

Согласованно
На педагогическом совете номер №2
Протокол №2 от 04.12.2019

Утверждено
Приказ №127-ОД от 04.12.2019

Заведующий Н.С.Доброходова



**ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ
В ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ
ПРОГРАММУ
«Здоровячок»
МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД «НЕПОСЕДЫ»
НА 2019 – 2020 УЧЕБНЫЙ ГОД
(в части календарно-тематического
планирования)**

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА 2019 – 2020 УЧЕБНЫЙ ГОД
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ЗДОРОВЯЧОК»**

№	Месяц	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	8	Спортивный зал	наблюдение
2	Октябрь	8	Спортивный зал	наблюдение
3	Ноябрь	8	Спортивный зал	наблюдение
4	Декабрь	8	Спортивный зал	наблюдение
5	Январь	6	Спортивный зал	наблюдение
6	Февраль	8	Спортивный зал	наблюдение
7	Март	9	Спортивный зал	наблюдение
8	Апрель	9	Спортивный зал	наблюдение
9	май	7	Спортивный зал	наблюдение
Итого:		72		Спортивный зал

Перспективное планирование:

СЕНТЯБРЬ				
Содержание образовательной деятельности				
Этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятие №1 Занятие №2	Занятие №3 Занятие №4	Занятие №5 Занятие №6	Занятие №7 Занятие №8
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками, выполняет по показу элементы самомассажа и дыхательной гимнастики, звуковой гимнастики, гимнастики для глазок</p>				
Вводная часть	Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С малым мячом	С мягкими модулями
Основные виды движений	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина – 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Бегите ко мне», «Пойдём в гости»	«Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»
Малоподвижные игры	«Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала».	«Найдем птичку»	«Сорви яблоко»	«Найдем жучка»
Оздоровливающие элементы	Самомассаж с массажным мячиком и без. Пальчиковая гимнастика	+ Хождение по сенсорным дорожкам , упражнения для профилактики плоскостопия	+Гимнастика для глаз ,для мышц лица	+Дыхательная и звуковая гимнастика

ОКТЯБРЬ

Содержание образовательной деятельности

	1-я неделя Занятие №9 Занятие №10	2-я неделя Занятие №11 Занятие №12	3-я неделя Занятие №13 Занятие №14	4-я неделя Занятие №15 Занятие №16
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С флажками	На ковриках
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч») 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1 Ползание «Крокодилы» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники»

Оздоровляющие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-/-	-/-/-/-	-/-/-/-
НОЯБРЬ Содержание образовательной деятельности				
Этапы	1-я неделя Занятие №17 Занятие №18	2-я неделя Занятие №19 Занятие №20	3-я неделя Занятие №21 Занятие №22	4-я неделя Занятие №23 Занятие №24
Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С веревочками	С обручем	Без предметов	С флажками
Основные виды движений	1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.)); 2. Прыжки на двух ногах «Воробышки»	1. Прыжки через «болото»; 2. прокати мяч «точный пас»;	1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов); 2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их. 3. Игровое задание «быстрые жучки» (ползание).	1. Игровое задание «Паучки» (ползание); 2. Упражнение в сохранении равновесия
Подвижные игры	«Птички»	«Кот и воробышки»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
Малоподвижные игры	«Найдем птичку»	«Где спрятался цыпленок»	«Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за комаром.

Оздоровляющие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-	-/-/-	-/-/-
-------------------------------	---	-------	-------	-------

ДЕКАБРЬ
Содержание образовательной деятельности

Этапы	1-я неделя Занятие №25 Занятие №26	2-я неделя Занятие №27 Занятие №28	3-я неделя Занятие №29 Занятие №30	4-я неделя Занятие №31 Занятие №32
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Прыжки со скамейке (высота 20 см.) на мат. 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга; 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.).	1. Ползание по доске с опорой на ладони и колени (игровое упражнение «Жучки на бревнышке»); 2. Упражнение в сохранении равновесия. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику»)
Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Котята и щенята»	«Снежинки-пушинки»	«Птица и птенчики»
Малоподвижные	«Найдем птенчика»	«Кошечка крадется»	«Найдем Снегурочку»	«Найдем птенчика»

игры				
Оздоровляющие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-/-	-/-/-/-	-/-/-/-

ЯНВАРЬ
Содержание образовательной деятельности

		2-я неделя Занятие №33 Занятие №34	3-я неделя Занятие №35 Занятие №36	4-я неделя Занятие №37 Занятие №38
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ		С мешочками	С мешочками	На ковриках
Основные виды движений		1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1 Ползание «Крокодильчики» (ползание под переладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры		«Зайка серый умывается»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподвижные игры		Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники»

Оздоровляющие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-	-/-/-	-/-/-
-------------------------------	---	-------	-------	-------

Февраль
Содержание образовательной деятельности

	1-я неделя Занятие №39 Занятие №40	2-я неделя Занятие №41 Занятие №42	3-я неделя Занятие №43 Занятие №44	4-я неделя Занятие №45 Занятие №46
--	---	---	---	---

Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.

Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С мешочками	Без предметов	С флажками	На ковриках
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч»)4 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1Ползание «Крокодильчики» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподвиж-ные игры	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны,	Имитация «Деревья и кустарники»

			за головой	
Оздоровливающие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-	-/-/-	-/-/-

МАРТ				
Содержание образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя Занятие №47 Занятие №48	2-я неделя Занятие №49 Занятие №50	3-я неделя Занятие №51 Занятие №52	4-я неделя Занятие №53 Занятие №54 Занятие №55
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками, выполняет по показу элементы самомассажа и дыхательной гимнастики, звуковой гимнастики, гимнастики для глазок				
Вводная часть	Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Без предметов	С платочками	С малым мячом	С мягкими модулями
Основные виды движений	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина – 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Бегите ко мне», «Пойдём в гости»	«Птички»	«Кот и воробьишки»	«Быстро в домик»

Малоподвижные игры	«Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала».	«Найдем птичку»	«Сорви яблоко»	«Найдем жучка»
Оздоровливающие элементы	Самомассаж с массажным мячиком и без . Пальчиковая гимнастика	+ Ходжение по сенсорным дорожкам , упражнения для профилактики плоскостопия	+Гимнастика для глаз ,для мышц лица	+Дыхательная и звуковая гимнастика

АПРЕЛЬ
Содержание образовательной деятельности

	1-я неделя Занятие №56 Занятие №57	2-я неделя Занятие №58 Занятие №59	3-я неделя Занятие №60 Занятие №61	4 и 5-я неделя Занятие №62 Занятие №63 Занятие №64
--	---	---	---	--

Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.

Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С веревочками	С обручем	Без предметов	С палочками
Основные виды движений	1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.)); 2. Прыжки на двух ногах	1. Прыжки через «болото»; 2. прокати мяч «точный пас»;	1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов); 2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их.	1. Игровое задание «Паучки» (ползание); 2. Упражнение в сохранении равновесия

	«Воробышки»		3. Игровое задание «быстрые жучки» (ползание).	
Подвижные игры	«Птички»	«Кот и воробышки»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
Малоподвижные игры	«Найдем птичку»	«Где спрятался цыпленок»	«Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за комаром.
Оздоровляющие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-	-/-/-	-/-/-

МАЙ				
Содержание образовательной деятельности				
	1-я неделя Занятие №65 Занятие №66	2-я неделя Занятие №67 Занятие №68	3-я неделя Занятие №70 Занятие №71	4-я неделя Занятие №72
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На лавочках

Основные виды движений	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Прыжки со скамейке (высота 20 см.) на мат. 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга; 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.).	1. Ползание подоске с опорой на ладони и колени (игровое упражнение « Жучки на бревнышке»); 2. Упражнение в сохранении равновесии. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику»)
Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Котята и щенята»	«Снежинки-пушинки»	«Птица и птенчики»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика»	«Кошечка крадется»	«Найдем Снегурочку»	«Найдем птенчика»
Оздоровливающие элементы	Все ранее изученные элементы из 1,2,3,4 недели сентября	-/-/-	-/-/-	-/-/-