
	Продолжать знакомить детей с игрой городки, с правилами безопасной игры; научить действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умение	1. «Карусель» - дети ходят и бегают по кругу, взявшись за руки. На слова: «Мы не сели в карусели, а попрыгать захотели!» - прыгают по кругу друг за другом на двух ногах. 2. «Возьми городок» игроки стоят по кругу, внутри расставлены городки. Игровое задание: бежать по кругу; по сигналу остановиться и

	строить городошные фигуры; развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер.	взять городки. 3. «Пролезь в обруч» - дети делятся на 2 команды и выстраиваются в колонны. По сигналу игроки друг за другом бегут и пролезают в обручи, обегают флажок и бегом возвращаются обратно.
	Продолжать учить правильной стойке городошника, действиям с битой, способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; развивать силу, координацию движений, глазомер	1.«Путешествие в «Городок» (краткая беседа) «Карусель» (вправо-влево) 2 «Передай биту» 3.«Подбрось — поймай» 4.«Силачи» — и.п.: ноги на ширине плеч, бита опущена; хват 2 руками сверху
	Закрепить технику выполнения бега «змейкой», прыжков, ходьбы на четвереньках, развивать координацию движений, воображение.	1.«Кто дальше и быстрее? » 3-4 раза 2.«Попади в круг» 3-4 раза 3.«Составь фигуру»
Май	3 занятия на закрепление ранее изученных спортивных игр, подготовка к фестивалю спортивных игр.	
	ФЕСТИВАЛЬ СПОРТИВНЫХ ИГР	

Календарно-тематический план в подготовительной группе

Сентябрь Футбол	Познакомить детей с игрой в футбол, историей ее возникновения; вызвать интерес к этой занимательной игре; учить простейшим техническим действиям с мячом: удару, передаче, ведению мяча; способствовать развитию ловкости, быстроты, координации, выносливости.	Удары ногой по подвешенному мячу. При помощи ударов ногой игроки передают мячи партнеру, бьют по воротам. 2. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой. 3. Удары по неподвижному мячу с 2-х шагов. *П/и «Подвижная цель»* Дети делятся на группы, каждая становится в круг; в каждом кругу водящий, который стоит в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим. *П/и «Гонка мячей»* Все дети свободно располагаются по площадке, у каждого по мячу. По сигналу все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом. Игра

	Обучать ударом по движущему мячу. Обучать приему мяча, ведению мяча правой и левой ногой.	1. Удары по движущемуся мячу: дети стоят в парах, у одного мяч; он ударяет по мячу ногой в сторону своего партнера, другой сбоку ударяет по нему ногой; у каждого ребенка по мячу. Удары по мячу в стену. 2. Прием мяча. Осуществляется подошвой, внутренней, внешней стороной стопы, бедром, подъемом. Мяч будем останавливать с вами подошвой. *П/и «Смена сторон»* Участвуют две команды. На расстоянии 15-20 м друг от друга обозначаются две параллельные черты. Дети стоят парами. У одного ребенка мяч. Он ведет его ногой по прямой, а другой бежит рядом без мяча. Игра
	Повторять ведению мяча правой, левой ногой, обучать броскам мяча из-за головы двумя руками (вбрасывание), воспитать чувство товарищества, взаимовыручки и взаимоуважения.	1. Ведение мяча парами. *Смена сторон.* 2.Бросок мяча из-за головы. Дети выстраиваются в шеренгу, у каждого мяч. Из исходного положения - мяч вверху - броски мяча из-за головы. *«Поймай»* Дети стоят в кругу, в середине водящий. Перебрасывают мяч друг другу из-за головы, водящий пытается поймать мяч. *«Футболист»* Дети стоят в линию. Перед каждым мяч. По сигналу ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой. Игра
	Совершенствовать технику ведения мяча правой, левой ногой, обучать вратаря, воспитывать чувство товарищества, взаимовыручки и взаимоуважения.	1. Ведение мяча по прямой правой и левой ногой. 2. Приемы игры вратаря Вратарь во время игры почти не стоит на месте: он ловит мяч, отбивает его, защищает ворота, бросает пойманный мяч в поле или ведет его ногой, если есть возможность продвинуться вперед. *«Забей в ворота»* Дети становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, - это нападающие. Двое детей - защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим Затем дети меняются ролями. *«Попади в мишень»* Дети поочередно с расстояния 7-10 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном - щите

		или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. *«Пингвины с* мячом» Дети делятся на две команды. В 5-8 м от них флажки. По сигналу первые номера каждой команды, зажав между коленями мяч, устремляются к флажку. Игра.
Октябрь Баскетбол	Продолжить знакомство с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; закрепить навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; добиваться точности, качества в их выполнении; учить простейшим парным взаимодействиям; способствовать развитию координации, быстроты, глазомера.	1.«Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног). 2.«Передал — садись» (передача и ловля мяча). 3.«Светофор» (на красный цвет принять стойку баскетболиста). 4.«Дойди — не урони» (ведение мяча в средней и высокой стойке до черты или по кругу). 5.«Меткие стрелки» (попадание мячом в обруч, расстояние 6м)
	Учить технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание.	1.«Серпантин» (бег между игроками; расстояние между игроками на вытянутые руки). 2.«Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча) 3.«Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.) 4.«Кто скорее?» (ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами). 5.«Попади в корзину» (бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек)
	Разучивать правила игры в баскетбол; познакомить с площадкой, действиями защитников, нападающих; совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, глазомер; воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность.	ОРУ «Вышло солнышко из-за речки» «Задний ход» Прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке «Туннель с мячом» «Передал-садись» «Попади в корзину»
		ОРУ «Вышло солнышко из-за речки» «Задний ход» Прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке

		«Туннель с мячом» «Передал-садись» «Попади в корзину»
	Закрепить правила игры, продолжить разучивание техники защиты и нападения в мини-баскетболе.	1.«Серпантин» (бег между игроками; расстояние между игроками на вытянутые руки). 2.«Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча) 3.«Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.) 4.«Кто скорее?» (ведение мяча вокруг себя правой и левой рукой с поворотами). 5.«Попади в корзину» (бросок мяча в корзину разными способами, с разных точек)
Ноябрь Баскетбол	Закреплять навык ведения мяча в движении, передачи и ловли мяча; добиваться точности, качества в их выполнении; учить простейшим парным взаимодействиям; способствовать развитию координации, быстроты, глазомера.	1.«Задний ход» (бег втроем, взявшись под руки, в пол оборота; расстояние — 5 м) 2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке). 3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног) 4. «Передал — садись» (передача и ловля мяча). 5. «Светофор» (на красный цвет принять стойку баскетболиста).
		1.«Задний ход» (бег втроем, взявшись под руки, в пол оборота; расстояние — 5 м) 2. «По кочкам» (прыжки на двух ногах в обручи, обручи разложены в шахматном порядке). 3. «Туннель с мячом» (прокатывание мяча между ног) 4. «Передал — садись» (передача и ловля мяча). 5. «Светофор» (на красный цвет принять стойку баскетболиста).
	Учить технике ведения мяча, бросков в корзину, передачи и ловли мяча; развивать быстроту, ловкость, воспитывать внимание.	1.«Серпантин» (бег между игроками; расстояние между игроками на вытянутые руки). 2. «Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча) 3. «Вместо скакалки » (прыжки с обручем). 4. «Штандер» (дети стоят в кругу диаметром 4 м). 5. «Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу

		разными способами, в темпе, из разных и.п.)
		1.«Серпантин» (бег между игроками; расстояние между игроками на вытянутые руки). 2. «Перекати быстрее» (ползание между стоящих ног с катанием обруча, переносом мяча) 3. «Вместо скакалки » (прыжки с обручем). 4. «Штандер» (дети стоят в кругу диаметром 4 м). 5. «Лови, бросай, падать не давай!» (перебрасывание мяча друг другу разными способами, в темпе, из разных и.п.)
Декабрь Хоккей	Продолжать знакомить детей с увлекательной игрой хоккей; вызвать интерес и желание научиться этой игре.	Мы – хоккеисты (беседа)
	Учить подбирать клюшку, держать её правильно, вести шайбу, бросать шайбу в цель с расстояния 2 -3 метра. Развивать точность, глазомер, координационные способности. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. Имитация ведения шайбы, стоя на месте. «Ведение» шайбы широким движением. 2. «Передай шайбу» (расстояние 3 м) 3. « Берег – море» 4. «Догони пару»
	Продолжать учить действиям с клюшкой и шайбой. Обучать правилам безопасной игры. Закрепить умение вести шайбу, без отрыва от клюшки, обводя предметы; совершенствовать навык броска шайбы слева и справа. Развивать глазомер, быстроту, выносливость. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. «Квадрат» Ведение шайбы клюшкой в колонне по квадрату. 2. «Гонки с шайбой» По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая, обводя предметы (расстояние 5 м) 3. «Попади». Ведение шайбы толчками, бросок в ворота с удобного положения - (расстояние 3 м), (с усложнением) 4. «Сбей кеглю» Броски шайбы слева и справа в цель после ведения.
	Учить детей ведению шайбы клюшкой толчками, останавливать шайбу клюшкой, забивать шайбу в ворота слева и справа; развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений; формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений – заданий с клюшкой и шайбой; развивать	«Мы – хоккеисты» «Будь внимателен» ОРУ с клюшкой «Попрыгунчики» «Стоп!»

	умение анализировать игровую ситуацию.	
Январь Хоккей	Учить подбирать клюшку, держать её правильно, вести шайбу, бросать шайбу в цель с расстояния 2 -3 метра. Развивать точность, глазомер, координационные способности.	1.Имитация ведения шайбы, стоя на месте. «Ведение» шайбы широким движением. 2. «Передай шайбу» (расстояние 3 м) 3. « Берег – море» 4. «Догони пару
		1. Имитация ведения шайбы, стоя на месте. «Ведение» шайбы широким движением 2. «Передай шайбу» (расстояние 3 м) 3. « Берег – море»
	Продолжать учить действиям с клюшкой и шайбой. Обучать правилам безопасной игры. Закрепить умение вести шайбу, без отрыва от клюшки, обводя предметы; совершенствовать навык броска шайбы слева и справа. Развивать глазомер, быстроту, выносливость. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	1. «Квадрат» Ведение шайбы клюшкой в колонне по квадрату. 2. «Гонки с шайбой» По свистку, стоя в шеренге вести шайбу клюшкой, не отрывая, обводя предметы (расстояние 5 м) 3. «Попади». Ведение шайбы толчками, бросок в ворота с удобного положения- (расстояние 3 м), (с усложнением) 4. «Сбей кеглю» Броски шайбы слева и справа в цель
Февраль Теннис	Дать понятие о настольном теннисе как о спортивной игре, олимпийском виде спорта; познакомить с ее правилами; формировать простейшие приемы игры за столом; воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения.	Беседа о теннисе, знакомство с ракеткой
	Продолжать формировать навык действий с мячом и ракеткой (бросать мяч на ракетку, прокатывать мяч по полу ракеткой ;закрепить технику ходьбы, бега змейкой; упражнять в прыжках на двух ногах через ракетку, ползании на четвереньках змейкой; развивать координационные способности, мелкую моторику рук, глазомер;	1. «Попрыгаем» 2. « На зонтик» ст.-10 раз в каждую сторону мл.-5 раз в каждую сторону ст.-2по15 раз мл.-2 по 5 раз ст.-2по15 раз мл.-2 по 5 раз ст.-8 раз каждой рукой мл.-4 раза каждой рукой Стараться ноги не опускать на пол. На «зонтики» - ракетки не наступать. старшие - точно в центр ракетки. 3. «Не потеряй» 4. «Вокруг света»

	формировать бережное отношение к теннисному мячу и ракетке; создавать условия для проявления положительных эмоций при проведении игр и эстафет	ЭСТАФЕТЫ Упражнение выполняется поточно. 1. Пронести мяч на ракетке, почеканить мяч. 2. Ударить по мячу ракеткой в воротики, затем пролезть в ни. 3. Провести мяч ракеткой «змейкой». 4. Ударить по мячу ракеткой в воротики, затем пролезть в них. Две команды «змейкой» идут на четвереньках вокруг «зонтиков» - ракеток. Рядом с последней встают, хлопают в ладоши над головой и бегут обратно. Двумя командами в упоре сидя сзади «едут» до лужицы, обратно бегом. «Улыбнись» « Машинки» П/и. «Тучки по небу ходили»
	Дать понятие о настольном теннисе как о спортивной игре, олимпийском виде спорта; познакомить с ее правилами; отрабатывать технику выполнения удара толчком слева и справа; воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения, согласованность действий при игре в парах; учить ориентироваться в игровой обстановке.	«Почеканить мячик» «Загони мячик на стол» «Игра на столе с сеткой» «Лови – не лови»
Март Городки	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	1. Ползание на четвереньках между предметами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг. 3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. Сохранять равновесие и ритмичность в ходьбе. Выполняется двумя колоннами. Страховка воспитателем обязательна.
	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при	1. «Карусель» - дети ходят и бегают по кругу, взявшись за руки. На слова: «Мы не сели в карусели, а попрыгать захотели!» -прыгают по кругу друг за другом на двух ногах. 2. «Возьми городок» игроки стоят по кругу, внутри расставлены городки. Игровое задание: бежать по кругу; по сигналу остановиться и взять городки.

	ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	3. «Пролезь в обруч» - дети делятся на 2 команды и выстраиваются в колонны. По сигналу игроки друг за другом бегут и пролезают в обручи, обегают флажок и бегом возвращаются обратно.
	Продолжать учить правильной стойке городошника, действиям с битой, способам броска на дальность, в цель, умению строить городошные фигуры; развивать силу, координацию движений, глазомер	1. «Карусель» - дети ходят и бегают по кругу, взявшись за руки. На слова: «Мы не сели в карусели, а попрыгать захотели!» -прыгают по кругу друг за другом на двух ногах. 2. «Возьми городок» игроки стоят по кругу, внутри расставлены городки. Игровое задание: бежать по кругу; по сигналу остановиться и взять городки. 3. «Пролезь в обруч» - дети делятся на 2 команды и выстраиваются в колонны. По сигналу игроки друг за другом бегут и пролезают в обручи, обегают флажок и бегом возвращаются обратно.
	Продолжать знакомить детей с правилами безопасной игры; научить действиям с битой (прицел, замах, бросок), отрабатывать навык броска биты в цель, на дальность, закреплять умение строить городошные фигуры; развивать силу, выносливость, координацию движений, глазомер.	1.«Кто дальше и быстрее? » 3-4 раза 2.«Попади в круг» 3-4 раза 3.«Составь фигуру»
Апрель Бадминтон	Формировать умение владеть воланом (чувство волана), отрабатывать стойку бадминтониста, развивать быстроту реакции, ловкость, координацию и чувство дружбы в коллективе. Закрепить хват ракетки (открытая и закрытая сторона ракетки).	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий 1. Дыхательная гимнастика. 2. Искусственная «Тропа Здоровья». 3. Подкидывание бадминтонной ракеткой воланчик. 4. Эстафета с подтягиванием по гимнастической скамейке на руках. Подвижная игра «Сбей мяч».
		- Выполнить стойку бадминтониста – ракетка открытой стороной и закрытой стороной. - Стойка бадминтониста в движении вправо, влево, вперёд, назад. - Жонглирование воланом открытой и закрытой стороной ракетки. П/игра: «Собери воланы» П/и «Кто дольше продержит шарик» (расстояние между предметами см)

	Продолжать развивать умения играть в бадминтон (открытая и закрытая сторона ракетки)формировать умение владеть воланом (чувство волана), отрабатывать стойку бадминтониста, развивать быстроту реакции, ловкость, координацию и чувство дружбы в коллективе.	- Выполнить стойку бадминтониста – ракетка открытой стороной и закрытой стороной. - Стойка бадминтониста в движении вправо, влево, вперёд, назад. - Жонглирование воланом открытой и закрытой стороной ракетки. П/игра: «Собери воланы»
	Продолжать учить детей подбивать волан ракеткой, стараясь ударить большее число раз, развивать глазомер, ловкость, умение ориентироваться в пространстве, воспитывать морально – волевые качества: выдержку, настойчивость в достижении положительных результатов, воспитывать дружелюбие, организованность, самостоятельность.	Упражнения с воланом и ракеткой. 1. Подбрасывание волана вверх правой рукой и ловля его обеими руками. (1 мин.) 2. Перебрасывать волан друг другу, не давая упасть. (1-1, 5 мин.) 3. Перекладывать ракетку из одной руки в другую, сохраняя правильный хват. 4. Вращать кистью руки, одновременно поворачивая ракетку. 5. Сделать шаг вперёд, наклониться, руку с ракеткой быстро вынести вперёд. 6. Подбивать волан ракеткой, стараясь ударить большее число раз 7. Ракеткой бить по подвешенному на верёвке волану. Удар наносить над головой. 8. Попадать воланом в цель (баскетбольное кольцо) 9. Попасть воланом в лежащий на полу обруч. (на расстоянии 2 метра). Подвижная игра. «Быстро возьми волан»
Май	Закрепление и совершенствование спортивных игр в упражнениях и игр по выбору детей	
	Фестиваль спортивных игр «Играйте на здоровье!"	