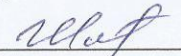
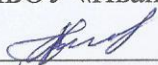



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ИВАНО-ЛИСИЧАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
ГРАЙВОРОНСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

| <b>«Рассмотрено»</b>  | <b>«Согласовано»</b>   | <b>«Утверждаю»</b>  |
|---|--|---|
| Руководитель МО<br> /Шмыкова Г.Н./ | Заместитель директора<br>МБОУ «Ивано-Лисичанская СОШ »<br> /Косаренко Г.В./ | Директор МБОУ<br>«Ивано-Лисичанская СОШ »<br> /Галайко И.Н./ |
| Протокол № <u>5</u><br>от « <u>22</u> » <u>06</u> 20 <u>20</u> г.   | « <u>27</u> » <u>августа</u> 20 <u>20</u> г.   | Приказ № <u>141</u><br>от « <u>01</u> » <u>09</u> 20 <u>20</u> г.   |



**Календарно – тематическое планирование**

**к рабочей программе по физическому развитию: физическая культура в помещении, на улице**

**(старшая разновозрастная группа)**

**воспитатель Буковцова Любовь Николаевна**

**2020-2021 учебный год**

### Календарно-тематическое планирование по физкультуре в помещении

| №     | Наименование тем       | Часы учебного времени | Дата           |      | Характеристика основной деятельности воспитанника  |
|-------|------------------------|-----------------------|----------------|------|--|
|       |                        |                       | план           | факт |  |
| 1-2   | «Мышеловка»            | 2                     | 01.09<br>02.09 |      | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча. |
| 3-4   | «Фигуры»               | 2                     | 08.09<br>09.09 |      | Повторить ходить и бег между предметами; упражнять в ходьбе на, носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость броска мяча вверх.  |
| 5-6   | «Удочка»               | 2                     | 15.09<br>16.09 |      | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по площади опоры.   |
| 7-8   | «Мы весёлые ребята»    | 2                     | 22.09<br>23.09 |      | Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; повторение упражнений равновесия и прыжках.  |
| 9-10  | «Перелёт птиц»         | 2                     | 29.09<br>30.09 |      | Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 мин; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.   |
| 11-12 | «Не оставайся на полу» | 2                     | 06.10<br>07.10 |      | Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий, упражнять в прыжках с высоты.   |

|       |                        |   |                |  |  |
|-------|------------------------|---|----------------|--|--|
| 13-14 | «Удочка»               | 2 | 13.10<br>14.10 |  | Продолжать ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.   |
| 15-16 | «Гуси-лебеди»          | 2 | 20.10<br>21.10 |  | Учить в ходьбе парами; повторить лазанья в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.  |
| 17-18 | «Марш»                 | 2 | 27.10<br>28.10 |  | Повторение ходьбы с высоким подниманием колен; упражнение в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.  |
| 19-20 | «Не оставайся на полу» | 2 | 03.11<br>10.11 |  | Упражнять ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами. |
| 21-22 | «Мяч»                  | 2 | 11.11<br>17.11 |  | Упражнять в беге с изменением темпа движений, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.   |
| 23-24 | «Пожарные на улице»    | 2 | 18.11<br>24.11 |  | Продолжать ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.   |
| 25-26 | «Сделай фигуру»        | 2 | 25.11<br>01.12 |  | Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга, в беге между предметами, разучить ходьбу по наклонной доске сохраняя устойчивое равновесие; повторить перебрасывания мяча.                         |
| 27-28 | «У кого мяч»           | 2 | 08.12<br>09.12 |  | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и на левой сторону; упражнять в ползании и переброске мяча.   |
| 29-30 | «Охотники и зайцы»     | 2 | 15.12          |  | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер повторить ползание по гимнастической  |

|       |                        |   |                |  |   |
|-------|------------------------|---|----------------|--|---|
|       |                        |   | 16.12          |  | скамейке, упражнять в сохранении устойчивого равновесия.  |
| 31-32 | «В круг»               | 2 | 22.12<br>23.12 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках.  |
| 33-34 | «Медведи»              | 2 | 29.12<br>30.12 |  | Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо.   |
| 35-36 | «Совушка»              | 2 | 12.01<br>13.01 |  | Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч головой.   |
| 37-38 | «Не оставайся на полу» | 2 | 19.01<br>20.01 |  | Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяч друг другу; повторить задание в равновесии.   |
| 39-40 | «Хитрая лиса»          | 2 | 26.01<br>27.01 |  | Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в равновесии и прыжках; упражнять лазанья на гимнастическую стенку, не пропуская реек.   |
| 41-42 | «Охотники и зайцы»     | 2 | 02.02<br>03.02 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в беге продолжительностью до 1,5 мин; в сохранении устойчивого равновесие при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнять в прыжках и забрасывании мяча в корзину.  |
| 43-44 | «Прыг- скок»           | 2 | 09.02<br>10.02 |  | Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазании под дугу и отбивании мяча о землю.   |
| 45-46 | «Проползи не урони»    | 2 | 16.02<br>17.02 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучивать метание мешочков в вертикальную цель; упражнять в лазанье под Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; |

|       |                   |   |                |  |  |
|-------|-------------------|---|----------------|--|--|
|       |                   |   |                |  | упражнять в лазании под дугу и отбивании мяча о землю палку и перешагивании через нее.   |
| 47-48 | «Ловишки»         | 2 | 24.02<br>02.03 |  | Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность в цель на дальность.  |
| 49-50 | «Правой левой»    | 2 | 03.03<br>09.03 |  | Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задание в прыжках с мячом.                    |
| 51-52 | «Бросили»         | 2 | 10.03<br>16.03 |  | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, упражнять в прыжках перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. |
| 53-54 | «Медведи и пчёлы» | 2 | 17.03<br>23.03 |  | Повторить в ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.                                 |
| 55-56 | «Стоп»            | 2 | 24.03<br>30.03 |  | Повторить в ходьбу со сменой темпа, упражнять в ползании по скамейке, в равновесии и прыжках.  |
| 57-58 | «Обруч»           | 2 | 31.03<br>06.04 |  | Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.  |
| 59-60 | «Палка»           | 2 | 07.04<br>13.04 |  | Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках в метании.  |
| 61-62 | «Стой»            | 2 | 14.04<br>20.04 |  | Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.   |
| 63-64 | «Зарядка»         | 2 | 21.04          |  | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по команде воспитателя; повторить метание, в вертикальную цель развивая ловкость и   |

|       |                      |    |                |  |   |
|-------|----------------------|----|----------------|--|---|
|       |                      |    | 27.04          |  | глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесии.   |
| 65-66 | «Горелки»            | 2  | 28.04<br>04.05 |  | Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжков   |
| 67-68 | «Что изменилось»     | 2  | 05.05<br>11.05 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.                        |
| 69-70 | «Найди и промолчи»   | 2  | 12.05<br>18.05 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.  |
| 71-72 | «Пожарные на учении» | 2  | 19.05<br>25.05 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами, колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. |
|       | всего                | 72 |                |  |   |

| <b>Физкультура на улице</b> |                    |   |       |  |  |
|-----------------------------|--------------------|---|-------|--|--|
| 1.                          | «Быстро в колонну» | 1 | 04.09 |  | Упражнять детей в построение в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.   |
| 2.                          | «Передай мяч»      | 1 | 11.09 |  | Повторять в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом. |

|     |                     |   |       |  |  |
|-----|---------------------|---|-------|--|--|
| 3.  | «Не попадись»       | 1 | 18.09 |  | Повторить бег до 1 мин; упражнения в прыжках. Развивать ловкость и глазомер координацию движений.  |
| 4.  | «Мяч о стенку»      | 1 | 25.09 |  | Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задание с мячом, развивать ловкость и глазомер.   |
| 5.  | «Поймай мяч»        | 1 | 02.10 |  | Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках                        |
| 6.  | «Не попадись»       | 1 | 09.10 |  | Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с бегом и прыжками.   |
| 7.  | «Мяч водящему»      | 1 | 16.10 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег продолжительностью до 1 мин; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками. |
| 8.  | «Пас друг другу»    | 1 | 23.10 |  | Развивать выносливость в беге продолжительностью 1.5 мин; Различать игру «Посадка картофеля» ; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре затейники»                                   |
| 9.  | «Посадка картофеля» | 1 | 30.10 |  | Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.   |
| 10. | «Не задень»         | 1 | 06.11 |  | Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом упражнять в беге.  |
| 11. | «По мостику»        | 1 | 13.11 |  | Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.  |
| 12. | «Летает не летает»  | 1 | 20.11 |  | Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.  |

|     |                      |   |       |  |   |
|-----|----------------------|---|-------|--|---|
| 13. | «Ловишки перебежки»  | 1 | 27.11 |  | Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом  |
| 14. | « Кто дальше бросит» | 1 | 04.12 |  | Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.   |
| 15. | «Пойдём по мосточку» | 1 | 11.12 |  | Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель.   |
| 16. | «Смелые воробушки»   | 1 | 18.12 |  | Развивать ритмичность ходьбы на лыжах. Упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросанием снежков в горизонтальную цель.                         |
| 17. | « По дорожке»        | 1 | 25.12 |  | Повторить передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке. |
| 18. | «Сбей кеглю»         | 1 | 10.01 |  | Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.  |
| 19  | «Кто быстрее»        | 1 | 15.01 |  | Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, повторить игровые упражнения с бегом и метанием.   |
| 20. | «Кто дальше бросит»  | 1 | 22.01 |  | Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторять игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность.   |
| 21. | «С горки»            | 1 | 29.01 |  | Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.  |
| 22. | «Точный пас»         | 1 | 05.02 |  | Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах; игровые упражнения с шайбой, скольжении по ледяной дорожке.                                      |



|     |                           |   |       |  |  |
|-----|---------------------------|---|-------|--|--|
| 23. | «Кто дальше»              | 1 | 12.02 |  | Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.                    |
| 24. | «Не попадись»             | 1 | 19.02 |  | Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность в цель на дальность.                            |
| 25. | «Летает - не летает»      | 1 | 26.02 |  | Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость                |
| 26. | «Ловкие ребята»           | 1 | 05.03 |  | Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.  |
| 27. | «Быстро передай»          | 1 | 12.03 |  | Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом          |
| 28. | «Прокати- сбей»           | 1 | 19.03 |  | Упражнять в беге на скорость; разучить упражнения с прокатыванием мяча: повторить игровые задания с прыжками.                  |
| 29. | «Передача мяча в колонне» | 1 | 26.03 |  | Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.           |
| 30. | «Догони обруч»            | 1 | 02.04 |  | Упражнять детей в длинном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками с мячом. |
| 31. | «Мяч в кругу»             | 1 | 09.04 |  | Повторить с детьми бег на скорость; игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом   |
| 32. | « С кочки на кочку»       | 1 | 16.04 |  | Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии                                     |
| 33. | «Отбей волан»             | 1 | 23.04 |  | Упражнять в беге с высоким подниманием колен, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.                   |

|     |                 |    |       |  |   |
|-----|-----------------|----|-------|--|---|
| 34. | «Совушка»       | 1  | 30.04 |  | Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивать ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом. |
| 35. | «Ловкие ребята» | 1  | 07.05 |  | Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.  |
| 36. | «Проведи мяч»   | 1  | 14.05 |  | Повторять в беге с высоким подниманием колен, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом                                       |
|     | Всего           | 36 |       |  |   |