

Утверждаю:

Заведующая МДОУ

Чуфаровский детский сад «Сказка»

М.Ф. Большакова

Приказ № 81/О от 24.08.2016 г.



**Перспективное планирование кружка
«Веселая физкультура»
на 2016 -2017 год
(Старшая группа)**

Воспитатель первой
квалификационной категории
Постнова Галина Ивановна

Пояснительная записка

В наше время высоких технологий и компьютеризации, когда дети, едва научившись ходить, уже часами просиживают за компьютером, очень важной является тема о приобщении ребенка к физкультуре и спорту, остро встает вопрос о физическом здоровье детей. Наше поколение никогда не будет здоровым, если в процесс развития детей не будет грамотно вводиться физическая культура и спорт. И чем раньше ребенок приобщится к занятиям физкультурой, тем, естественно, лучше.

Особенностью развития детей дошкольного возраста является то, что у них все двигательные навыки еще не сформировались окончательно. Вот почему долгое сидение или стояние на ногах, неправильная поза, а также мебель, которая не соответствует возрасту ребенка, неблагоприятно отражаются на формировании скелета и приводят в конечном итоге к нарушению осанки. Таким образом, очевидно, что занятия физкультурой для развивающегося организма очень полезны. Она оказывает весьма благотворное влияние на дыхательную, сердечно - сосудистую и вегетативную системы. Помимо этого, физическая культура для детей способствует укреплению иммунитета, а также повышает работоспособность и выносливость организма.

Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. Все известные педагоги с древности до наших дней отмечают: движение - важное средство воспитания. Двигаясь, ребёнок познаёт окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нём. Движения - первые истоки смелости, выносливости, решительности маленького ребёнка. Необходимо создавать все необходимые условия для того, чтобы дети росли физически здоровыми и крепкими, и это является одной из важнейших задач современности. Большая нагрузка в плане физического развития ложиться на физкультурные занятия. Но, не смотря на это физкультурных занятий порой недостаточно, чтобы глубоко и всесторонне развить физические качества детей. Поэтому было решено создать кружок физического развития « Веселая физкультура ». Кружок «Веселая физкультура» проводится один раз в неделю во вторую половину дня с подгруппой детей.

Цель:

Выявление тех механизмов и методов, с помощью которых можно организовать физическое воспитание таким образом, чтобы оно обеспечивало ребенку гармоничное развитие, укрепление здоровья и повышение его уровня, приобщение детей к физической культуре.

Задачи:

Охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей посредством физической культуры.

Совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивости к различным заболеваниям.

Формировать правильную осанку и укреплять все виды мышц, содействовать профилактике плоскостопия.

Создавать условия для реализации потребностей детей в двигательной активности.

Развивать двигательные способности детей и физические качества (быстрота, сила, выносливость, гибкость и подвижность в суставах, ловкость).

Формировать у детей умения и навыки правильно выполнять движения.

Воспитывать чувства уверенности в себе.

Ожидаемые результаты:

1. Повышение уровня физического здоровья часто болеющих детей состоящих в кружке.
2. Положительный результат темпов прироста физических качеств.

Сентябрь

№ п/п	Предполагаемая дата	Фактическая дата	Тема	Программное содержание	Используемый материал	Методическая литература
1			«Осенние приключения»	Формировать правильную осанку походку. Закрепить навыки ходьбы и бега с изменением направления по сигналу, со сменой темпа движения. Упражнять в сохранении равновесия, во время прыжков со скамьи с приземлением на полусогнутые ноги, развивать ловкость и координацию движений во время движения «змейкой» между предметами. Совершенствовать умения в ловле и бросании мяча двумя руками.	Гимнастическая скамья, мячи, кубики, кегли.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в

						движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://www.i-deti.ru/detskie-sady-au/arhiv/igrovoe-zanyatie/syuzhetno-igrovoe-zanyatie-po-fizkulture-dlya-detey
2			«Олимпийские надежды»	Формировать у детей представления об Олимпийских играх, как мирном соревновании с целью физического и социально-нравственного совершенствования людей в процессе ознакомления дошкольников с первоначальными сведениями из истории Олимпийского движения. Систематизировать представления детей о летних	Скакалки, мячи, кегли, обручи.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного

				видах спорта. Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, также потребности в новых знаниях о способах сохранения и укрепления здоровья. Развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу.		образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://dohcolonoc.ru/fizicheskoe-voospitanie/6383-nod-olimpijskie-nadezhdy.html
3			«В магазине игрушек»	Продолжить учить бросанию мячей друг другу, упражнять в различных видах ходьбы и в равновесии; самостоятельность, творческое воображение; воспитывать у детей умение творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в двигательной деятельности, проявляя активность, смекалку, находчивость.	Гимнастические скамейки, колечки и мешочки на подгруппу детей, платочки по количеству детей, волшебный мешочек.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы,

						Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de_tskiy-sad/fizkultura/2015/03/23/obrazovatelnyaya-deyatelnost-po-fizicheskoy-kulture-dlya-starshey
4			«Кладовики»	Создать условия для развития эмоциональной сферы ребенка. Развивать быстроту, ловкость, инициативу, выдержку. Упражнять детей в разных видах ходьбы и бега, метании в цель, прыжках в высоту с места, лазанье по гимнастической лестнице. Воспитывать настойчивость, справедливость, честность, умение в коллективе.	2 гимнастические скамейки, 2 картины с изображением акулы, мешочки по количеству детей, 2 барьера, 2 тоннеля, обручи 14 шт., бананы сшиты из ткани по количеству детей. 2 корзины, пластмассовые мячи двух цветов, ориентиры для змейки 2 комплекта, массажные коврики	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного

					(следы, ежик).	образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://festival.1september.ru/articles/609584/
--	--	--	--	--	----------------	--

Октябрь

1			«Ярмарка движений»	Развитие физических качеств детей, через русские народные подвижные игры. Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега, упражнений и игры. Закрепить навыки ходьбы с высоким подниманием колен, на носках, на пятках. Упражнять в беге приставным шагом, совершенствовать двигательные навыки и координацию движений в пространстве.	Гимнастические скамейки, «мячики-ежики» по количеству детей, палочки по количеству детей, колпак «скомороха», веревка, платки для игры и на оформление, картинки гуся и уток.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы,
----------	--	--	---------------------------	---	--	---

				Развивать умение выполнять парные и коллективные действия.		Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/08/31/konspekt-fizkulturnogo-zanyatiya-v-starshey-gruppe-yarmarka
2			«Мы туристы»	Упражнять детей в ходьбе по скамейке приставным шагом, ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Развивать у детей ловкость, внимание, быстроту реакции. Совершенствовать у детей ходьбу и бег в колонне по одному. Закрепить навыки детей в ходьбе на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, в полуприседе, а также в ходьбе змейкой. Закрепить прыжки «змейкой»	Рюкзаки, предметы для сборов, панно «лес», 2 гимнастические скамейки, зрительные ориентиры, сундучок, канат, игрушки, цветы, угощения.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под

				между предметами, а также умение пролезание под дугу. Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в занятии.		ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://dohcolonoc.ru/conspect/2791-konspekt-syuzhetnogo-fizkulturnogo-zanyatiya-my-turisty.html
3			«Гуси – лебеди»	Продолжать учить детей бегать легко и ритмично. Закрепить различные виды ходьбы, бега. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке прямо, перешагивая через предметы (кубики). Повторить прыжки на обеих ногах из обруча в обруч с продвижением вперёд. Формировать правильную осанку. Способствовать развитию ловкости и координации движений. Развивать внимание, память, зрительное восприятие.	Гимнастическая скамейка, канат, дуга, обручи, кегли.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под

				Воспитывать дружеское отношение, вызвать желание в оказании помощи друг другу.		ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: https://infourok.ru/syuzhetnoe-fizkulturnoe-zanyatie-gusilebedi-dlya-detey-starshey-gruppi-detskogo-sada-976324.html
4			«Мой веселый мячик»	Продолжать учить детей выполнять различные задания с мячом во время ходьбы и бега: прокатывание мяча, ходьба и прыжки с продвижением вперед, с зажатым мячом между ног, отбивание мяча в движении правой рукой (ведение мяча). Развивать физические качества: быстроту и ловкость. Развивать морально-волевое качество - настойчивость. В процессе игры воспитывать честность, дружелюбие,	Мячи большого диаметра по количеству детей, гимнастическая скамейка, ориентиры – 2 шт, дуги – 3шт., мячи среднего диаметра по количеству детей.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного

				организованность.		образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/03/22/plan-konspekt-tematicheskogo-fizkulturnogo-zanyatiya-s-myachom-v
--	--	--	--	-------------------	--	---

Ноябрь

1			«Волшебная ленточка».	Учить детей удивляться, очаровываться предметом и действием с предметом. Развивать умственные способности при решении двигательных задач. Закреплять выполнения упражнений с лентами, используя различные нетрадиционные варианты. Развивать у детей ловкость, быстроту, прыгучесть.	Ленты (по 1 метру) по количеству детей группы, магнитофон.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная
---	--	--	------------------------------	---	--	--

						общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de_tskiy-sad/fizkultura/2012/02/28/plan-konspekt-fizkulturnogo-zanyatiya-v-starshey-gruppe-vesyolaya
2			«На помощь медвежонку»	Формировать у детей здоровый образ жизни, в игровой форме развивать ловкость, быстроту, силу. Прививать интерес к сказкам, умение сопереживать им, приходить на помощь, формировать навыки сотрудничества детей друг с другом.	Обручи, спилы, игрушка — мишка, гимнастическая скамейка, дуга, музыкальное сопровождение, муляж пенька	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до

						школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://portal2011.com/na-pomoshh-medvezhonku/
3			«Долина веселых движений»	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную, с выполнением заданий. Продолжать учить детей перестроению из одной колонны в три; продолжать учить детей занимать исходное положение, выполнять упражнения в соответствии с темпом музыки; продолжать отрабатывать технику прыжка, энергично отталкиваться от	Средние мячи по количеству детей, 4 стойки с натянутой верёвкой, 5 обручей, 8- 10 шишек, 4 гимнастических палки.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа

				поверхности двумя ногами, с продвижением вперёд, в высоту и мягком приземлении при подпрыгивании; упражнять детей в ползании по прямой и подлезание под верёвку, продолжать учить детей бросать мяч вверх и ловить его двумя руками с хлопком. Способствовать развитию психофизических качеств: ловкости, быстроты. Воспитывать у детей выдержку, организованность, инициативность.		дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de_tskiy-sad/fizkultura/2011/10/04/syuzhetnoe-zanyatie-po-fizicheskomu-vospitaniyu-v-starshey-gruppe
4			«Теремок»	Упражнять детей в умении подлезать под дугу знакомыми способами. Учить детей выполнять движения по схемам. Развивать самостоятельность в	Гимнастические палки по количеству детей, схемы, дуги для подлезания, гимнастическая скамья, обручи,	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты

				подлезании под дугу по заданным схемам, двигательное творчество при движении через тоннель, из обруча в обруч, ходьбе по гимнастической скамейке. Воспитывать находчивость, смелость, выносливость.	тоннель.	занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://sundekor.ru/kursova2/prepodavatellyu/siuzhetnoe-fizkulturnoe-zaniatie-po-skazke-teremok/
--	--	--	--	--	----------	---

Декабрь

1			«Моряки»	Обучать детей ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени; закреплять навыки бега по наклонной доске вверх и вниз на носочках; метание	Скамья гимнастическая -2 шт., канат-3 шт., мешочки по кол-ву детей, наклонная доска.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты
---	--	--	----------	---	---	--

				предметов на дальность в горизонтальную цель; в подвижной игре «Акула и дельфин» совершенствовать умение быстро бегать с увертыванием. Развивать координацию и ловкость, чувство равновесия, глазомер, быстроту реакции. Воспитывать взаимоуважение, взаимовыручку		занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://vospitateljam.ru/plan-konspekt-fizkulturnogo-zanyatiya-v-starshej-gruppe-syuzhetnogo-xaktera-moryaki/
2			«Морское путешествие»	Воспитание у детей желание заниматься физической культурой. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по	Гимнастические скамейки (2 штуки), канат, кегли (10штук), туннель, сигнальные карточки,	Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа.

				гимнастической скамейке, ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках; лазания; сохранять равновесие при ходьбе по канату. Упражнять в беге «змейкой».	сундук с атрибутами для игры «Моряк» (акваланг, бинокль, штурвал, якорь), аудиозапись с шумом «Море».	Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://ped-kopilka.ru/blogs/larisa-anatolevna-kokurina/konspekt-syuzhetno-igrovogo-zanjatija-po-fizicheskoi-kulture-v-podgotovitelnoi-kshkole-grupe-morskoe-puteshestvie.html
--	--	--	--	---	--	---

3			«Три дня на необитаемом острове»	Учить лазить по наклонной лестнице с переходом на куб, закрепить умение в прыгивании с высоты на мягкое покрытие, упражнять в равновесии, в ползании на четвереньках по гимнастической скамейке, в подтягивании по скамейке на животе, совершенствовать умения выполнять основные движения осознано, быстро и ловко.	Наклонная лестница, мат, гимнастическая скамейка, куб.	Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://kladraz.ru/blogs/tatjana-yurevna-hripunova/konspekt-nod-po-fizkulture-dlja-detei-podgotovitelnoi-grupy-tri-dnja-na-neobitaemom-ostrove-1905.html
---	--	--	--	---	---	--

4			«Любимый цирк»	Развивать мышцы рук и плечевого пояса в упражнениях имитирующего характер животных. Продолжать учить сохранять равновесие и осанку при ходьбе по канату, держа мешочек на голове. Развивать умение пролезать в обруч, умение группироваться. Совершенствовать навыки владения мячом: бросание одной рукой и ловля другой.	Канат, мешочки с песком, мячи.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы:

						http://ds88.ru/9333-syuzhetno-igrovoe-zanyatie-fizicheskoy-kultury-v-podgotovitelnoy-gruppe-lyubimyy-tsirk.html
--	--	--	--	--	--	---

Январь

1			«Зимнее путешествие»	Формировать у детей ценностное отношение к здоровому образу жизни в зимних условиях. Развивать силу рук и ног при ползании по скамейке на животе. Упражнять в прыжках через кегли, метании мешочков на дальность правой и левой рукой; развивать равновесие и осанку при ходьбе по гимнастической скамейке с приседом на середине, перешагивании через кегли, Упражнять детей в разных видах ходьбы и бега, развивая быстроту, ловкость, внимание.	Конверт, иллюстрации с изображением героев мультфильма «Бременские музыканты», гимнастические скамейки, 10 кеглей, мешочки по количеству детей, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014
---	--	--	------------------------------------	--	--	---

						Интернет ресурсы: http://svsadik.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=87:-qq&catid=28:2013-10-15-18-52-33
2			«По следам невиданных зверей».	Формировать у дошкольников интерес и любовь к спорту, к физическим упражнениям через создание положительного эмоционального настроения. Способствовать развитию ловкости, быстроты, координации, прыгучести, глазомера, силу броска во время метания вдаль мячей правой и левой рукой. Закреплять умение сохранять осанку и равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры (по скамейке), сохранять равновесие в прыжках в длину с места при приземлении. Совершенствовать умение при перешагивании через «сугробы» (дугу).	Фонограммы песен «Валенки», «Следы невиданных зверей», попури музыки; -картонные валенки на каждого ребенка (предварительно изготовленные своими руками) ; -ориентиры, 20 шт. мягких мячей, 2 гимнастические скамейки, 4 набивных мячей, 6 обручей, 6 «сугробов»; -карточки со следами зверей, птиц.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет

						ресурсы: http://nsportal.ru/de/tsky-sad/fizkultura/2015/02/02/konspekt-zanyatiya-po-fizicheskoy-kulture-dlya-starshey-gruppy
3			«Веселые игры в зимнем лесу».	Продолжать учить ходьбе и беге с высоким подниманием бедра, ходьбе по ребристой доске. Упражнять в отбивании мяча. Повторить прыжки. Развивать ловкость и быстроту во время игры «Заморожу», глазомер при метании шишек в горизонтальную цель.	Гимнастические палки, игра "Разноцветные шарики", ребристая доска 1 шт., ящики с морскими камушками, шишки по количеству детей.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014

						Интернет ресурсы: http://mirdoshkolnikov.ru/vospitatelnyam/metodiki-prepodavaniya/item/176-konspekt-zanyatiya-po-fizkulture-v-starshey-gruppe-volshebnie-igri-v-zimnem-sadu
4			«Чудо листок».	Совершенствовать быстрый бег во время подвижных игр, закрепить навыки прыжков через предмет, совершенствовать зрительные функции детей, развивать умственные способности при решении двигательных задач, воспитывать и закреплять навыки правильной осанки.	Коробочка – посылка, листы бумаги формат А4, загадки, круги разного цвета, геометрические фигуры красного цвета, рисунок пчелка Майя, рисунок бабочка, метелочка синего цвета.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

						– М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://kladraz.ru/blogs/tatjana-yurevna-hripunova/konspekt-syuzhetno-igrovogo-nod-po-fizkulture-dlja-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta-po-teme-chudo-listok.html
--	--	--	--	--	--	---

Февраль

1			«Поездка в зоопарк»	Учить лазанью по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет по диагонали. Упражнять в прыжках, сохраняя равновесие и координацию. Продолжать обучение ползанию по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. Закрепить навыки разновидностей ходьбы, сохраняя при этом осанку.	Колечки – 8 шт; мячи – 4 шт; скамейка – 2 шт; изображение «обезьяна», «медведь», «лиса», «заяц», «змея»; шнур или канат.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная
----------	--	--	----------------------------	---	--	--

				Развивать ловкость, глазомер, внимание.		ная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://www.kindergarten.ru/metodichka/poezdka-v-zoopark.htm
2			«Страна счастья»	Учить вести мяч ногой по кругу вправо и влево, останавливать ногой; закрепить умение отбивать мяч одной рукой, стоя на месте; совершенствовать умение вращать обруч на талии. Развивать ловкость, быстроту реакции, координацию движений, внимание, настойчивость в достижении цели.	Мячи, обручи по количеству детей, музыкальное сопровождение В.И. Шаинский «Вместе весело шагать».	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под

						ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de_tskiy-sad/fizkultura/2011/01/18/konspekt-igrovogo-fizkulturnogo-zanyatiya-strana-schastya-v
3			«Красный, желтый, голубой...»	Продолжать формировать двигательные умения и навыки движений с мячом: бросание, ловля, прокатывание рядом со скамейкой одной рукой, отбивание одной – двумя руками, прыжки и ходьба с	Мячи	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-

				мячом, зажатым ногами, бросание в цель, ведение ногами. Развивать физические качества: ловкость, выносливость, быстроту реакции и уверенность в движениях; меткость и глазомер; Вызвать у детей интерес к играм и упражнениям с мячом, воспитывать организованность, самостоятельность в двигательной деятельности.		СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://ped-kopilka.ru/blogs/ok-sana-sergeevna-padalko/syuzhetnoe-fizkulturnoe-zanjatie-v-podgotovitelnoi-grupe.html
--	--	--	--	--	--	--

4			"Путешествие в страну смешариков»	Упражнять в бросании мяча об пол и ловля двумя руками, закрепить навык передачи мяча без падения. Совершенствовать навыки правильной осанки в разных видах ходьбы. Развивать физические качества: ловкость, выносливость, быстроту реакции и уверенность в движениях с мячом.	Разные виды коррекционных дорожек; мячи по количеству детей; мячик - мякиш; игрушка -смешарик Ньюша, воздушные шарик в виде разных фигурок в подарок детям.	Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://festival.1september.ru/articles/571600/
---	--	--	---	--	--	--

Март

1			«Снова на арене цирка»	Продолжать учить детей ходить по кругу друг за	Обруч, доска, мячи.	Пензулаева Л.И.Физкультурн
---	--	--	--------------------------------------	---	----------------------------	-----------------------------------

				другом, не шаркая ногами; с поднятыми вверх руками; с хлопками над головой; ходьбе на четвереньках, носках, с прыжком через стоящий вертикально обруч. Закреплять умения детей бегать с высоким подниманием колен; ходить по доске, лежащей на полу; в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками; вращать обруч на поясе. Учить детей сохранять правильную осанку. Развивать двигательную активность. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями.		ые занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://pozdravrebena.ucoz.ru/news/konspekt_sjuzhetno_f
--	--	--	--	--	--	---

						izkulturnogo_zanjat ija_v_starshej_grup pe/2015-02-11-162
2			«В мире цветов».	Продолжать учить детей ходить по гимнастической скамейке с перешагивание через предметы. Упражнять в подлезание под дугу без помощи рук. Закреплять навык спрыгивания с мягким приземлением и прыжков с продвижением вперед.	2 гимнастических скамейки, мешочки, веревочки, маты, дуга, стойки с веревкой, обручи, массажные коврики, обручи с цветами, цветы для обозначения станций (гвоздики, ромашки, васильки), эмблемы с изображением колокольчиков и ромашек.	Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2013/10/30/konspekt-

						<u>fizkulturnogo-</u> <u>zanyatiya-v-</u> <u>starshey-gruppe-</u> <u>po-tipu</u>
3			«Смелые ребята»	Закреплять у детей навыки ведения мяча правой и левой рукой. Совершенствовать умение детей подтягиваться в положении лежа, с поочередным движением рук на гимнастической скамейке.	Мячи, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание

						дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de_tskiy-sad/fizkultura/2013/02/25/tematicheskoe-planirovanie-kruzhka-po-fizicheskoy-kulture-teatr
4			«В лес за подснежниками»	Учить детей выполнять основные движения: подлезание под дуги на четвереньках, перешагивание через предметы, ходьба по ограниченной поверхности, бросание мяча в цель. Закреплять прыжки детей на двух ногах с продвижением вперед. Развивать общую моторику, умение ориентироваться в пространстве.	Дуга, кубики, мячи, обручи.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой,

						М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de tskiy- sad/fizkultura/2013 /02/25/tematichesk oe-planirovanie- kruzhka-po- fizicheskoy- kulture-teatr
--	--	--	--	--	--	---

Апрель

1			«Звуки космоса»	Воспитывать устойчивый интерес к выполнению физических упражнений. Тренировать равновесие и координацию движений (при уменьшении площади опоры). Развивать умение, применять полученные знания на	Гимнастическая скамейка, кегли, доски, дуга.	Пензулаева Л.И. Физкультурн ые занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-
----------	--	--	------------------------	--	---	---

				практике. Развивать ловкость, смекалку, быстроту реакции.		СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2013/02/25/tematicheskoe-planirovanie-kruzhka-po-fizicheskoy-kulture-teatr
2			«Физкультура нам нужна»	Продолжать учить детей следить за осанкой, закреплять навыки прыгать на двух ногах с продвижением вперед, развивать глазомер при метании мяча в цель,	Кубики, флажки, мячи, лестница, ленточки, канат, палки для перепрыгивания.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.:

				упражнять в лазании по лестнице, сохранять координацию во время бега между предметами, расширять знания о значении физических упражнений для организма человека.		МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурс http://www.i-deti.ru/detskie-sady-au/arhiv/igrovoe-zanyatie/nominaciya-igrovoe-zanyatie-cvetik-semicvetik-konspekty :
3			«Веселые дождевые капельки»	Упражнять детей прыгать в длину с места. Закрепить умение ползать по скамейке на животе. Совершенствовать умение ходить по узкой рейке гимнастической скамейки.	Шнур, гимнастическая скамейка, узкая рейка.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-

						СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/de_tskiy-sad/fizkultura/2013/02/25/tematicheskoe-planirovanie-kruzhka-po-fizicheskoy-kulture-teatr
4			«Золотой ключик»	Упражнять детей в ходьбе широким и мелким шагом, в полуприсяде, со сменой ведущего. Совершенствовать ползание на четвереньках в замкнутом пространстве.	Палка гимнастическая с привязанной погремушкой, кегли, доски.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.:

				Отрабатывать толчок в прыжках вверх с разбега.		МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004.
--	--	--	--	--	--	---

Май

1			«Поющий лес»	Закреплять мышцы рук и плечевого пояса в общеразвивающих упражнениях имитирующего характера.	Гимнастическая скамейка, кубики, мячи, обручи.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа.
----------	--	--	---------------------	--	--	--

				Продолжать учить сохранять равновесие и осанку при ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая кубики. Упражнять в прыжках через мячи, расположенные в ряд. Совершенствовать мягкость приземления, легкость прыжка. Развивать умение пролезать в обруч, умение группироваться.		Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004. Интернет ресурсы: http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/12/09/konspekt-syuzhetnogo-
--	--	--	--	---	--	---

						zanyatiya-po-fizicheskoy-kulture-poyushchiy
2			«Скакалочка – превращалочка»	Развивать координацию движений, умение прыгать через скакалку. Совершенствовать прыгучесть, ловкость.	Скакалки	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://www.maam.ru/detskijsad/konspekt-nod-po-fizicheskoi-kulture-dlja-detei-starshei-

						grupy-skakalochka-prevraschalochka.html
3			«Мы - альпинисты»	Совершенствовать умение детей влезать на гимнастическую стенку не пропуская реек, с переходом с пролета на пролет приставным шагом. Закреплять умение прыгать из обруча в обруч, ноги вместе. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной площади опоры. Воспитывать ловкость, смелость, выносливость.	Гимнастическая стенка, обручи, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://xn---12-53dwcf1akj7fei.xn-p1ai/?page_id=884
4			«Целый год за	Формировать у детей интереса	4 фонарика (зеленый,	Пензулаева

			Один миг».	к занятиям физической культуры. Закреплять соблюдать равновесие при ходьбе по канату приставным шагом боком, упражнять в ползании на четвереньках. Упражнять детей в ходьбе и беге с заданиями. Развивать координацию движений, выносливость, ловкость. Прививать интерес и любовь к спорту и физкультуре.	красный, желтый, белый), канат, кегли, мячи.	Л.И.Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014 Интернет ресурсы: http://ped-kopilka.ru/blogs/marina-aleksandrovnaluzina/konspekt-neposredstvennoi-obrazovatelnoi-deyatelnosti-celyi-god-za-odin-mig-10352.html
--	--	--	--------------------------	---	---	---

Диагностика физической подготовленности детей средней группы

Диагностическая карта физической подготовленности

Группа _____

Дата проведения: 09.20 г. - 10.20 г.

04.20 Г. - 05.20 Г.

Диагностику провел: _____

(Ф.И.О., должность)

[illegible]

19.													
20.													
21.													
22.													
23.													
Итоговый показатель по группе (среднее значение)													

Образовательная область «Физическое развитие»

1. Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о гол.

Методы: проблемная ситуация, наблюдение в быту и организованной деятельности.

Материал: мяч, корзина, стойка-цель.

Форма проведения: индивидуальная, подгрупповая.

Задание: «Попади в корзину мячом правой рукой, потом левой рукой. Теперь попробуем попасть в стойку-цель. Теперь играем в игру «Лови мяч и отбивай»».

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям:

1балл - ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

2балла ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

3балла — ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;

4балла — ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

5баллов — ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Литература:

1. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е.

Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ – 2014

2 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009.

3 Рунова М.А. Радость в движении. М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника». – 2004.

4 Интернет ресурсы:

<http://www.i-deti.ru/detskie-sady-au/arhiv/igrovoe-zanyatie/syuzhetno-igrovoe-zanyatie-po-fizkulture-dlya-detey>

<http://dohcolonoc.ru/fizicheskoe-vospitanie/6383-nod-olimpijskie-nadezhdy.html>

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2015/03/23/obrazovatel'naya-deyatelnost-po-fizicheskoy-kulture-dlya-starshey>

<http://festival.1september.ru/articles/609584/>

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2012/08/31/konspekt-fizkulturnogo-zanyatiya-v-starshey-gruppe-yarmarka>

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2011/10/04/syuzhetnoe-zanyatie-po-fizicheskomu-vospitaniyu-v-starshey-gruppe>

<http://www.maam.ru/detskisad/konspekt-nod-po-fizicheskoi-kulture-dlja-detei-starshei-grupy-skakalochka-prevraschalochka.html>

http://xn----12-53dwcf1akj7fei.xn--p1ai/?page_id=884