

Календарно – тематический план

СЕНТЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Познакомить детей с различными видами мячей, с историей возникновения мяча – Учить сочетать замах с броском при метании – Развивать глазомер, точность движения. – Соблюдать правила игры с мячом. – Выявить исходные данные психомоторного развития ребёнка.	МОНИТОРИНГ 1 Часть: Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен. Бег. Подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с массажным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>П/И</u> «Брось - догони». <u>П/И</u> «Подбрось - поймай». <u>Дых. упр-е</u> «Носик балуется». 3 Часть: Презентация «Мячик, мячик, ты откуда?»	1 Часть: Ходьба с заданием для рук, подскоки и прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1. Катание мяча «змейкой» между предметами. 2. Бросание малого мяча вверх и ловля его одной рукой. <u>П/И</u> «Попади в цель». <u>П/И</u> «Шмель». <u>Дых. упр-я</u> «Смешинка» «Шарик лопнул». 3 Часть: Релаксация «Пляж» (3) «Волшебный сон» (4).

ОКТАБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить отбивать мяч о пол двумя руками, стоя на месте; прокатывать с горки; подбрасывать и ловить с хлопком в ладоши. – Учить сохранению правильной осанки при выполнении упражнений. – Побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремлению к качественному выполнению движения.	1 Часть: Ходьба приставным шагом боком, прямо. Бег «покажи пятки». Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. <u>ОВД</u> 1. Отбивание мяча о пол двумя руками, стоя на месте. 2. Прокатывание мяча с горки. <u>П/И</u> «Мяч сквозь обруч». <u>П/И</u> «Ловишки с мячом». <u>Дых. упр-я</u> «Подуй на листик» «Летят мячи».	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Весёлая клоунада». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его с хлопком. 2. Самостоятельные игры с мячами. <u>П/И</u> «Мяч среднему». <u>П/И</u> «Быстрый мячик». <u>Дых. упр-я</u>

	3 Часть: Релаксация «Змейки греются на солнышке» (1) «Опавшие листики» (2).	«Ветер и листья» «Ёжик». 3 Часть: Релаксация «Ковёр – самолёт» (3) Просмотр мультфильма «Топчумба» (4).
--	--	--

НОЯБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить бросать и ловить мяч друг другу из положения сидя; забрасывать мяч в баскетбольную корзину, принимая правильную стойку. – Познакомить со спортивными играми с мячом. – Воспитывать желание заниматься в команде.	1 Часть: Ходьба семенящим шагом, широким шагом, с поворотом кругом. Подскоки, боковой галоп. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым пластмассовым мячом. Упр-е для кистей рук со шнурком. ОВД 1.Бросание и ловля мяча друг другу из положения сидя. 2.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. П/И «Ловкая пара». П/И «Мяч вдогонку». Дыхательные упражнения. «Каша кипит» «Дует ветер». 3 Часть: Релаксация «Ароматпалочка» (1) «Каждый спит» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Антошка». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с фитболом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом. ОВД 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (10 раз подряд). 2.Прокатывание мяча по полу между предметами «змейкой», до ориентира, вокруг ориентиров. П/И «Мяч в кругу». П/И «Догони мяч». Дыхательные упражнения «Лесной воздух» «Маятник». 3 Часть: Релаксация «Тёплая ванна» (3) Презентация «Виды спорта с мячом» (4).

ДЕКАБРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить детей бросать мяч вверх и ловить его с поворотом кругом; бросать мяч друг другу с хлопком; отбивать мяч двумя руками, шагая в прямом направлении и сохраняя равновесие; метать малый мяч в верт. цель. – Учить соблюдать правила игры.	1 Часть: Ходьба с заданием для рук, ходьба «пингвин». Бег «лошадки». Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. ОВД 1.Бросание мяча вверх и ловля его с поворотом кругом.	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Барби». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с воздушным шаром. <u>Упр-е для кистей рук</u> с брусочком. ОВД 1.Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперёд шагом в прямом

– Воспитывать внимательность и заботу друг к другу.	2.Бросание мяча друг другу с хлопком. П/И «Закати мяч в обруч». П/И «Передай мяч». <u>Дых. упр-я</u> «На турнике» «Подуй на снежинку». 3 Часть: Релаксация «Звери спят, птицы спят»(1) «Колыбельная» (2).	направлении (R-5м). 2.Метание малого мяча в верт. цель (h-2 м). П/И «Не упусти шарик». П/И «Мяч об пол». <u>Дых. упр-я</u> «Хлопушка» «Молодцы». 3 Часть: Релаксация «Фея сна» (3) Просмотр мультфильма «Дедушка и внучек» (4).
---	---	---

ЯНВАРЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить бросать мяч друг другу и при ловле делать поворот; метать мячи разного веса правой левой рукой; отбивать мяч о стенку разными способами; метать мяч в горизонт. цель. – Развивать физические качества (настойчивость, решительность, целеустремлённость).	1 Часть: Ходьба в парах, с высоким подниманием колен. Медленный бег. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячиком. <u>ОВД</u> 1.Бросание мяча друг другу и ловля его с поворотом кругом. 2.Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. П/И «Кати в цель». П/И «Ловкая пара». <u>Дых. упр-я</u> «Дровосек» «Ах!». 3 Часть: Релаксация «Снежинки» (1) «В царстве Снежной Королевы» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Буратино». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым резиновым мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с цилиндром. <u>ОВД</u> 1.Отбивание мяча о стенку с хлопком, с поворотом, отскоком от пола. 2.Забрасывание малого мяча в напольную корзину. П/И «Подвижная мишень». П/И «Быстрый мячик». <u>Дых. упр-я</u> «Вырасти большой» «Стёклышко». 3 Часть: Релаксация «Сказочный сон» (3) Просмотр мультфильма «Неженка» (4).

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить бросать мяч друг другу и ловить его в движении; с отскоком от пола; прокатывать мяч правой и левой ногой, сохраняя равновесие. – Развивать глазомер.	1 Часть: Ходьба «змейкой» поперёк зала, на корточках. Бег «верёвочка». Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с малым пластмассовым мячом.	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Cocolate». 2 Часть: <u>ОРУ</u> со средним мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с карандашом.

– Воспитывать желание радоваться успехам и сопереживать неудачам товарищей.	<u>Упр-е для кистей рук со шнурком.</u> <u>ОВД</u> 1.Бросание мяча друг другу и ловля его в движении. 2.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. П/И «Попади в ворота». П/И «Мяч по дорожке». <u>Дых. упр-я</u> «Мыльные пузыри» «Апчи!». 3 Часть: Релаксация «Спящий котёнок» (1) «Звёздочки на небе» (2).	<u>ОВД</u> 1.Бросание мяча друг другу и ловля его с отскоком от пола. 2.Метание мяча в горизонт. цель. П/И «Мяч в корзину». П/И «Ловишки с мячом». <u>Дых. упр-я</u> «Гармошка» «Партизаны». 3 Часть: Релаксация «Сосульки тают» (3) Просмотр мультфильма «Упрямый ослик» (4).
---	--	--

МАРТ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить отбивать мяч одной рукой; прокатывать его ногой между предметами; перебрасывать друг другу через шнур. – Развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость). – Поддерживать интерес к различным видам спорта.	1 Часть: Ходьба на носках, пятках. Бег с высоким подниманием колен «лошадки». Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ с фитболом.</u> <u>Упр-е для кистей рук с брусочком.</u> <u>ОВД</u> 1.Отбивание мяча одной рукой (правой и левой), продвигаясь вперёд. 2.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. П/И «Догони мяч». П/И «Ловкая пара». <u>Дых. упр-я</u> «Обед» «Насос». 3 Часть: Релаксация «Подводный мир» (1) «У лесного ручья» (2).	1 Часть: Ритмическая гимнастика «Знаменитое кантри». 2 Часть: <u>ОРУ с воздушным шаром.</u> <u>Упр-е для кистей рук с цилиндром.</u> <u>ОВД</u> 1.Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. 2.Перебрасывание мяча друг другу через шнур. П/И «Мяч навстречу мячу». П/И «Успей поймать». <u>Дых. упр-я</u> «Художники» «Дятел». 3 Часть: Релаксация «Аромапалочка» (3) Просмотр мультфильма «С бору по сосенке» (4).

АПРЕЛЬ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Учить элементам спортивных игр с мячом	1 Часть: Ходьба спиной вперёд,	1 Часть: Ритмическая гимнастика

– Развивать мелкую моторику рук. – Воспитывать положительные качества личности (инициативность, самостоятельность, активность).	парами. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд. Ходьба. 2 Часть: <u>ОРУ</u> с надувным мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с пластмассовым массажным мячом. <u>ОВД</u> 1.Отбивание мяча о стенку с хлопком, поворотом, отскоком от пола. 2.Перебрасывание мяча через шнур в команде (элементы пионербола). П/И «Послушный мяч». <u>Дых. упр-я</u> «Дуем друг на друга» «Полёт в космос». 3 Часть: Релаксация «Волшебный сон» (1) «Тайны космоса» (2).	«Детская танцевальная». 2 Часть: <u>ОРУ</u> с цветным клубком. <u>Упр-е для кистей рук</u> с мячиком для пинг-понга. <u>ОВД</u> 1.Перебрасывание мяча через сетку в команде (элементарный пионербол). П/И «Ты катись, катись, наш мячик». <u>Дых. упр-я</u> «Ныряльщики» «Осы». 3 Часть: Релаксация «Путешествие на облаке» (3) Просмотр мультфильма «Как утёнок- музыкант научился играть в футбол»(4)
--	---	--

МАЙ

Задачи	Занятие 1-2	Занятие 3-4
– Развивать двигательную активность. – Воспитывать положительные эмоции. – Определить уровень владения мячом.	1 Часть: Ритмическая гимнастика 2 Часть: <u>ОРУ</u> с большим мячом. <u>Упр-е для кистей рук</u> с попрыгунчиком. <u>ОВД</u> Самостоятельные игры с мячами. <u>Дых. упр-я</u> «Сирень» «Песенка». 3 Часть: Релаксация «Цветы распускаются» (1) «Загораем» (2).	Физкультурный досуг совместно с детьми 1 старшей группы « Мы - спортсмены ». МОНИТОРИНГ