

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Березка» с. Каликино
Добровского муниципального района Липецкой области**

Принята
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «30» августа 2023г.

Утверждаю
заведующий МБДОУ
детский сад «Берёзка» села Каликино

О. И. Чичикина
Приказ №13 от «30» августа 2023г.

**Рабочая программа по образовательной области
«Физическое развитие»
к основной образовательной программе
дошкольного образования
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад «Берёзка» с. Каликино
Добровского муниципального района Липецкой области
в старшей группе на 2023-2024 учебный год**

Разработчики:

воспитатель Лазарева А.А.

воспитатель Мельникова А.Е.

2023 год

Содержание

1. Содержание программы.....	3
2. Планируемые результаты освоение программы.....	4
3. Календарно-тематическое планирование.....	5
4. Содержание работы в совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах.....	15

1. Содержание программы

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

2. Планируемые результаты освоение программы

Уметь ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Уметь лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку

Уметь метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

Владеть школой мяча. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Уметь перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Уметь кататься на самокате.

Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

3. Календарно-тематическое планирование (в помещении)

Дата	По факту	Тема	Содержание
07.09.- 08.09. 2023г		Ходьба, бег прыжки, перебрасывание мяча. Игра «У кого мяч»	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге в рассыпную, в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. Стр15-17
14.09.- 15.09. 2023г		Ходьба, бег, прыжки, броски мяча. Игра «найди и промолчи»	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в ходьбе на носках, развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх. Стр19-20
21.09.- 22.09. 2023г		Ходьба, бег, ползание. Игра «Удочка»	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, подбрасывании мяча вверх. Стр 21-23
28.09.- 29.09. 2023г		Ходьба, бег, пролезание, прыжки. Игра «Мы веселые ребята»	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа, разучить пролезание в обруч боком, повторить упражнения в равновесии и прыжках. Стр 24-26
05.10.- 06.10. 2023г		Ходьба, бег, прыжки, перебрасывание, броски, ползание.	Повторение пройденного материала. Стр 27
12.10.- 13.10. 2023г		Бег, ходьба, прыжки, перебрасывание. Игра «Найди и промолчи»	Упражнять детей в беге, в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейки, в прыжках и перебрасывании мяча. Стр 28-29
19.10.- 20.10. 2023г		Ходьба, бег, прыжки, перебрасывание. Игра «У кого мяч»	Разучить поворот, повторить бег с преодолением препятствий, упражнять в прыжках с высоты. Стр 30-32
26.10.- 27.10. 2023г		Ходьба, равновесие. Игра «Удочка»	Повторить ходьбу с изменением темпа, развивать координацию, упражнять в равновесии. Стр 33-35
02.11.- 03.11. 2023г		Ходьба, лазанье, равновесие, прыжки. Игра «Летает- не летает»	Упражнять в ходьбе, повторить лазанье в обруч, упражнять в равновесии и прыжках. Стр 35-37

09.11.- 10.11. 2023г		Ходьба, бег, лазанье, прыжки, равновесие, перебрасывание, пролезание.	Повторение пройденного материала. Стр 38-39
16.11.- 17.11. 2023г		Ходьба, равновесие, перебрасывание. Игра «Найди и промолчи»	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен, упражнения в равновесии, перебрасывание мячей в шеренгах. Стр 39-41
23.11.- 24.11. 2023г		Ходьба, прыжки, ползание. Игра «Не оставайся на полу»	Упражнять в ходьбе с изменением направления, повторить прыжки попеременно, упражнять в ползании по гимнастической скамейке, ведение мяча. Стр 41-43
30.11.- 01.12. 2023г		Ходьба, бег. Игра «Удочка»	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии, повторить упражнения с мячом. Стр 44-45
07.12.- 08.12. 2023г		Ходьба, равновесие, прыжки. Игра «Пожарные на учении»	Повторить ходьбу по сигналу, упражнять в равновесии и прыжках. Стр 46-47
14.12.- 15.12. 2023г		Бег, ходьба, перебрасывание мяча. Игра «Ловишки с ленточками»	Упражнять детей в умении сохранять друг от друга дистанцию, разучить ходьбу по наклонной доске, повторить перебрасывание мяча. Стр 48-50
21.12.- 22.12. 2023г		Ходьба, бег, прыжки, ползание, переброски мяча. Игра «Не оставайся на полу»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, повторить прыжки на правой и левой ноге, упражнять в ползании и переброске мяча. Стр 51-52
28.12.- 29.12. 2023г		Ходьба, бег, ползание. Игра «Летает не летает»	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, закреплять умение ловить мяч, повторить ползание по гимнастической скамейке. Стр 53-54
11.01.- 12.01. 2024г		Ходьба. Бег, лазанье, прыжки. Игра «Хитрая лиса»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в беге в рассыпную, в лазанье, в прыжках. Стр 55-57
18.01.- 19.01. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, ползание, переброски мяча.	Повторение пройденного материала. Стр 58

25.01.- 26.01. 2024г		Ходьба, бег, прыжки. Игра «Медведи и пчелы»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, продолжать формировать устойчивое равновесие по наклонной доске, упражнять в прыжках, в забрасывании мяча. Стр 59-60
01.02.- 02.02. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, ползание, прокатывание мяча. Игра «Совушка»	Повторить ходьбу и бег по кругу, разучить прыжок в длину с места, упражнять в ползании и прокатыванию мяча головой. Стр 61-63
08.02.- 09.02. 2024г		Ходьба, бег, перебрасывание мяча, равновесии. Игра «Не оставайся на полу»	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в перебрасывании мяча, повторить равновесие. Стр 63-64
15.02.- 16.02. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, лазанье. Игра «Хитрая лиса»	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в равновесии и прыжках, упражнять в лазанье на гимнастическую стенку. Стр 65-66
22.02. 2024г		Ходьба, бег, прыжки. Игра «Охотники и зайцы»	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, в сохранении равновесия, повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча. Стр 68-69
29.02.- 01.03. 2024г		Ходьба, бег, отталкивание, лазанье. Игра «Не оставайся на полу»	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьба и бег в рассыпную, закреплять навык отталкивания, упражнять в лазанье и отбивании мяча. Стр 70-71
07.03. 2024г		Ходьба, бег, метание, лазанье. Игра «Мышеловка»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, разучить метание в цель, упражнять в лазанье. Стр 71-73
14.03.- 15.03. 2024г		Бег, лазанье, прыжки. Игра «Гуси – лебеди»	Упражнять в непрерывном беге, в лазанье на гимнастическую стенку, упражнять в сохранении равновесия, повторить задания в прыжках с мячом. Стр 73-75
21.03.- 22.03. 2024г		Ходьба, прыжки. Игра «Пожарные на учении»	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, разучить ходьбу по канату, упражнять в прыжках и перебрасывании мяча. Стр 76-78
28.03.- 29.03. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, метание, ползание. Игра «Медведи и пчелы»	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления, разучить прыжок в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков, в ползании между предметами. Стр 79-80

04.04.- 05.04. 2024г		Бег, ходьба, ползание, прыжки. Игра «Стоп»	Повторить ходьбу со сменой темпа, упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. Стр 81-82
11.04.- 12.04. 2024г		Ходьба, метание, лазанье. Игра «Не оставайся на полу»	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два, в метании, в лазанье и равновесии. Стр 83-84
18.04.- 19.04. 2024г		Бег, ходьба, прыжки. Игра «Канатоходец»	Упражнять детей в беге и ходьбе, повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Стр 83. Занятие №9
25.04.- 26.04. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, метание. Игра «Медведь и пчелы»	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнять в прыжках и метании. Стр 86-87
10.05. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, прокатывание. Игра «Стой»	Повторить ходьбу и бег между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой, упражнять в прокатывании мячей. Стр 88-89
16.05.- 17.05. 2024г		Ходьба, бег, метание, ползание. Игра «Удочка»	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу, повторить метание, упражнять в ползании. Стр 89-91
23.05.- 24.05. 2024г		Ходьба, бег, прыжки. Игра «Горелки»	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, закреплять лазанья, упражнять в сохранении равновесии и прыжках. Стр91-93
30.05.- 31.05. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, метание, ползание, прокатывание.	Повторение пройденного материала. Стр 94

4. Календарно-тематическое планирование (на прогулке)

Дата	По факту	Тема	Содержание
05.09. 2023г		Равновесие, прыжки. Игра «Пингвины»	Упражнять детей в построении колонны, повторить упражнения в равновесии и прыжках. Стр 17-19
12.09. 2023г		Ходьба, бег, прыжки. Игра «Мы веселые ребята»	Повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, упражнения в прыжках, разучить игровые упражнения с мячом. Стр 20-21
19.09. 2023г		Бег, прыжки. Игра «Не попадись»	Повторить бег, упражнения в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений. Стр 24
26.09. 2023г		Бег, прыжки. Игра «Поймай мяч»	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом. Стр 26-27
03.10. 2023г		Ходьба, прыжки. Игра «Не попадись»	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен, знакомить с ведением мяча правой и левой рукой, упражнять в прыжках. Стр 29-30
10.10. 2023г		Ходьба, бег. Игра «проведи мяч»	Упражнять в ходьбе и беге, разучить игровые упражнения с мячом, повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Стр 32
17.10. 2023г		Ходьба, бег, прыжки. Игра «	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге, познакомить с игрой в бадминтон, повторить игровое упражнение с прыжками. Стр 35

24.10. 2023г		Бег, прыжки. Игра «посадка картофеля»	Развивать выносливость в беге, разучить игру «Посадка картофеля», упражнять в прыжках. Стр 37-38
31.10. 2023г		Бег, прыжки. Игра »Мышеловка»	Повторить бег, игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. Стр 41-43
07.11. 2023г		Бег. Игра «Ловишки с ленточками»	Повторить бег, с перешагиванием через предметы, развивать ловкость с мячом, упражнять в беге. Стр 43-44
14.11. 2023г		Бег, прыжки. Игра «Перебрось и поймай»	Упражнять в беге, в перебрасывании мяча в шеренгах, повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Стр 45-46
21.11. 2023г		Бег, прыжки. Игра «Удочка»	Повторить бег с преодолением препятствий, повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. Стр 47
28.11. 2023г		Бег, прыжки.	Повторение пройденного материала. Стр 47-48
05.12. 2023г		Бег, прыжки, метание. Игра «Кто дальше бросит»	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность. Стр 50-51

12.12. 2023г		Ходьба, бег, прыжки. Игра «Метко в цель»	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками, упражнять в прыжках на двух ногах, в бросании снежков в цель. Стр 52-53
19.12. 2023г		Ходьба, прыжки, бег, бросание. Игра «Смелые воробушки»	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах, упражнять в прыжках на двух ногах. Стр 54-55
26.12. 2023г		Ходьба, равновесие. Игра «По дорожке»	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом, разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Стр 57-59
09.01. 2024г		Ходьба. Игра «Сбей кеглю»	Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне, повторить игровые упражнения . Стр 61
16.01. 2024г		Ходьба, бег, метание. Игра «Кто быстрее»	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, повторить игровые упражнения с бегом и метанием. Стр 63
23.01. 2024г		Ходьба, бег, метание. Игра «Мороз Красный нос»	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, повторить игровые упражнения с бегом, прыжки и метанием снежков на дальность. Стр 65
30.01. 2024г		Повороты, бег, прыжки. Игра «По местам»	Разучить повороты на лыжах, повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Стр 66-67
06.02. 2024г		Ходьба, повороты. Игра «Мороз Красный нос»	Упражнять в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой. Стр 69-70

13.02. 2024г		Ходьба, метание, бег, прыжки. Игра «Кто дальше»	Упражнять в ходьбе на лыжах, повторить упражнения с бегом и прыжками. Стр 71
20.02. 2024г		Бег, прыжки, метание. Игра «Точно в круг»	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков на дальность. Стр 73
27.02. 2024г		Бег, прыжки, метание, ходьба, повороты.	Повторение пройденного материала. Стр 75-76
05.03. 2024г		Бег, перебрасывание . Игра «Горелки»	Повторить игровые упражнения с бегом, упражнять в перебрасывании шайбы. Стр 78-79
12.03. 2024г		Бег, ходьба, прыжки. Игра «Карусель»	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. Стр 80-81
19.03. 2024г		Бег, прокатывание, прыжки. Игра «Пробеги не задень»	Упражнять в беге на скорость, разучить упражнения с прокатыванием мяча, повторить задания с прыжками. Стр 85
26.03. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, прокатывание, перебрасывание .	Повторение пройденного материала. Стр 85-86
02.04. 2024г		Ходьба, бег. Игра «Ловишки-перебежки»	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега, повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки». Стр 87

09.04. 2024г		Бег, прокатывание, прыжки. Игра «Кто ушел»	Упражнять детей в длительном беге, в прокатывании обруча, повторить упражнения с прыжками , с мячом. Стр 89
16.04. 2024г		Бег, прыжки. Игры «карусель»	Повторить бег на скорость, игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. Стр 91
23.04. 2024г		Бег, прыжки, равновесие. Игра « Сбей кегли»	Упражнять в беге на скорость, повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. Стр 93-94
30.04. 2024г		Бег. Игра «Гуси – лебеди»	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра, развивать ловкость и глазомер с мячом и воланом. Стр 96
07.05. 2024г		Бег, прокатывание. Игра «Совушка»	Развивать выносливость в непрерывном беге, упражнять в прокатывании обручей, повторить игровые упражнения с мячом. Стр 97-98
14.05. 2024г		Бег, прыжки. Игра «Мышеловка»	Повторить бег на скорость, игровые упражнения с мячом и в прыжках. Стр 99-100
21.05. 2024г		Ходьба, бег. Игра «Не оставайся на земле»	Упражнять детей в ходьбе и беге, игровых упражнениях с мячом. Стр 101-102
28.05. 2024г		Ходьба, бег, прыжки, прокатывание.	Повторение пройденного материала. Стр 102

4. Содержание работы в совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах

Формы реализации Программы

Виды детской деятельности	Формы организации образовательной деятельности
Двигательная.	<ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика. • Оздоровительная гимнастика. • Подвижные игры. • Упражнения. • Физкультминутки. • Игры-имитации. • Проблемная ситуация. • Соревнования. • Беседы. • Игровые проблемные ситуации.

Методы и средства реализации Программы

Методы	Средства
<ul style="list-style-type: none"> • Наглядно-зрительные – показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры. • Словесные – объяснения, пояснения, указания; подача команд, образный, сюжетный рассказ, беседа. • Практические – повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме. 	<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурное оборудование, инвентарь.. • Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода). • Психологические факторы (гигиена сна, питания, здоровьесберегающие технологии).

Перспективное планирование

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Месяц	Тема	Содержание
Сентябрь	Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия Подвижные игры Беседы: «Как устроен мой организм», «Режим дня и польза его соблюдения для здоровья» Чтение: С. Прокопьева, Г. Сапгир «Румяные щечки», Стихотворение «Силач»	Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

	<p>Игры: «Режим дня»</p> <p>Игра – конкурс: Чем отличается мужской организм от женского?</p>	
Октябрь	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика.</p> <p>Физкультминутки.</p> <p>Закаливающие мероприятия</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Беседы: «Скелет – наша опора». «Бережем свое здоровье, или Правила доктора Неболейка»</p> <p>Д/И: «Зачем человеку руки?»</p> <p>Развлечение: Что лучше: руки или ноги?</p> <p>Игра – конкурс: Сколькими способами может передвигаться человек?</p>	<p>Познакомить детей со строением и значением скелета. Выяснить сколько костей входит в состав отдельных частей скелета.</p>
Ноябрь	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика.</p> <p>Физкультминутки.</p> <p>Закаливающие мероприятия</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Беседы: «Познакомимся со своей кожей», «Кожа – наша защита от микробов», «Как сохранить свою кожу здоровой?»</p> <p>Экспериментирование: «Кожа видит, слышит, чувствует»</p> <p>Моделирование: «Защити свою кожу сам»</p> <p>Игры: «Правила Чистюли»</p>	<p>Познакомить детей с внешним строением кожи. Уточнить представления о значении кожи. Формировать умение объяснять полученные данные.</p>
Декабрь	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика.</p> <p>Физкультминутки.</p> <p>Закаливающие мероприятия</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Беседы: «Познакомимся с нашими зубами», «Чтобы зубы были здоровыми», «Как правильно ухаживать за зубами»</p> <p>Игры: «Веселый и грустный зубик», «Польза – вред»</p> <p>Кроссворд «Как называются наши органы?»</p>	<p>Познакомить со строением зубов методом самообследования. Уточнить знания о назначении зубов, об их функции. Познакомить детей с расположением зубов в ротовой полости, их названием и количеством.</p>
Январь	<p>Утренняя гимнастика.</p>	<p>Дать детям первые представления о</p>

	<p>Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия Подвижные игры Беседы: «Сердце и сосуды», «Как устроена дыхательная система?», «Гигиена дыхательной системы» Кроссворд «Какие внутренние органы вам известны?» Дидактические игры: «Полезные и вредные продукты для твоего сердца»; Опыты: Наблюдение за работой сердца при разных физических нагрузках: лежа, сидя, в ходьбе, беге, прыжках. Моделирование: «Защити своё сердце»</p>	<p>крови и кровеносной системе. Развивать любознательность. Формировать способность анализировать результаты опытов.</p>
Февраль	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия Подвижные игры Беседы: «Знакомство с ухом», «Чтобы уши слышали – правила ухода за ушами» Эксперимент: «Зачем человеку уши?» Д/И: «Как органы человека помогают друг другу?»</p>	<p>Дать простейшие понятия о строении и функционировании уха. Показать значимость этого органа для человека. Познакомить детей с методами профилактики нарушений слуха. Обсудить вопросы гигиены слуха.</p>
Март	<p>Утренняя гимнастика. Бодрящая гимнастика. Физкультминутки. Закаливающие мероприятия Подвижные игры Беседы: «Глаза – главные помощники человека», «Как мы видим. Наши глаза – зеркало души»; «Чтобы глаза видели – гигиена глаза» Д/И: «Почему у нас два глаза?», «Глаза могут не только смотреть» Кроссворд «Как мы всё узнаём?»</p>	<p>Познакомить детей со строением и функцией глаз. Помочь понять, почему человек имеет два глаза. Обсудить вопросы гигиены органа зрения. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нужно носить очки»).</p>

	<p>Гимнастика для глаз</p> <p>Эксперимент: «Зачем человеку глаза?»</p> <p>Игровые упражнения: «Определи, где располагается»</p>	
Апрель	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика.</p> <p>Физкультминутки.</p> <p>Закаливающие мероприятия</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Беседы: «Солнце, воздух, вода – наши верные друзья», «Питание – необходимое условие для жизни человека». «О правильном питании и пользе витаминов» «Сон – лучшее лекарство».</p> <p>Игра: «Что? Где? Когда?»</p> <p>Экспериментирование: «От простой воды и мыла у микробов тают силы»</p> <p>Игра – конкурс: «Сколькими способами можно спать?»</p>	<p>Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия»)</p>
Май	<p>Утренняя гимнастика.</p> <p>Бодрящая гимнастика.</p> <p>Физкультминутки.</p> <p>Закаливающие мероприятия</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Беседы: «О, спорт - ты мир!»</p> <p>Мини викторина «Эрудиты спорта»</p> <p>Этюды на расслабление мышц «Штанга», «Шалтай – Болтай»</p> <p>Дидактические игры «Отгадай вид спорта»</p> <p>Сюжетно-ролевые игры «Олимпиада в детском саду»</p>	<p>Формировать потребность в здоровом образе жизни. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "БЕРЕЗКА" С. КАЛИКИНО ДОБРОВОСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ, Чичикина Ольга
Ивановна, Заведующая

20.10.23 10:46 (MSK)

Сертификат 4B72337FCD4A057DF5285235B3D072AC