МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ГОРОДА НОВОСИБИРСКА

«Детский сад № 304 комбинированного вида»

Юридический адрес: 630090, г. Новосибирск, ул. Детский проезд, 17,19

электронная почта: [Ds\_304\_nsk@nios.ru](mailto:Ds_304_nsk@nios.ru)

Принято на заседании Утверждено:

Педагогического совета Заведующий МКДОУ д/с № 304

Протокол № \_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Вдовина И.Г.

от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_\_\_г. от ­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

**Рабочая программа**

разработана на основании программы «Играйте на здоровье» Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова

для детей от 3-7 лет на период 2019-2024 учебный год

(образовательная область: «Физическое развитие»)

Составитель:

Абрамова Е.М., старший воспитатель

г. Новосибирск, 2019

**Содержание**

**I. Целевой раздел**

1.Пояснительная записка…………………………………………...…………….3

1.1.Цели и задачи реализации программы…………………………………...….3

1.2.Принципы и подходы к формированию программы ……………………....4

1.3.Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста…………………………....….4

2.Планируемые результаты освоения программы

2.1. Целевые ориентиры…………………………...……………………..…….....4

2.2. Система оценки результатов освоения Программы…………………….….5

**II. Содержательный раздел**

1.Образовательная область «Физическое развитие»……………………...........7

2.Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы12

3.Реализуемые технологии……………………………………………………….13

4.Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников …………………………………………………………..……......13

5. Социальное партнерство…………………………………………………..…13

6. Образовательная деятельность по части Программы, формируемой участниками образовательных отношений…………………………………......14

* **Организационный раздел.**

1.Описание материально-технического обеспечения программы……….…………………………………………………………….....36

2.Особенности традиционных событий, праздников,

мероприятий………..............................................................................................36

**ΙV. Краткая презентация Программы.**

1.Используемые Примерные программы……………………………...……….38

* 1. **Целевой раздел**

1. **«Пояснительная записка»**

Дополнение к образовательной области «Физическое развитие» по реализации парциальной программы «Играйте на здоровье», авторы: Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова для детей 3-7 лет в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Основная образовательная программа Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения д/с № 304;

**-** ФГОС ДО (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155) глава II, п. 2.1. п.2.3;

**-**Парциальная программа «Играйте на здоровье: программа и технология ее применения в ДОУ (3-5 лет), (5-7 лет)» /Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова – М: Вентана – Граф, 2015г.

**Актуальность.**

Все чаще можно встретить во дворе скучающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм, слабых и неумелых мальчишек и девчонок. Многие ребята перестали выходить играть во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: телеиграм, занятиям с конструкторами, просмотру мультфильмов.

Это подтверждает озабоченность педагогов и врачей: мало, очень мало двигаются дети! А для ребенка потеря в движениях — это потеря в здоровье, знаниях, развитии. Именно в подвижных играх ребенок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений, реализоваться и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний.

Актуальность настоящей дополнительной программы физкультурно-спортивной направленности « Играйте на здоровье» связана с необходимостью повышения эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста.

**1.1. Цели и задачи реализации программы**

Цели и задачи программы «Играйте на здоровье!» Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова:

-формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

-обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;

-содействие развитию двигательных способностей;

-воспитание положительных морально - волевых качеств; -формирование привычек здорового образа жизни.

**1.2.Принципы и подходы к формированию Программы:**

* соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
* сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
* соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
* обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников: - строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

-предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

* предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми;
* строится с учетом региональных особенностей организации образовательного процесса.

Индивидуально – дифференцированный подход в реализации парциальной программы «Играйте на здоровье!» является ключевым, системообразующим средством оздоровления детей.

**1.3. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

**Часть Программы, формируемая участниками образовательных**

**отношений**

Парциальная программа «Играйте на здоровье!» для дошкольных образовательных организаций рассчитана на контингент детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

1. **Планируемые результаты освоения Программы**

**Часть Программы, формируемая участниками образовательных**

**отношений**

**2.1. Целевые ориентиры** на этапе завершения освоения парциальной программы «Играйте на здоровье» Волошина Л.Н, Курилова Т.В.: сформированность устойчивого интереса к подвижным играм и играм с элементами спорта, игровым упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности; обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями; правильная техника выполнения элементов игр; развитие двигательных способностей; воспитание положительных морально-волевых качеств; сформированность навыков и стереотипов здорового образа жизни, дети имеют представления о спортивных играх: баскетбол, хоккей, футбол, бадминтон, городки, 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.

**2.2. Система оценки результатов освоения Программы**

*Оценка уровня физической подготовленности к игре городки*

*3-5 лет*

1. Сила кистей рук / правой и левой / измеряется детским динамометром, показатели заносятся в таблицу.
2. Дальность броска биты /правой и левой рукой/ измеряется расстояние, оцениваются качественные показатели: исходное положение, прицел, бросок, сохранение равновесия.
3. Глазомер / оценивается количество точных попаданий правой и левой рукой в один городок из пяти бросков – расстояние 3 метра.

*5-7 лет*

1. Сила кистей рук (правой или левой); измеряется детским динамометром; показания заносятся в таблицу.

2.Дальность броска биты правой или левой рукой: измеряется расстояние, оцениваются качественные показатели (исходное положение, прицел, бросок, сохранение равновесия).

3.Глазомер: оценивается число точных попаданий правой или левой рукой в один городок из пяти бросков (расстояние 3 метра).

*Оценка уровня физической подготовленности к игре бадминтон*

*3-5 лет*

1. «Подбрось-поймай» - (чувство «мяча» - глазомер, количество повторений)
2. «Отрази волан» (подвешенный на веревочке, количество раз).
3. «Постой на ракетке» (постоять на ракетке на одной ноге в сек).

*5-7 лет*

1.«Подбей волан ракеткой» (число раз, координация, ловкость).

2.«Отрази волан» (точность, сила удара; на сколько метров пролетел волан).

3.«Загони волан в круг» (подача волана снизу). Задача — попасть в обруч (техника, точность подачи).

4.«Перебей волан через сетку» (сила удара, техника выполнения).

*Оценка уровня физической подготовленности* к *игре хоккей*

*3-5 лет*

1.Ведение шайбы клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы ( техника, глазомер, скорость передвижения).

2.Удары по воротам с места (меткость, сила)

3.Ведение шайбы между предметами расстояние 10 метров (расстояние между предметами 2 м).

* 1. *лет*

1.Ведение шайбы, не отрывая клюшку от шайбы (техника, глазомер, скорость передвижения – 10 м.).

2.Ведение шайбы клюшкой между предметами. Расстояние между предметами - 2м, длина дистанции - 10м. (Координация движений, ориентировка в пространстве).

3.Удары по воротам с центра. Расстояние – 3 м. (меткость, сила).

*Оценка уровня физической подготовленности* к *игре баскетбол*

*3-5 лет*

1.Бег 10 метров с ходу (скорость бега, быстрота)

2.Челночный бег 30 метров (ловкость)

3. Броски мяча в вертикальную цель с расстояния 2-х метров (глазомер, сила)

4.Бросание и ловля мяча с расстояния 1,5-2 метров (техника, ловкость, глазомер)

*5-7 лет*

1. Челночный бег на 30 м (ловкость).
2. Прыжки в высоту с места (количественные показатели, сила).
3. Броски мяча в корзину с расстояния 3 м (глазомер, сила); высота кольца — 2 м.

*Оценка уровня физической подготовленности* к *игре в футбол*

*3-5 лет*

1.Бег 10 метров с ходу (скорость бега, быстрота)

2.Челночный бег 30 метров (ловкость)

3.Удар по неподвижному мячу (техника, сила удара, расстояние).

4.Ведение по прямой 5 метров (техника, скорость).

5.Удары по воротам 3 раза с расстояния 2-х метров (число попаданий, техника удара).

*5-7 лет*

1. Челночный бег на 30 м (ловкость, быстрота).
2. Ведение мяча между кеглями — 10 м; расстояние между кеглями — 2 м (ориентировка в пространстве, координация движений).
3. Удары по ворогам — 5 ударов (число попаданий, техника). Удары проводятся с расстояния в 4 м; размеры ворот — 1x2 м.

**II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**1.5.Образовательная область «Физическое развитие»**

**Часть Программы, формируемая участниками образовательных**

**отношений**

Раздел Рабочей общеобразовательной программы ДОУ дополняется технологиями программы «Играйте на здоровье!» /Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова – М: Вентана – Граф, 2015г.

Цели и задачи программы:

-формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

-обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;

-содействие развитию двигательных способностей;

-воспитание положительных морально - волевых качеств; -формирование привычек здорового образа жизни.

Программа является целостной, доступной системой обучения дошкольников спортивным играм полностью построена на игровой технологии, обеспечивает единство физического, психического и личностного развития, создает условия для гуманизации педагогического процесса.

Использование адаптированных игровых упражнений, игр-эстафет, подвижных игр как средств и форм организации физического воспитания предоставляет всем детям равные права в овладении ценностями физической культуры, дает право выбора, создает возможности для проявления личных интересов, способностей, творчества.

Реализация программы осуществляется с детьми 3-7 лет в ходе организованной двигательной деятельности (1 занятие в неделю), осуществляемой в физкультурном зале на свежем воздухе, а так же в режимных моментах.

Реализуются следующие направления парциальной программы:

**Футбол (сентябрь - октябрь)**

Задачи обучения

*Вторая младшая группа:*

1. Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол (играем с мячом ногами).
2. Формировать элементарные для футбола действия с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча, ведение, удар по воротам).
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
4. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер.
5. В процессе овладения действий с мячом совершенствовать технику ходьбы.

*Средняя группа:*

1. Познакомить детей с условиями для игры в футбол.
2. Создать представление об элементах техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, ведение мяча, удар по воротам).Учить игровому взаимодействию.
3. Развивать координационные способности, точность, выносливость.

*Старшая группа:*

1. Познакомить дошкольников с игрой в футбол, историей ее возникновения.
2. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; разучить индивидуальную тактику.
3. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость.

*Подготовительная группа:*

1. Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой.
2. Закрепить способы действий с мячом в футболе, учить их взаимодействовать с другими игроками, ориентируясь в игровом пространстве; совершенствовать моторику.
3. Формировать потребность и желание играть в футбол самостоятельно; развивать двигательную активность.

**Баскетбол (ноябрь)**

Задачи обучения

*Вторая младшая группа:*

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных и.п. – сидя, стоя на коленях, стоя).
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
3. Развивать согласованность движений, глазомер.
4. В процессе освоения действий с мячом развивать О.Д. – ходьбу, бег, прыжки, лазание.

*Средняя группа:*

1. Познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол, создавать общее представление о действиях в этой игре ( стойка, передача мяча, ведение мяча на месте и в движении)
2. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом.
3. Воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу.
4. Развивать координацию движений, точность, ловкость

*Старшая группа:*

1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия.
2. Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении.
3. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.

*Подготовительная группа:*

1. Разучить правила игры, познакомить с площадкой, действиями защитников, нападающих.
2. Помочь детям в овладении основами игры, совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; формировать стремление достигать положительных результатов; воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность в действиях.
3. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, силу, глазомер.

**Хоккей (декабрь-январь)**

Задачи обучения

*Вторая младшая группа:*

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними.
2. Учить водить клюшку, не отрывая ее от поверхности; ударять по неподвижной шайбе и останавливать шайбу клюшкой.
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве.
4. Воспитывать желание получить положительные результаты; выполнять простейшие требования безопасной игры.
5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками в игре хоккей.

*Средняя группа:*

1. Познакомить детей со стойкой хоккеиста, расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой.
2. Учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее; забивать шайбу с места в ворота, закрепить передачу шайбы в парах.
3. Создавать условия, обеспечивающие получение положительного результата в действиях с клюшкой и шайбой в парах.
4. Укреплять уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре; обеспечить соблюдение правил безопасной игры.
5. Развивать реакцию на движущийся объект, точность, быстроту.

*Старшая группа:*

1. Познакомить детей с увлекательной игрой в хоккей, необходимым для неё инвентарем, достижениями русских хоккеистов. Вызвать интерес и желание научиться играть в хоккей.
2. Учить подбирать клюшку и держать её правильно; вести шайбу разными способами: стоя на месте, по кругу, вправо и влево, не отрывая её от клюшки, вокруг предмета и между ними (кегли, кубики и т.д.).
3. Бросать шайбу в ворота с места – расстояние 2-3 м., увеличивать силу броска и расстояние. Ударять по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны. Забивать шайбу в ворота после ведения. Развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений.
4. Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем. Воспитывать выдержку, взаимопонимание.

*Подготовительная группа:*

1. Разучить с детьми правила игры в хоккей, развивать умение действовать правильно, учить играть командами.
2. Учить вести шайбу клюшкой толчками; бросать шайбу после ведения, увеличивать скорость движения и расстояние до цели. Ударять по медленно скользящей шайбе справа и слева, развивать скоростно-силовые качества, глазомер.
3. Побуждать детей к самостоятельной организации игры.

*Примечание:* в дошкольных учреждениях обучение элементам игры хоккей проводится без коньков.

**Городки (февраль-март)**

Задачи обучения

*Вторая младшая группа:*

1.Познакомить с русской народной игрой «городки», инвентарем для игры (бита, городок), элементами площадки для игры ( город, кон), несколькими фигурами (забор, ворота, бочка).

2.Отрабатывать элементарные действия с битой (брать, передавать, бросать), разучить способы ее метания (прямой рукой сбоку и от плеча).

3.Учить строить простейшие фигуры.

4.Развивать силу, глазомер.

5.Формировать осторожность, внимательность, побуждать к взаимодействию

* игровых ситуациях.

*Средняя группа:*

1. Познакомить с площадкой для игры «городки» (город, кон, полукон), закрепить названия и способы построения простейших фигур (забор, бочка, ворота), познакомить с новыми фигурами (рак, письмо).

2. Формировать технику правильного броска биты (способ - прямой рукой сбоку, от плеча).

3.Воспитывать интерес к русским народным подвижным играм.

4.Развивать координацию движений, точность.

5.Учить правилам безопасности в игре.

*Старшая группа:*

1. Формировать интерес к русской народной игре, познакомить с историей ее возникновения, с фигурами для игр; развивать умение строить фигуры.

* 1. Учить правильной стойке, действиям с битой, способам броска на дальность и в цель; показать важность правильной техники в достижении конечного результата.

3. Развивать силу, координацию и точность движений, глазомер.

*Подготовительная группа:*

1. Закрепить знания о фигурах, площадке для игры в городки, познакомить с новыми фигурами; раскрыть значение этой игры для укрепления здоровья, улучшения физических качеств; вызвать интерес к игре как форме активного отдыха.

2. Учить детей играть по правилам, действовать в командах; ориентировать их на достижение конечного результата — выбить городки из «города».

3. Формировать самостоятельность дошкольников в двигательной деятельности, умение сосредоточиться на поставленной задаче, чувство уверенности в своих силах.

**Бадминтон (апрель-май)**

Задачи обучения

*2 младшая группа*

1. Познакомить детей с воланчиком и ракеткой, показать свойства воланчика (легкий, прыгает, ломается, если обращаться не аккуратно)
2. Формировать действия с ракеткой (брать, держать, передавать, вращать), действия с маленьким мячиком (катать, бросать, ловить, отбивать)
3. Развивать мелкую моторику рук, согласованность движений.
4. Создавать ситуации, побуждающие детей проявлять усилия в овладении действиями с воланчиком и ракеткой, развивать эмоциональную сферу ребенка в действиях с воланчиком и ракеткой.
5. Воспитывать желание действовать с маленьким мячиком самостоятельно.

*Средняя группа*

1. Учить выполнять действия с воланчиком и ракеткой (катать, прокатывать, отбивать), формировать стойку.
2. Формировать бережное отношение к воланчику и ракетке.
3. Воспитывать терпение, уверенность в движениях, создавать условия для проявления положительных эмоций.
4. Развивать глазомер, согласованность движений, мелкую моторику рук.

*Старшая группа*

1. Познакомить с инвентарем для игры в бадминтон, свойствами воланчика; воспитывать бережное отношение к нему.
2. Формировать «чувство мяча», умение держать ракетку и действовать ей, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и воланчиком.
3. Развивать ловкость, глазомер, согласованность, быстроту движений.
4. Учить действовать в парах.

*Подготовительная группа*

1. Дать понятие о бадминтоне как о бадминтоне-варианте большого тенниса, познакомить с ее правилами.
2. Формировать простейшие технические приемы (стойка теннисиста, подача, прием воланчика), координацию движений.
3. Воспитывать выдержку, настойчивость, умение поддерживать партнерские отношения, согласованность действий при игре в парах, учить ориентироваться в игровой обстановке.

Содержание психолого – педагогической работы по реализации парциальной программы «Играйте на здоровье!» Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова соответствует разделу парциальной программы «Играйте на здоровье!» /Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова – М: Вентана – Граф, 2015г., 26 –

1. стр.

**2.Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы**

Программа определяет широкий комплекс действий, направленных на выбор способов, приемов, средств обучения с учетом уровня подготовленности и развития способностей детей, их физического состояния, здоровья, исключение факторов риска в развитии психоэмоциональной сферы ребенка.

Индивидуальные возможности детей развиваются в процессе обучения, подчиненном логике игры: игра-подводящая, игра-специальная. Игровые задания, упражнения в игровой форме придают обучению положительную эмоциональную окраску, делают процесс обучения двигательным действиям и совершенствования двигательных способностей более привлекательным.

Разнообразные способы достижения цели в игре, относительная самостоятельность действий, отсутствие жесткой регламентации дают возможность широкого выбора деятельности, развития творческих двигательных способностей, благоприятно сказываются на проявлении самостоятельности, инициативности, находчивости.

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.

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.

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, бит, городков). Есть занятия, где комплекс обшеразвивающих упражнений проводится в игровой или в имитационной форме, по карточкам-заданиям. 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 организованной образовательной деятельности по физической культуре решается доминирующая задача – воспитание интереса

* играм с элементами спорта.
  1. **Реализуемые технологии.**

**Здоровьесберегающая технология**

- использование элементов спортивных игр в режимных моментах,

- подвижные и малоподвижные игры,

- физминутки по названию видов спорта: «Футбол», «Хоккей» и т.д.

- утренняя гимнастика с использованием элементов спортивных игр,

- досуги и праздники с элементами спортивных игр,

- дыхательная гимнастика,

- релаксация.

**Игровая технология**

- подвижные игры,

- подводящие игры,

- специальные игры,

**-** психокоррекционные игры,

**-** игровые упражнения.

**Проектная технология**

- детские проекты «Такие разные мячи», «Юные олимпийцы», «Спорт- это жизнь» и другие.

**Исследовательская технология**

- самообследование перед тренировкой и во время тренировки: проверка пульса, частоты дыхания, осмотр в зеркале состояние кожных покровов.

* 1. **Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

**Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений**

Взаимодействие семьи и дошкольного образовательного учреждения в процессе физического развития детей дошкольного возраста осуществляется на основе принципа единства координации усилий ДОУ, семьи и общественности, на принципе совместной деятельности педагогов и семьи по воспитанию подрастающих поколений, помогая друг другу, дополняя и усиливая педагогическое воздействие на процесс полноценного физического развития детей дошкольного возраста.

* 1. **Социальное партнерство.**

**4. Образовательная деятельность по части Программы, формируемой участниками образовательных отношений.**

**Программа обучения детей игре «футбол»**

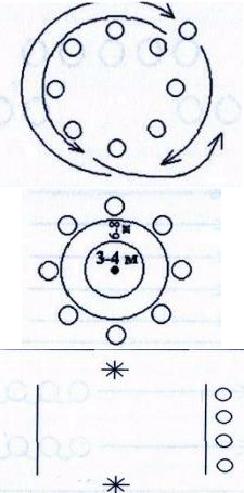
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | *СОДЕРЖАНИЕ* | | | |  |  |  |  |  | 2 младшая | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Средняя | | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | *ОБУЧЕНИЯ* | | |  |  |  |  | сентябрь-октябрь | | | | | | | | |  |  |  |  |  | сентябрь-октябрь | | | | | | | |  |  |  |  | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |  | 9 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  | 1 | 1 |  | 1 | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 | 1 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 | 1 |  | 2 | | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 1. «Мячи шалунишки» - | | | | | | - | - | - | - | - | - |  |  |  |  |  |  |  |  | - | - | - | - |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| ходьба и бег за катящимися | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| мячиками, | | остановить | | | мяч |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| ногой |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 2. Ходьба и бег в колонне с | | | | | | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| мячом в руках | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 3. ОРУ «Ловкие мячики» | | | | |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |
| 4. «Догони» - удар ногой по | | | | | | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  | + | + |  | + | | |  |  |
| неподвижному мячу | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 5.Прикати» – один ребенок | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| катит мяч руками, другой | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| останавоивает | | | ногой | | и |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| ударяет обратно. | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 6. «Не потеряй» – ведение | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  | + |  | + | + |  | + | | |  |  |
| мяча вокруг обруча | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 7.«Ловкие ножки» | | | | | – | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| ведение мяча по прямой | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 8. «У ребят – порядок | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| строгий» – ходьба и бег | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 9.ОРУ | «Веселые | | | ребята» | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| (средняя | | группа | |  | по |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| карточкам) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 10. «Гонка мячей» - ведение | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| мяча |  | в |  | разных | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| направлениях. | | | По | сигналу | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| остановка – нога на мяче | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 11. «Попади в ворота» – | | | | | |  |  |  |  |  |  | + | + |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| удар | по | неподвижному | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| мячу, |  | догнать | |  | на |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| четвереньках, | | | подлезая | | в |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| ворота | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| 12. «Мой веселый, звонкий | | | | | | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
| мяч» |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 13. | «Какого мяча нет» | | | |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14. | «Мяч под сетку» - | | | | две |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |
| команды | | ударом | |  | ноги |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| посылают | |  | на | сторону | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| противника | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15. | «Нарисуй мячик» – рисование пальцем в воздухе мячей разного размера | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |
| 16. | «Прокати» – прокатить мяч по скату руками, догнать его, остановить ногой; обратно - ведение мяча | | | | |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17. | «Ловкие ребята» – ведение мяча между набивными мячами | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |
|  |  | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18. | «Поворот» – ходьба и | | | | |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |
| бег в колонне с мешочком в | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| руках; по сигналу – поворот | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| кругом, постоять на одной | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ноге | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19. | «Остановись» – ходьба | | | | |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |
| врассыпную, | | | по | сигналу | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| остановка | | возле мешочка, | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| нога на мешочке, руки в | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| стороны, постоят | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20. | ОРУ с мешочками | | | |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |
| 21. «Детки и кот» – прыжки, бег. | | | | | |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |
| 22. | «Где котик?» | | |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |
| 23. | «Футбол мешочком» | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

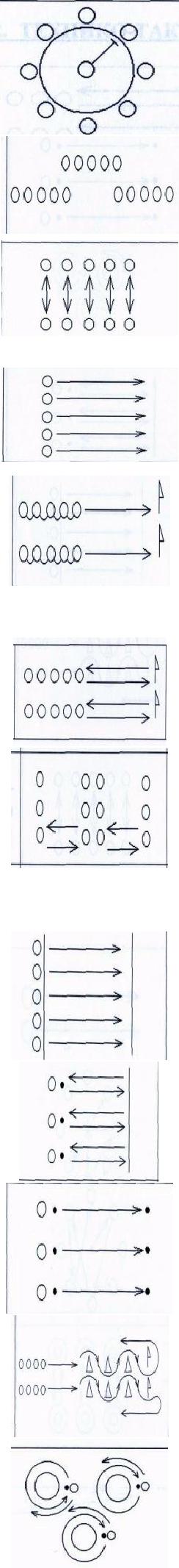
1. **Атлетическая подготовка**

**(Общефизическая и специальная подготовка)**

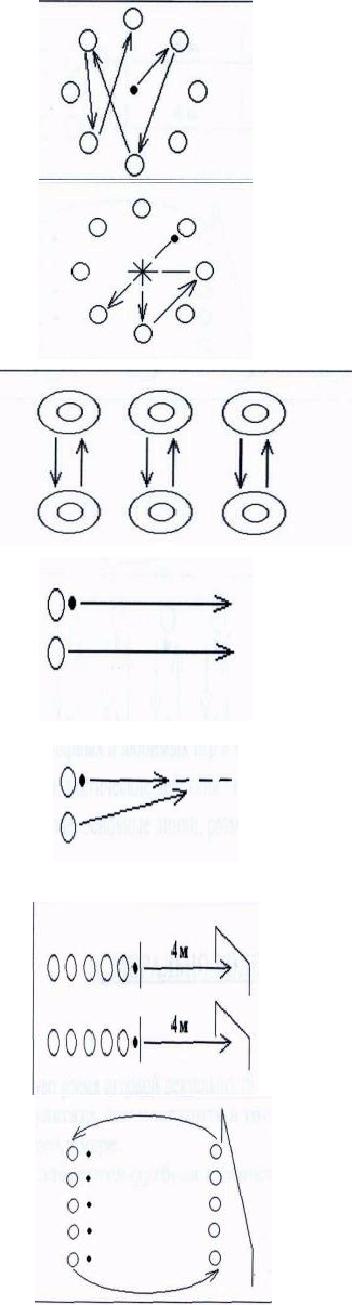
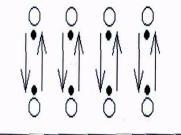
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Организация детей** |  |  |  | **Старшая группа** | | | | | | |  |  |  |  |  | **Подготовительная группа** | | | | | | | | | | |  |  |  |
| **обучения** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **Сентябрь-Октябрь** | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | **Сентябрь-Октябрь** | | | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 |  | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  | 1 |  | 1 | 1 |  |
|  |  |  | 0 | 1 | 2 |  |  | 0 |  | 1 | 2 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1. *«*Пустое место*»*** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(пятнашки с** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вызовом)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2. «Зайцы в** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **огороде» (русская** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **народная** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **подвижная игра)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. «Мы веселые** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ребята»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4. «Удочка»** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(прыжки через** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вращающуюся** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **веревку); с места.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. «Шишки,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **желуди, орехи»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6. *«*У ребят** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **подарок строгий»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7. «Сороконожки»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **(присев, упор** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **сзади, перебраться** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **за линию, кто** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **скорее)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8. «Дружные** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **ребята»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(гуськом крепко** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **держась за пояс** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **друг друга дойти** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **до флажка)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **2. Технико-тактическая подготовка** | | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1. «Обратный** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **поезд» (бег прямо** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **и спиной вперед)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2. «Точный удар»** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(игра в парах:** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **удары по** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **неподвижному** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мячу, приемы** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мяча – игровая** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **задача – не** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **потерять мяч)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. «Чей мяч** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **дальше?» (удары** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **по неподвижному** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мячу)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4. «Кто больше** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **отобъет?» (удар** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мяча о стенку и** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **обратно)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. «Кто скорее к** |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **финишу?»)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6. «Ловкие ребята»** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ведение мяча** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **между кеглями)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7. «Вокруг света»** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ведение мяча** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вокруг обруча** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **правой и левой** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ногой в разных** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **направлениях»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **8. «Не выпускать** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мяч из круга»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(дети быстро** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **передают мяч** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ногой по кругу)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9. «Подвижная** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **цель» (дети быстро** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **передают мяч** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ногой, стараясь** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **попасть в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **водящего).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10. «Ведение мяча** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **парами» (ребенок** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **без мяча бежит,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **меняя темп,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ребенок с мячом** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **должен не отстать)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11. «Футбол** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **Вдвоем*»*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(стараться точно** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **передать мяч** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **партнеру, ведение** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мяча с передачи).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12. «Борьба за** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **мяч» (один** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ребенок ведет мяч,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **другой вступает в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **борьбу)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **13. «Забей в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **ворота» (чья** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **команда больше** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **забьет мячей,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **поочередные** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **удары по воротам).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **14. «Забей в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **ворота» (вариант:** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **нападающие-** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **защитники** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **меняются** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **местами)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15. «С двумя** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **мячами» (два** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ребенка** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **одновременно** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **посылают друг** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **другу мяч)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16. Игра в футбол** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **по командам** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

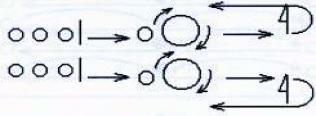
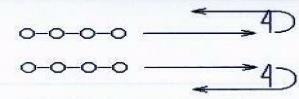
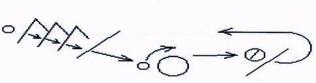
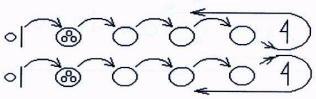
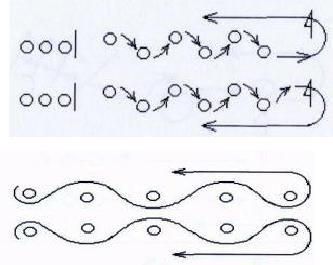
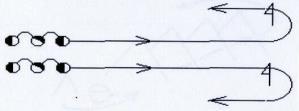
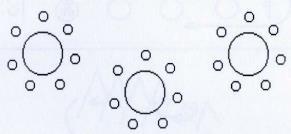
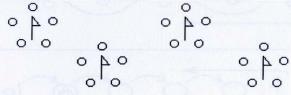


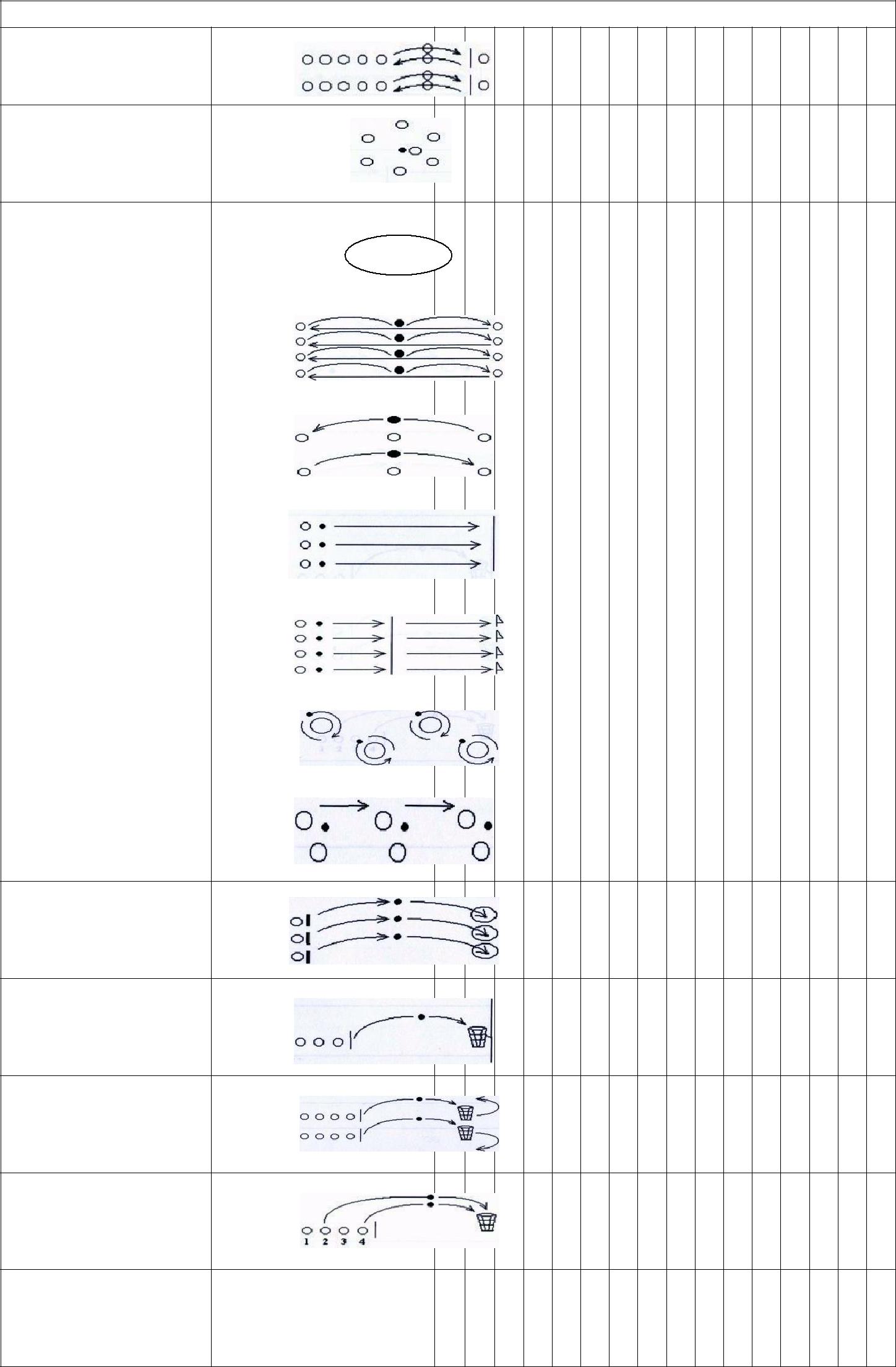
**Программа обучения детей игре в баскетбол**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание обучения | 2 младшая гр | | | | | | | | Средняя гр. | | | | | | | |
|  | Содержание обучения | Ноябрь | | | | | | | | Ноябрь | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15  16  17  18  19  20  21  22  23  24  25 | «Найди свой домик» - ходьба, бег в рассыпную, по сигналу поселиться в свой домик – обруч, расположенный на дорожке из обручей.  «Наши ножки ловко прыгают по дорожке» - прыжки на двух ногах, с ноги на ногу из обруча в обруч по дорожке из обручей.  «Обезьянки» - пролезание через обручи «змейкой», обручи расположены на дорожке.  «Не отдам мяч» - прыжки, ноги  вместе, ноги врозь.  «Птички в гнездышках» - прыжки,бег врассыпную.  «Играй, играй, мяч не теряй» -катание мяча в разные стороны, по сигналу поднять мяч вверх  «Наши ножки ловко бегают по дорожке» - прокатить мяч двумя руками по скату, пробежать за ним по скату.  «Поздоровались» - ходьба и бег врассыпную с мячом в руках перед грудью, по сигналу найти себе пару остановиться, поднять мяч вверх, потянуться руками друг к другу, касаясь мячами  «Большие – маленькие» - вращение мяча кистями рук по маленькому и большому кругу  «Носильщики» - командами  перенести мячи в корзину-средняя гр., катать мячи, собрать в корзину– 2 младшая гр.  «Подними мяч» - ходьба, бег врассыпную, по сигналу быстро  поднять мяч, лежащий на полу.  «Быстрей к своему мячу» - про –  лезть через обручи и построиться  возле своего мяча (большого, маленького)  «Пролезь быстрее» - с мячом в  руках пролезть через обручи  змейкой  «Кого назвали, тот ловит» - ловля мяча, брошенного педагогом.  «У кого меньше мячей» -  командами перебрасывание мячей на сторону противника.  «Треугольник» - прокатывание или передача мяча в тройках.  «Бросай, не зевай» - бросок мяча  вниз двумя руками и ловля его после отскока  «Лови, не зевай» - ловля мяча  после броска двумя руками вверх.  «Мяч в обруч» - бросок мяча двумя руками от груди в обруч, догнать мяч, пролезая в обруч.  «Не урони» - передача мяча в парах сидя, стоя на коленях, стоя.  «Попади в корзину» - бросок мяча двумя руками от груди в корзину.  «Чье звено быстрее» - передача  мяча по кругу.  «Прыг-скок» - ведение мяча на  месте.  «Стой» - кружение с мячом в руках по сигналу постоять на 1 ноге.  «Прыг-скок, побежал дружок» -  ведение мяча в движении | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  +  + |

**Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная физическая подготовка)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | **Старшая группа** | | | | | |  |  | **Подготовительная группа** | | | | | | | | |  |
| **ДЕРЖАНИЕ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ОРГАНИЗАЦИЯ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **Ноябрь** | |  |  |  |  |  |  |  | **Ноябрь** | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ОБУЧЕНИЯ** |  | **ДЕТЕЙ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **1** | **2** |  | **3** | **4** | **5** | **6** |  | **7** | **8** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **1. «Найди свой цвет»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(вариант игры «Чье звено** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **соберется скорее?») – бег под** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
| **музыку, во время остановки** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **выполнить построение.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2.«Вышло солнце из-за** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **речки» (бег врассыпную,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **быстро построится возле** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **своего обруча, в круг).** |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **Вышло солнце из-за речки** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Разбросало золотые колечки** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Кто за реченьку пойдет** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Тот колечко найдет.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. «Задний ход» (бег** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **«змейкой»втроем, взявшись** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **под руки, спиной вперед).** |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4. «По кочкам» (прыжки)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5.«Серпантин» (бег между** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **игроками)** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6.«Три мяча» (поочередно** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **переносить мячи). Из обруча** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **в обруч по три мяча. Чье** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
| **звено скорее перенесет** | **в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **последний обруч.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7. «Туннель с мячом»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(прокатывание мяча между** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ног)** |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8. «Туннель» (прокатывание** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мяча в туннель, упор лежа** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **или упор сидя).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9. «Перекати быстрее»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ползание между ног с** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **катанием обруча, переносом** |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **мяча).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10. «Ручей» (бег, взявшись за** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **руки).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11. «Вместо скакалки»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(прыжки с обручем).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** |  | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



**2. Технико-тактическая подготовка**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1. «Передал-садись»** |  |  |  |
| **(броски и ловля мяча)** | **+ +** | **+ + + +** |  |
|  |  |

1. **«Штандер»**

|  |  |
| --- | --- |
| **+ + + +** | **+ + + +** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. «Светофор» (во время** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **выполнения бега по** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **кругу на красный цвет** | **+ + +** | **+** |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |
| **принять стойку** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **баскетболиста).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4. «Лови, бросай, падать** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **не давай»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(перебрасывание мяча** |  | **+** | **+** | **+** | **+ +** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |
| **друг, другу разными** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **способами, в темпе).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. «Собачка»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(перебрасывание мяча в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **парах, третий - ловит).** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6. «Дойди – не урони»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ведение мяча в средней** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **и высокой стойке до** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **черты или по кругу).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7. «Будь ловким»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ведение мяча с** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **препятствиями –** |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |
| **веревочка – принимать** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **низкую стойку).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8. «Кто скорее?»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ведение мяча вокруг** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **себя правой и левой** |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |
| **рукой).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9. «Защити мяч»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ведение мяча при** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **противодействии** |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **противника).** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. **«Меткие стрелки» (попадание мячом в**

|  |  |
| --- | --- |
| **обруч).** | **+ +** |

1. **«Попади в корзину» (бросок мяча в корзину**

|  |  |
| --- | --- |
| **разными способами, с** | **+ + + +** |
| **разных точек).** |  |

1. **«Чье звено больше?» (забрасывание мяча в**

|  |  |
| --- | --- |
| **корзину по командам).** | **+ + + +** |

1. **«Вызов по номерам» (вызванный по номеру**

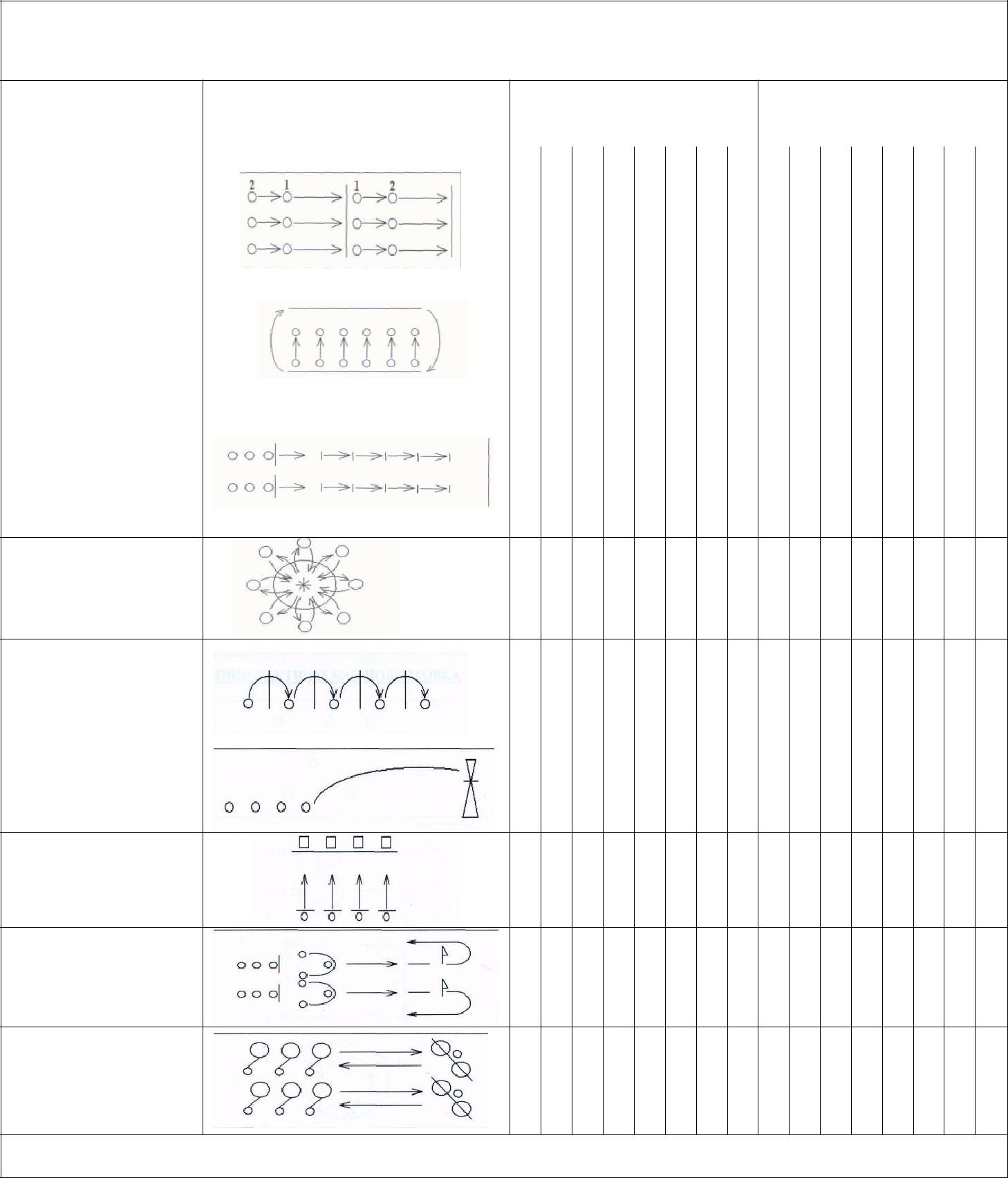
|  |  |
| --- | --- |
| **ребенок ведет мяч и** | **+ + + +** |
| **бросает его в корзину).** |  |

1. **Игра «Мини баскетбол»**

**+ + + + + + +** **+**

**Программа обучения детей игре в хоккей**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание обучения | 2 младшая гр | | | | | | | | Средняя гр. | | | | | | | |
|  | Содержание обучения | Декабрь- январь | | | | | | | | Декабрь-январь | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15  16  17  18 | «Метелица» - бег в колонне в пол оборота, держась за руки «змейкой» вокруг клюшек  «Хлопушки»- хлопки руками над головой, впереди себя, с поворотами, по коленям  «Попрыгунчики» - прыжки через ручеек, выложенный из клюшек или через лучики снежинки, также выложенные из клюшек.  «Снайперы» - метание снежков  одной рукой снизу в снежинку, выложенную из клюшек.  «Ловишки» - водящий ловит играющих, которых он не может  осалить в доме, выложенном из  клюшек.  «Затейники» - ОРУ с клюшкой.  «Кто дальше» - метание снежков на дальность.  «Фигуры» - играющие ходят врассыпную. По сигналу «стой» останавливаются и выполняют фигуру спортсмена-хоккеиста, лыжника, конькобежца. Средняя группа - данное задание выполняется по карточкам.  «С льдины на льдину» - ходьба с кружочка на кружочек, обозначенные красками на снегу, затем прыжки на двух ногах.  «Чья клюшка быстрее» - стоя в шеренге с клюшкой в руках, перебежать с одной стороны площадки на другую. Клюшку не отрывать от земли. Средняя группа - передвигаться змейкой.  «Гонка шайб» - провести шайбу, не отрывая от нее клюшку.  «Чья шайба дальше» удар клюшкой по неподвижной шайбе.  «Точный пас» - передача шайбы в парах (расстояние – 2 м).  «Забей в ворота» -забить шайбу с места в ворота (расстоян. – 3 м).  «Загони в ворота» - удар по шай-бе после ведения.  «Пройди – не задень» - ведение шайбы змейкой между кеглями (расстояние – 2 м).  «Следопыты» - пройти по следам и не оступиться.  «Где красная клюшка» - найти спрятанную клюшку.  «Канатоходцы»- ходьба приставными шагами по дорожке, выложенной из клюшек. | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + | +  +  +  +  +  +  +  + |



1. **Атлетическая подготовка**

**(ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СОДЕРЖАНИЕ** | | |  | **ОРГАНИЗАЦИЯ** | |  | **Старшая группа** | | | |  |  | **Подготовительная группа** | | | | | | | |  |
| **ОБУЧЕНИЯ** | | |  | **ДЕТЕЙ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **Декабрь** | |  |  |  |  |  |  | **Декабрь** | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | янв | ар | ь |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1** | | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |  |
| **1. «Догони пару »** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(бег парами: одни** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **дети убегают, другие** | | | | **+** | | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |
| **– догоняют и** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **наоборот)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2.** | **«Воробьи** | | **и** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вороны»** | | **(прыжки** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **друг** | **за** | **другом,** | |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **шеренгами,** | |  | **по** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **звеньям)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3.«Землемеры**» | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(эстафета-** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **аттракцион** | |  | **с** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |
| **измерением** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **клюшкой** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **хоккейного поля)** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. **«Берег-море»**

**(прыжки из круга в**

**круг, водящий в** **+ + +** **+**

**центре)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5. «Попрыгунчики»** |  |  |  |  |  |  |
| **(прыжки через** |  |  |  |  |  |  |
| **клюшки** |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |
| **положенные на** |  |  |  |  |  |  |
| **расстоянии 1 м)** |  |  |  |  |  |  |
| **6. «Сбей колпак»** |  |  |  |  |  |  |
| **(метание в** | **+ + + +** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |
| **вертикальную цель)** |  |
|  |  |  |  |  |  |

1. **«Снайперы»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **(метание снежков в** | **+ + + +** | **+ + + +** |  |
| **горизонтальную** |  |
|  |  |  |
| **цель)** |  |  |  |

1. **«Гонки колесниц»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **(бег тройками со** | **+ + + +** |  |
| **скакалками)** |  |

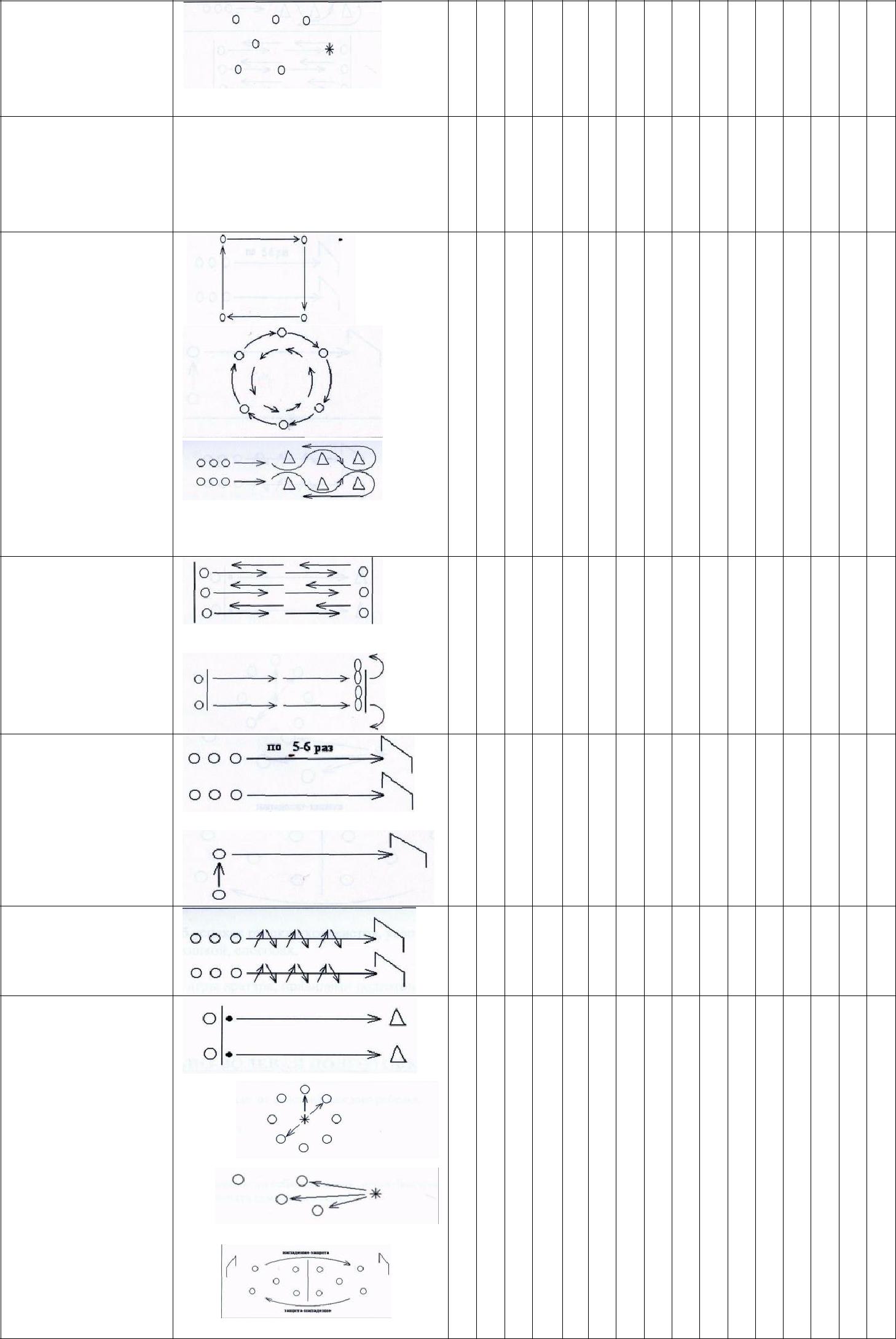
1. **«Штангисты»**

**(добежать до игрока**

**с палкой, повесить** **+ + +** **+**

**на палку обруч, вернуться обратно)**

1. **Технико-тактическая подготовка**

** 1. «Стоп» ( бег врассыпную, по**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **сигналу** | **+ + + +** | **+ + + +** |  |
| **остановиться, и** |  |
|  |  |  |
| **принять стойку** |  |  |  |
| **хоккеиста)** |  |  |  |

1. **«Гонки с шайбой» (ведение**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **шайбы клюшкой** | **+ + + +** |  |
| **толчками)** |  |
|  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **3. «Квадрат»** |  |  |
| **(ведение шайбы по** | **+ + + +** |  |
| **квадрату)** |  |
|  |  |  |
| **4. «Ледяная** |  |  |
| **карусель» (ведение** |  |  |
| **шайбы по кругу** | **+ + + +** |  |
| **влево и вправо, не** |  |
|  |  |
| **отрывая её от** |  |  |
| **клюшки)** |  |  |
| **5. «Поспеши, но не** |  |  |
| **сбей» (ведение** |  |  |
| **шайбы без отрыва** | **+ + + +** |  |
| **от клюшки, обводя** |  |
|  |  |
| **предметы и между** |  |  |
| **ними)** |  |  |

1. **«Передай шайбу» (передача шайбы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **клюшкой друг** | **+ + + +** |  |  |
| **другу и остановка** |  |  |  |
| **её клюшкой)** |  |  |  |
| **7. «Сбей кеглю»** |  |  |  |
| **(броски шайбы** | **+ + + +** | **+ + + +** |  |
| **слева и справа)** |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **8. «Забей в ворота»** |  |  |  |  |  |  |
| **(забивать шайбу в** |  |  |  |  |  |  |
| **ворота с места, чем** | **+ + + +** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |
| **больше бросков,** |  |  |  |  |  |  |
| **тем лучше)** |  |  |  |  |  |  |
| **9. «Попади с** |  |  |  |  |  |  |
| **подачи» (удар по** | **+ + +** | **+ +** | **+** | **+** | **+** |  |
| **шайбе с подачи)** |  |
|  |  |  |  |  |  |

1. **«Загони в ворота» (удар по**

|  |  |
| --- | --- |
| **шайбе после** | **+ + + +** |
| **ведения)** |  |

1. **«Попади в**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **предмет» (удар по** | | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |  |
| **шайбе с места)** | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12.** | **«Игра с шайбой** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **в кругу»** | | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **13.** | **«Салочки »** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **+ + +** | **+** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **14.** | **«Не пропусти** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **шайбу»** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |

*Программа обучения детей игре «ГОРОДКИ»*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ | | | |  |  |  |  | 2 младшая | | | |  |  |  |  |  |  |  | Средняя | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | Февраль-март | | | | | |  |  |  |  |  | Февраль-март | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 |  |  |
| 1. «Найди свой домик»-ходьба и бег | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| врассыпную | | с | цветным городком | в | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| руках. Во время остановки найти свой | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| домик, одинаковый по цвету с городком | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| и | построить | | на прямоугольной | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| линеечке – забор, на круге – бочку, на | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| квадрате – письмо, самолет. | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. ОРУ с городком: | | | |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| «покатаем» - покатать городок в | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ладошках | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  «прятки»- перекладывание городка из | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| рук в руки над головой, за спиной, | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перед грудью, | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  «насос» - городок в прямых руках над | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| головой, полуприседания с городком – | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| руки вверх, | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  «пошагаем» | | - | перешагивание через | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| городок вперед-назад, | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  «ловкие ножки» - прыжки на двух | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ногах вперед-назад (средняя гр.), боком | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| (млад.гр) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | «Дорожка» | | (выложенная | из | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| городков) | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| средняя группа | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| младшая группа | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пройти с высоким подниманием колен, | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| перепрыгнуть на двух ногах, | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пройти на четвереньках, средняя – как | | | | | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| через лесенку. | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. «Метни стрелу» - бросок городка на | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  |  |  |
| дальность до вертикальной дорожки. | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. «Попади в брусок» - метание городка

* горизонтально лежащую дорожку из+ + + + +

поролоновых брусков.

+ + + + +

6. «Попади в песочницу»

7. «У кого городок»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| содержание обучения | |  |  | 2 младшая | | | |  |  |  |  |  |  | Средняя | | |  |  |  |  |  | |
|  |  |  | Февраль-март | | | | | |  |  |  |  | Февраль-март | | | | | |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 |  | |
| 8. «Носильщики» - носить биту в | |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  | |
| вытянутых руках- средняя гр., в согнутых | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| перед грудью – младшая гр. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| 9. «Змеечка» - ходьба змейкой вокруг бит. | |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  | |
| 10. «Цепочка» - бег, взявшись за руки, | |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| вокруг бит. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| 11. ОРУ с битой: | |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  | |
|  «штанга» - бита в опущенных руках, | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| поднять вверх, вниз | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  «подъемный кран» - бита вертикально в | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| прямых руках над головой, наклониться | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| биту вперед, коснуться земли. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  «померим» - мерить биту руками снизу, | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| вверх. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  «путешествие» - ходьба по бите | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| приставными шагами. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  «походим» - ходьба в полу приседе | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| вокруг биты, держась за нее. | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| 12.«Составь фигуру» - 5 играющих ходят | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| по кругу, по сигналу строят фигуры | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| (забор – по линеечке, бочку – по кругу, | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
| письмо – квадрат). | |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  |  |  |  |  | + + + + + | | | | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |

1. «Кто дальше» - метание биты на дальность.

|  |  |
| --- | --- |
| + + + + + | + + + + + |

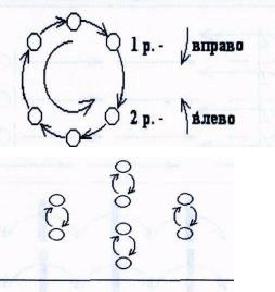
1. «Поиграем» - кегли подвешены на

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| веревочке, которая натянута | | между | + + + + + | + + + + + |  |
| стойками: | |  |  |
|  |  |  |  |
|  | «жмурки» - ползание змейкой вокруг | | + + + + + | + + + + + |  |
|  | кеглей, опущенных до земли; |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | «попрыгунчики» - прыжки | на двух | + + + + + | + + + + + |  |
|  | ногах с касанием кегли, поднятой | |  |  |  |
|  | вверх; |  |  |  |  |

* «метатели» – метание биты в кеглю, подвешенную на веревочку;
* «пальчики» - каждым пальчиком руки дотронуться до кегли, привешенной на веревочке.

1. **Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная физическая подготовка)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СОДЕРЖАНИЕ** | **ОРГАНИЗАЦИЯ** |  |  |  | **СТАРШАЯ ГРУППА** | | | | | | | |  |  | **ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ** | | | | | | | | | |  |
| **ОБУЧЕНИЯ** | **ДЕТЕЙ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **ГРУППА** | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  | Февраль-март | | | | | |  |  |  |  |  |  | **ФевральМарт** | | | | | |  |  |  |
|  |  | 1 | 2 | 3 |  | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  | 10 | 1 | 2 | 3 |  | 4 | 5 | 6 | 7 |  | 8 | 9 | 10 |
| **1. «Карусель» -ходьба и** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **бег по кругу (с** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вариантами):** |  | + | + | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| **«Мы не сели в карусели,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **а попрыгать захотели!»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2. «Парные карусели»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(кружение в парах,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **танцы в парах под** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **музыку)** |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + |  | + |  |  |
| **« Мы не сели в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **карусели, танцевать мы** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **захотели!»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **3. «Возьми городок» (бег** |  |  |
| **под музыку: во время** |  |  |
| **остановки - быстро** | ++++ |  |
| **взять городок)** |  |
|  |  |

1. **«Собери палки» (дети бегут навстречу друг**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **другу, собирая** | ++++ | ++++++ |
| **предметы)** |  |  |

1. **«Лошадки » (прыжки через биты)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| +++++ | + | + | ++++ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **6. «Гонка крабов»** |  |  |
| **(фронтально, ползание** | ++++++ |  |
| **спиной вниз)** |  |
|  |  |

1. **«Через биты - полоски» (прыжки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **через биты разными** | ++++ | ++++ |
| **способами: чье звено** |  |  |
| **лучше, быстрее?)** |  |  |

1. **«Неразрывные цепи» (бег змейкой, взявшись**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **за руки между** | ++++++ |  |
| **городками, не разорвав** |  |
|  |  |
| **цепь, на другую** |  |  |
| **сторону)** |  |  |

1. **«Кто дальше и быстрее?» (фронтально:**

|  |  |
| --- | --- |
| **перебежать через** | +++++ |
| **площадку, взять биту –** |  |
| **бит меньше чем детей)** |  |

1. **«Не задеть» (прыжки через городки, поставленные**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **вертикально: чье звено** | +++ | ++ | + |  |
|  |  |  |  |
| **скорее перепрыгнет все** |  |  |  |  |
| **городки, не свалив их)** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **11. «Пролезь в обруч»** |  |  |  |  |
|  | ++ | + | + |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **12. «Передай биту»** |  |  |
| **(передавать биту** |  |  |
| **разными способоми: над** | ++++ |  |
| **головой, сбоку, между** |  |
|  |  |
| **ног – и перебежать в** |  |  |
| **конец колонны)** |  |  |

1. **«Подбрось - поймай» (городок или биту) Кто**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **поймает большее число** | +++++++ | ++++++ |
| **раз** |  |  |

1. **Технико–тактическая подготовка**

**1. «Метни стрелы» (попадание битой в кегли, городки, шишки**

**с расстояния:** **2-3-м –** + + + + + +

**старшая группа, 4-5-м – подготовительная группа)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2.** | **«Попади** | | | | **в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **песочницу»** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(расстояние:** | | |  | **старшая** | |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |
| **группа** | | **–** |  | **3** | **м,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **подготовительная – 5 м)** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. «Составь фигуру» (из** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **городков** | |  | **составлять** | | |  | + | + | + | + |  | + | + | + | + | + |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |
| **фигуры)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. «Загони городок в** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **квадрат»** | |  | **(забивание** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |
| **битой** | | **городка** | | | **в** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **квадрат)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6.** | **«Попади** | |  | **в** | **круг»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(фронтально** | | | **:** | **метание** | |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **биты в обручи)** | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7. «Передвинь флажок»** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(бросание** | |  | **биты** | | **на** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **дальность: возле биты,** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **улетевшей дальше всех,** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |  |
| **ставится** | | **флажок.** | | | **При** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **последующих** | | | | **бросках** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **необходимо постараться** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **бросить биту дальше)** | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8.** | **«Угони** | |  | **городок** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **дальше** | |  |  |  | **всех»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(выбивание** | | |  | **битой)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |
| **одного** | | **городка** | | | **на** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **дальность** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9. Игра в городки:** | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **выбивание** | | |  | **одного** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **городка из города;** | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **выбивание** | | |  |  | **одной** |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + | + |  |
| **фигуры;** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **выбивание** | | | **нескольких** | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **фигур** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Программа обучения детей игре «бадминтон»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ | |  |  |  | 2 младшая | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  | Средняя | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Апрель-май | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | Апрель-май | | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 1 | 1 | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 | 1 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 0 | 1 | 2 |  |
| 1. | Ходьба и бег с воланчиком |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | ОРУ (танец с воланчиком) | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | «Гонка шариков» - | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| в разные стороны | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. «Высоко-высоко»-бросание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| воланчиков вверх | | одной | рукой, | затем | + | + | + | + |  |  |  |  |  |
| другой. | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. | «Ветер» - стоя дуть | | | | + | + | + | + |  |  |  |  |  |
| на воланчик, затем поймать его, ползая. | | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. | «Попади в | мяч» - | бросание | - |  |  |  |  | + | + | + | + |  |
| воланчиков в волейбольный мяч | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. | «Попади в | круг» - | бросить мяч о | |  |  |  |  | + | + | + | + |  |
| стену, чтобы после этого он попал в | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обруч | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. | «Прокати быстрее» - фронтально | | | |  |  |  |  | + | + | + | + |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| прокатить мяч до обруча и обратно | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. | «Мой веселый, звонкий мяч» - | | | | + | + | + | + | + | + | + | + |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| прыжки, бег | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10. «Мяч в кругу» - воспитатель катит | | | | | + | + | + | + |  |  |  |  |  |
| мяч сидящему на корточках | | | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ребенку, ребенок катит его обратно, | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| вставая и называя любимую игрушку. | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. «Зонтики» - ходьба и бег с

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ракетками | |  |  |  | + + + + + | | | | + + | + | + | + |  |
| 12. «Нарисуем» | | - |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рисование ракеткой разных предметов | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | | | + | + | + | + | + | + | + | + |  |
| 13. «Мяч | друг | другу» - | | катание |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| маленького | резинового | | мяча |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ракеткой друг другу. | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + | + | + |  |

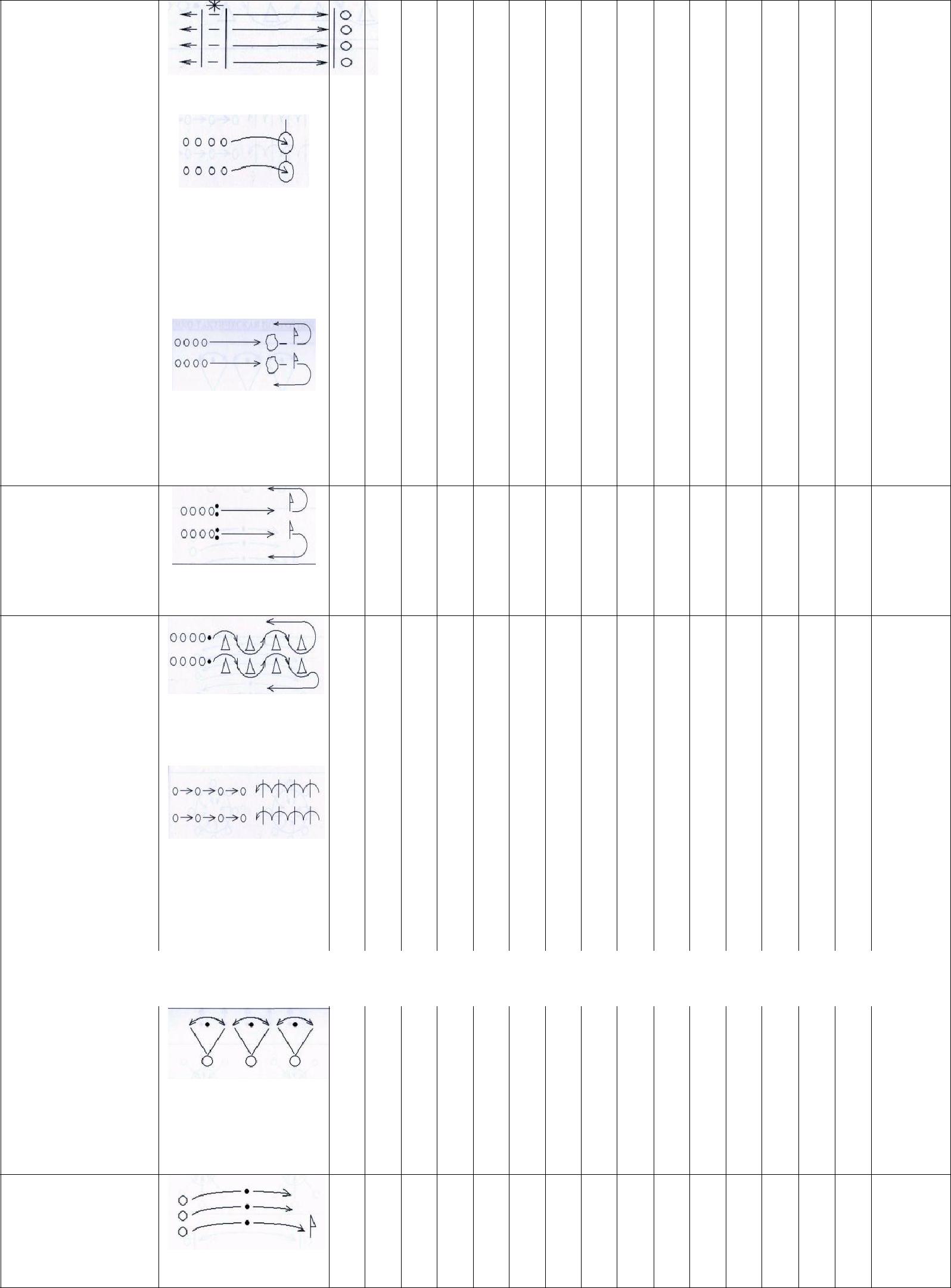
1. «Повеселимся» - прыжки на двух ногах через «зонтики», «ракетки»
2. «Покружились» - кружение, стоя на носках вокруг ракетки
3. «Солнышко и туча» - бег
4. Релаксация «Солнышко»
5. «По дорожке» - покатать мячик по дорожке
6. «Светофор» - ходьба, бег
7. ОРУ «Проверим автомобили»
8. «Подъемный кран» - поднять воланчик вверх и бросить на ракетку
9. «Подбей мяч» - подбить ракеткой воланчик, подвешенный на веревочке.
10. «Путешествие» - покатать воланчик рукой по ракетки
11. «Мяч вокруг обруча» – кто быстрее ракеткой обведет мяч вокруг обруча
12. «По дорожке» - прокатить воланчик ракеткой по дорожке, закатив его по в обруч
13. «Цветные автомобили» - бег
14. Релаксация –« На лошадках» (поза кучера)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Содержание** | **Организация** |  |  | **Старшая группа** | | | |  |  |  | **Подготовительная** | | | | | |  |  |  |  |  |  |
|  | **обучения** | **детей** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **группа** | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **Апрель-май** | |  |  |  |  |  |  |  | **Апрел** | | ь | май |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **1** | |  | **2** |  | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **1. «УДОЧКА»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **(русская народная** |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **игра)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **2. «ВЫБИВНОЙ»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| + + + | + | + | + + + |
|  |  | + | + + + |
| + + + | + | + | + + + |
| + + + | + | + | + + + |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| + | + | + | + | + | + + + |
| + | + | + | + | + | + + + |
| + | + | + | + |  |  |
|  |  |  |  | + | + + + |
| + | + | + | + |  |  |
|  |  |  |  | + | + + + |
|  |  |  |  | + | + + + |
| + | + | + | + | + | + + + |
| + | + | + | + | + | + + + |

|  |  |
| --- | --- |
| **3. «ВОЛК ВО** |  |
| **РВУ»** | **++++** |
| **(русская народная** |  |
| **игра)** |  |
|  |  |
| **4. «ПРОНЗИ** |  |
| **КОЛЬЦО»** |  |
| **(чье звено** | **++++** |
| **большее** |  |
| **количество раз** |  |
| **забро-сит копье** |  |
| **(гимнасти-ческую** |  |
| **палку) в ви-сящий** |  |
| **обруч)** |  |
|  |  |
| **5. «ЮБКА»** |  |
| **(кольца из** | **++++** |
| **веревки надеть** |  |
| **через голову,** |  |
| **обежать флажок,** |  |
| **передать** |  |
| **эстафету)** |  |



1. **«ЗА ДВУМЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ЗАЙЦАМИ»** | **+++** | **+** |
| **(катить** |  |  |
| **попеременно два** |  |  |
| **мяча)** |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7. «ЛОВКИЙ** |  |  |
| **РАПИРИСТ»** | **++++** |  |
| **(катить** |  |  |
| **бадминтонной** |  |  |
| **ракеткой мяч** |  |  |
| **между кеглями)** |  |  |
|  |  |  |
| **8. «ЛОЖИСЬ»** |  |  |
| **(передать ракетку** |  |  |
| **лечь последний с** | **+++** | **+** |
| **ракеткой всех** |  |  |
| **перепрыгивает,** |  |  |
| **встает впереди** |  |  |
| **колонны, эстафета** |  |  |
| **повторяется)** |  |  |
|  |  |  |
|  | **2.Технико-тактическая подготовка** |  |
|  |  |  |
| **1. «ПОДБРОСЬ-** |  |  |
| **ПОЙМАЙ,** |  |  |
| **ПАДАТЬ НЕ** | **++++** |  |
| **ДАВАЙ»** |  |  |
| **(перебрасывание** |  |  |
| **волана с руки на** |  |  |
| **руку)** |  |  |

1. **«ПЕРЕДВИНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ФЛАЖОК»** | **++++** |
| **(кто дальше** |  |
| **бросит волан)** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. «ВОЛАН** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **НАВСТРЕЧУ** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ВОЛАНУ»** |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(перебрасывание** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **волана друг другу)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4. «ЧЬЯ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **КОМАНДА** |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **МЕТКАЯ»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(забрасывание** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **воланов в обруч)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5. «ПОДБЕЙ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ВОЛАН»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(ударить большее** | |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **число раз,** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **подбивая волан)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6. «ЗАГОНИ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ВОЛАН** | **В** |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ОБРУЧ»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(подать волан в** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **обруч ракеткой)** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7. «ОТРАЗИ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ВОЛАН»** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **(первая команда** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** |  |  |  |  |
| **бросает, вторая -** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **отражает)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8. «ВОЛАН** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **ЧЕРЕЗ** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **СЕТКУ»** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** | **+** |
| **(игра на поле** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **вдвоем)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

* + 1. **Описание материально-технического обеспечения Программы**

В ДОУ созданы необходимые условия для организации работы по физическому развитию детей и организации самостоятельной двигательной деятельности. На территории детского сада расположена баскетбольная площадка, беговая дорожка, площадка для подвижных игр. В спортивном зале имеются: баскетбольные стойки, сетка для волейбола, другой спортивный инвентарь для игры в волейбол, баскетбол, футбол, городки, бадминтон. Занятия с данным инвентарѐм направлены на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своѐм здоровье.

В группах имеются физкультурные центры с необходимым набором спортивного инвентаря для организации двигательной деятельности детей в течение дня.

Имеются наглядно-дидактические пособия:

«Расскажите детям о: «Расскажите детям о зимних видах спорта», «Расскажите детям об олимпийских играх», «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Педагоги разработали электронные развивающие игры: «Зимние и летние виды спорта», «Правильно-неправильно», «Что кому принадлежит?», «Что лишнее?». «Назови вид спорта», «Четвертый лишний».

Созданы картотеки, фонотеки песен о спорте; альбомы со стихами, загадками о спорте.

Настольно-печатные дидактические игры: «Угадай вид спорта», «Зимние и летние виды спорта», «Знаешь ли ты?», «Кому нужны эти вещи?», «Что перепутал веселый художник?», «Составь слово», «Четвертый лишний».

**Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

«Играйте на здоровье!» Физическое воспитание детей 3-7 лет. Программа. Конспекты занятий. Материалы бесед. Методика обучения в разновозрастных группах./Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова – М: Вентана – Граф, 2015г. – 224с.

**2.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Физкультурное развлечение «Мой веселый мяч» | 3-4 года |  |  |
| 2 | Физкультурный досуг «Путешествие в страну здоровья» | 4-5 лет |  |  |
|  |  |  | Октябрь |  |
| 3 | Физкультурное развлечение «Природные явления» | 5-6 лет |  |
|  |  |  |  |  |
| 4 | Физкультурный досуг «Путешествие в страну мальчиков и девочек» | 6-7 лет |  |  |
| 5 | Физкультурный досуг «Как лесные звери к зиме готовятся» | 3-4 года |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 6 | Физкультурный досуг «Осенние гуляния» | 4-5 лет | Ноябрь |  |
|  |  |  |  |
| 7 | Физкультурный досуг «День прыгуна» | 5-6 лет |  |
|  |  |  |  |  |
| 8 | Физкультурное развлечение «Проводы осени» | 6-7 лет |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 9 | Физкультурное развлечение «Мы котята шалунишки» | 3-4 года |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 10 | Физкультурный досуг «В гостях у Матрешки» | 4-5 лет | Декабрь |  |
|  |  |  |  |
| 11 | Физкультурный досуг «Молодецкие потехи» | 5-6 лет |  |
| 12 | Физкультурный досуг «Веселые соревнования с докторомАйболитом» | 6-7 лет |  |  |
| 13 | Физкультурный досуг «В гости к мишке» | 3-4 года |  |  |
| 14 | Физкультурный досуг «Зимние забавы» | 4-5 лет | Январь |  |
|  |  |  |  |
| 15 | Физкультурный досуг «Путешествие по городу дорожных знаков» | 5-6 лет |  |
| 16 | Физкультурный досуг «Веселые старты» | 6-7 лет |  |  |
| 17 | Физкультурное развлечение «В гостях у сказки» | 3-4 года |  |  |
|  |  |  | Февраль |  |
| 18 | Физкультурный досуг «Мы растем здоровыми» | 4-5 лет |  |
|  |  |  |  |  |
| 19 | Спортивный праздник, посвященный Дню защитника отечества | 5-6 лет 6-7 лет |  |  |
| 20 | Физкультурное развлечение «В гостях у Вини-Пуха» | 3-4 года |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 21 | Физкультурный досуг «Путешествие котят» | 4-5 лет | |  |
| 22 | Физкультурное развлечение «Вместе весело играть» | 5-6 лет | | Март |
| 23 | Физкультурный досуг «Сказочная эстафета» | 6-7 лет | |  |
|  |  |  |  |  |
| 24 | Физкультурный досуг «На лесной полянке» | 3-4 | года |  |
| 25 | Физкультурный досуг «Айболит в гостях у ребят» | 4-5 | лет | Апрель |
| 26 | Физкультурный досуг «Красный, желтый, зеленый» | 5-6 | лет |  |
| 27 | Физкультурный досуг «Мы со спортом дружим» | 6-7 | лет |  |

**IV. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ**

**Используемые парциальные программы**

Раздел Рабочей программы ДОУ «Физическое развитие», часть формируемая участниками образовательных отношений, реализуется через использование технологий программы «Играйте на здоровье!» /Л.Н. Волошина, Т.В.Курилова – М: Вентана – Граф, 2015г.

Цели и задачи программы:

-формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;

-обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;

-содействие развитию двигательных способностей;

-воспитание положительных морально - волевых качеств; -формирование привычек здорового образа жизни.

Программа является целостной, доступной системой обучения дошкольников спортивным играм полностью построена на игровой технологии, обеспечивает единство физического, психического и личностного развития, создает условия для гуманизации педагогического процесса.

Использование адаптированных игровых упражнений, игр-эстафет, подвижных игр как средств и форм организации физического воспитания предоставляет всем детям равные права в овладении ценностями физической культуры, дает право выбора, создает возможности для проявления личных интересов, способностей, творчества.

Реализация программы осуществляется с детьми 3-7 лет в ходе организованной двигательной деятельности (3 занятие), осуществляемой на свежем воздухе, а так же в режимных моментах.

Реализуются следующие направления парциальной программы: футбол, баскетбол, городки, бадминтон.