

Принято
педагогическим советом
Протокол № 5
от «15» мая 2018г.

Утверждено
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 60
компенсирующего вида»

Грегер Т.Г.

«18» мая 2018г.



**Перспективный план оздоровительной работы средствами физической культуры
детьми 5—7 лет**

Задачи работы:

- охранять, укреплять здоровье детей, закалять детский организм;
- закреплять приобретенные навыки при выполнении основных движений;
- формировать доступные представления и знания о здоровом образе жизни.

Виды деятельности	1 неделя	2 неделя
Утренний прием детей на улице	<i>Виды упражнений:</i> медленный бег до двух минут. <i>Оборудование:</i> 2 флажка разного цвета, таких же цветов, мяч (диаметр 15 см) Игры: «Береги флажок», «Кто ловкий»	<i>Виды упражнений:</i> метание в горизонтальную цель. <i>Оборудование:</i> кольца, щит для метания. Игра «С кочки на кочку»
Утренняя гимнастика	Комплекс упражнений	
Дневная прогулка Совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств. Спортивные, подвижные и хороводные игры, турпоходы, пешие прогулки, игровые и танцевальные упражнения, спортивные развлечения	Элементы спортивной игры «футбол». <i>Пособия:</i> футбольный мяч, ворота Игра «Забей в ворота». <i>Оборудование:</i> мячи, корзины. Игра-эстафета «Забрось мяч в кольцо». Спортивный досуг «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья»	Элементы спортивной игры «баскетбол». <i>Оборудование:</i> вертикальные щиты, мячи. Эстафета «Полоса препятствий». <i>Оборудование:</i> на выбор воспитателя. Спортивный досуг «Уроки Айболита»

Виды деятельности	3 неделя	4 неделя
Утренний прием детей на улице	<i>Виды упражнений:</i> катание на велосипедах (по прямой, повороты вправо, влево), бег в среднем темпе. <i>Оборудование:</i> велосипеды. Игра «Не упусти шарик»	<i>Виды упражнений:</i> метание предметов вдаль. <i>Оборудование:</i> мячи, щиты для метания Игры: «Охотники и заяц», «Найди свое место»
Утренняя гимнастика	Комплекс упражнений	
Дневная прогулка Совместная деятельность с детьми по закреплению основных видов движений и развитию физических качеств	Игра в футбол. <i>Оборудование:</i> воротники, футбольный мяч, обручи, предметы — заменители картошки. Игры-эстафеты: «Эстафета парами "Посади и собери картофель"», «Да здравствует бег!»	Игра в баскетбол. <i>Оборудование:</i> мячи, щиты. Перебежки со скакалками «Веселые аттракционы»
Индивидуальная работа по развитию движений	Зависит от уровня физического развития детей	Зависит от уровня физического развития детей
Оздоровительные мероприятия после сна	Гимнастика: профилактическая, игровая, логоритмическая, танцевальная, на основе фольклора	Гимнастика: профилактическая, игровая, логоритмическая, танцевальная, на основе фольклора
Прогулка вечерняя	Самостоятельная деятельность детей	Самостоятельная деятельность детей
Индивидуальная работа с детьми по развитию движений	Подвижные и спортивные игры по желанию детей	Подвижные и спортивные игры по желанию детей