



Республика татарстан
город Набережные Челны

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОМУ НАПРАВЛЕНИЮ РАЗВИТИЯ ВОСПИТАННИКОВ №95 «БАЛКЫШ»

ЗДОРОВИНКИ
ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ
ГРУППЫ КРАТКОВРЕМЕННОГО ПРЕБЫВАНИЯ
«ВЫРАСТАЙКА»

Физическое развитие детей раннего возраста.

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

Задачи:

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

Сентябрь.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.

Как я провел лето.	Осень. Едет с поля урожай.	Осенний лес. Ягоды. Грибы.	Труд людей. Профессии.
1.ОРУ 2.Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором. Учить ходить между 2 мя линиями, сохраняя равновесие. П/И «Бегите ко мне» 3.Логоритмика «Пруд»	1.ОРУ 2.Учить: ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Подпрыгивать на 2х ногах на месте. П/И «Догони меня» 3.Логоритмика «Яблоки»	1.ОРУ 2.Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками. П/И «Собери ягоды» 3.Логоритмика «По ягоды»	1.ОРУ 2.Учить: ходить и бегать колонной по одному всей группой. Подлезать под шнур. П/И«Найди свой домик» 3.Пальчиковая гимназия. «Молоток»

Октябрь.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать,

сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.

Осень. Сезонные изменения.	Мир природы. Перелетные птицы.	Мир природы. Дом.животные и их детеныши	Мир природы. Дом.птицы.
<p>1.ОРУ 2.Учить: -ходить и бегать по кругу; -сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте. П/И«Солнышко и дождик» 3.Логоритмика «Ветер»</p>	<p>1.ОРУ 2.Учить: -во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал инструктора; -при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мячей. П/И «Села птичка на окошко» 3.Считалочка «Птички»</p>	<p>1.ОРУ 2.Учить -останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу инструктора; -подлезать под шнур. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади. П/И«Воробушки и кот» 3.Звуковое упр. «Кто как кричит?»</p>	<p>1.ОРУ 2.Закреплять умение ходить и бегать по кругу. Учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу. Упражнять в ползании на четвереньках. П/И «Курочка» 3.Логоритмика «Гусь»</p>

Ноябрь.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.

Моя страна Россия.	Я и моя семья.	Творчество писателей.	День рождение д/с.
<p>1.ОРУ 2.Упражнять в</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять:</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять:</p>	<p>1.ОРУ «Торт» 2.Закреплять</p>

<p>ходьбе и беге. <i>Учить:</i> -сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади; -мягко приземляться в прыжках. П/И «Поезд» 3.Дых.упр.</p>	<p>-в ходьбе колонной по одному; -в прыжках из обруча в обруч. <i>Упражнять</i> приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча. П/И «У медведя во бору» 3.Пальчиковая гимн. «Моя семья»</p>	<p>- в ходьбе колонной по одному; -ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; -ползать на четвереньках. П/И «Бежать к флажку» 3.Дых.упр.</p>	<p>умение подлезать под дугу на четвереньках. <i>Упражнять:</i> -в ходьбе по уменьшенной площади. П/И «Каравай» 3.Дых.упр. «Задуй свечи»</p>
--	---	--	--

Декабрь.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.

Зима. Сезонные изменения.	Зима. Зимующие птицы.	Зима. Жизнь животных зимой.	Зимние забавы и развлечения.
<p>1.ОРУ 2.<i>Учить:</i> -ходить и бегать в рассыпную, используя всю площадь зала; -сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. <i>Упражнять</i> в приземлении на полусогнутые</p>	<p>1.ОРУ 2.<i>Учить:</i> -ходить и бегать по кругу; -мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги. <i>Упражнять</i> в прокатывании мяча. П/И «Воробушки и автомобиль» 3.Логоритмика</p>	<p>1.ОРУ 2.<i>Учить:</i> -ходить и бегать в рассыпную; -катать мяч друг другу, выдерживая направление; -подползать под дугу. П/И «Зайчик» 3.Пальчиковая гимн. «Зайчики»</p>	<p>1.ОРУ 2.<i>Учить:</i> -ходить и бегать по кругу; -подлезать под шнур, не касаясь руками; -сохраняя равновесие при ходьбе по доске. П/И «Дед мороз» 3.Логоритмика «Мороз»</p>

ноги. П/И «Снег» 3.Дых.упр. «Снежинки»	«Воробей»		
---	-----------	--	--

Январь.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя темп бега в соответствии с указаниями инструктора, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.

В гостях у сказки.	Мой дом. Приглашаем в гости (посуда).	Что из чего и для чего (предметы дом.обихода).	Мой дом. Я здесь живу (мебель).
<p>1.ОРУ</p> <p>2.Познакомить: -с перестроением и ходьбой парами; -сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске. Упражнять в прыжках, продвигаясь вперед. П/И «Козлята» 3.Логоритмика «Коза рогатая»</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Учить: -ходить и бегать врассыпную при спрыгивании; -мягкому приземлению на полусогнутые ноги; -прокатывать мяч вокруг предмета. П/И «Трамвай» 3.Логоритмика «Посуда»</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе парами и бег врассыпную; -прокатывать мяч друг другу; -подлезать под дугу, не касаясь руками пола. П/И «Найди свой домик» 3.Логоритмика «Тук-тук»</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе и беге с остановкой на сигнал инструктора; -подлезать под шнур, не касаясь руками пола. Формировать правильную осанку при ходьбе по доске. П/И «Мыши в кладовой» 3.Пальчиковая гим. «Стул»</p>

Февраль.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физ.активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.

Я и мое здоровье (спорт, витамины)	Я и мое здоровье. Я расту (части тела, лица)	Моя страна. Защитники Отечества (военная техника).	Мир природы. Природа Крайнего севера.
<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе и беге врассыпную; -в прыжках из обруча в обруч. Учить ходить переменными шагами через шнур. П/И «Старты»</p> <p>3.Считалочка «Яблоко»</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе и беге колонной по одному, выполняя задания; -в прокатывании мяча друг другу. Учить приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании. П/И «Птички и птенчики»</p> <p>3.Физминутка «Моем»</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе переменным шагом через шнур; -в беге врассыпную; -бросать мяч через шнур; Подлезать под шнуром, не касаясь руками пола. П/И «Курочка хохлатка»</p> <p>3.Ходьба «Солдаты»</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе колонной по одному, выполняя задания; -в беге врассыпную; -пролезать в обруч, не касаясь руками пола; -сохранять равновесие при ходьбе по доске. П/И «Ручейки и озера»</p> <p>3.Логоритмика «Мороз»</p>

Март.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в п/и и физ.упр., согласовывать движения.

Я и моя семья. Наши мамы.	Комнатные растения.	Весна стучится к нам в окна.	Русский фольклор.
<p>1.ОРУ</p> <p>2.Учить: -ходить и бегать по кругу; -сохранять устойчивое</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Познакомить с прыжками в</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе и беге по кругу; -в ползании по скамейке на</p>	<p>1.ОРУ</p> <p>2.Упражнять: -в ходьбе парами; -в беге врассыпную; -в ходьбе с</p>

<p>равновесие при ходьбе по уменьш. площади; -мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед. П/И «Тише мама спит» 3.Пальчиковая гимн. «Моя семья»</p>	<p>длину с места. <i>Учить</i> прокатывать мяч между предметами. П/И «Вейся веноч! Завивайся веноч» 3.Пальчиковая гимн. «Цветок»</p>	<p>ладонях и коленях. <i>Учить</i> бросать мяч о пол и ловить 2мя руками. П/И «Солнышко и дождик» 3.Физминутка «Солнце»</p>	<p>перешагиванием через предметы. <i>Учить</i> правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу. П/И «Дедушка Сысой» 3.Потешка «Ай тари»</p>
--	--	---	--

Апрель.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное инструктором направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить 2мя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству.

Весна.	Земля-наш общий дом. Космос.	Земля-наш общий дом. День земли.	Весной. Животный мир весной.
<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; -сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; -в прыжках в длину с места. П/И «Курочка хохлатка» 3.Физминутка «Солнце»</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -ходить колонной по одному; -бегать врассыпную; -в прыжках с места. <i>Продолжать</i> учить приземляться одновременно на обе ноги, упражнять в бросании мяча об пол. П/И «Лохматый</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -ходить и бегать врассыпную; -бросать мяч вверх и ловить его 2мя руками; -ползать по доске. П/И «Мыши в кладовой» 3.Медленная ходьба.</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -в ходьбе и беге колонной по одному; -влезать на лесенку; - в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. П/И «Воробушки и автомобиль» 3.Физминутка «Лебедушка»</p>

Май.

Планируемые результаты к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями инструктора, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его 2мя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физ. активности, в самостоятельной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.

Праздник весны и труда.	День победы.	Транспорт (светофор, зебра)	Неделя здоровья.
<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -ходить и бегать по кругу; -сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; -в перепрыгивании через шнур. П/И «Мыши в кладовой» 3.Физминутка «Водичка»</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -ходить и бегать в рассыпную; -в подбрасывании мяча; -в приземлении на носки, в прыжках в длину с места. П/И «Собачка Жучка» 3.Ходьба «Солдаты»</p>	<p>1.ОРУ 2.Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его. Упражнять: -х. колонной по одному, выполняя задания по сигналу; -в беге в рассыпную; -в ползании по скамейке на ладони. П/И «Светофор» 3.Физм«Мы едим»</p>	<p>1.ОРУ 2.Упражнять: -в ходьбе, отработывая переменный шаг и координацию движений, и беге в рассыпную; -в равновесии. Закреплять умение влезать на лесенку, не пропуская реек. П/И «Огуречик» 3.Дых.упр.</p>