

**Примерный перспективный план работы по реализации регионального компонента по программе  
Волошиной Л.Н. «Играйте на здоровье!» 3 -7 лет**

**Сентябрь – Октябрь**

**Футбол**

<b>Младшая группа</b>			
<b>Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)</b>	<b>Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Источники</b>
НОД (ОРУ «Ловкие мячики», ОРУ с мешочками). Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Мячи шалунишки», «Нарисуй мячик», «Ловкие ножки», «Прокати», «Остановись», «Поворот», «Покатаем по дорожке», «Где котик?», «У ребят порядок строгий», «Гонка мячей», «Мяч под сетку».	Сказка педагога о мячах. Ходьба и бег в колонне с мячом в руках. Игровые упражнения игры с элементами футбола: «Попади в ворота», «Где котик», «Кенгуру», «Ловкие ножки», «Какого мяча нет», «Остановись», «Детки и котик» «Мой веселый, звонкий мяч», «Ловкие ребята», «Детки и кот», « Попрыгаем как мячики».	Игровые упражнения и игры: «Большие», «Прокати», «Машинки».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.59-63, стр.137, стр.191

**Октябрь – ноябрь**

**Настольный теннис**

<b>Младшая группа</b>			
<b>Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)</b>	<b>Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Источники</b>
НОД (ОРУ танец с теннисными шариком», ОРУ «Проверим автомобили»)). Игровые упражнения и игры с элементами настольного тенниса: «Мяч друг другу», «Повеселимся», «Светофор», «Солнышко и туча», «Гонка шариков», «Мой веселый звонкий мяч».	Сказка о самом маленьком мячике Игровые упражнения и игры с элементами настольного тенниса: «Зонтики», «Покружились», «По дорожке», «Подбей мяч», «Мяч в кругу», «Цветные автомобили», «Ветер».	Игровые упражнения и игры: «На лошадах».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.63-65, стр.145, стр.197

**Декабрь****Хоккей**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Младшая группа</b>			
НОД ( «Затейники» - ОРУ с клюшкой) Игровые упражнения и игры с элементами хоккея: «Хлопушки», «Метелица», «Гонка шайб», «Следопыты», «Затейники», «Канатоходцы».	Игровые упражнения и игры с элементами хоккея: «Попрыгунчики», «Снайперы», «Ловишки», «Чья клюшка быстрее», «Пройди- не задень».	Игровые упражнения и игры: «Ловишки», «Чья шайба дальше»	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.87-89, стр.152, стр.203

**Март – апрель****Городки**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Младшая группа</b>			
ОРУ с городками, с битой Игровые упражнения и игры с элементами городков: «Дорожка» (выложенная из городков), «Попади в брусочек», «Носильщик», «Цепочка», «Змеечка», «Кто дальше».	Беседы «Когда бросаю пятерых выбиваю», «Эти удивительные городки» Игровые упражнения и игры с элементами городков: «Попади в песочницу», «У кого городок», «Метни стрелу», «Найди свой домик», «Поиграем».	Игровые упражнения и игры: «Носильщики», «Кто дальше».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.100-103, стр.158, стр. 211

**Май**

**Баскетбол**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Младшая группа</b>			
Игровые упражнения и игры с элементами баскетбола: «Найди свой домик», «Наши ножки прыгают по дорожке», «Обезьянки», «Не отдам», «Подними мяч», «Поздоровались», «Лови не зевай».	Игровые упражнения и игры с элементами баскетбола: «Птички в гнездышках», «Играй, играй, мяч не теряй», «Быстрее к своему мячу», «Кого назвали, тот ловит», «Мяч в обруч», «Быстрее к своему мячу».	Игровые упражнения и игры: «Наши ножки бегут по дорожке», «Большие и маленькие», «Носильщики».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.114- 118, стр.163, стр. 215

**Примерный перспективный план работы по реализации регионального компонента по программе  
Волошиной Л.Н. «Играйте на здоровье!» 3 -7 лет**

**Сентябрь – Октябрь**

**Футбол**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Средняя группа</b>			
НОД (ОРУ «Ловкие мячики», ОРУ с мешочками, ОРУ «Веселые ребята») Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Поворот», «Остановись», «Ловкие мячики», «Мяч под сетку», «Гонка мячей», «Не потеряй».	Вспомнить сказку о мячах. Ходьба и бег в колонне с мячом в руках Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Попади в ворота», «Прокати», «Детки икот», «Где котик», «Порисуем мячики».	Игровые упражнения и игры: «У кого нет мяча», « У ребят порядок строгий»	Волошина Л.Н.,  Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.59-63, стр.137, стр.191

**Октябрь – ноябрь**

**Настольный теннис**

<b>Средняя группа</b>			
ОРУ «Проверим автомобили». Игровые упражнения и игры с элементами настольного тенниса: «Гонка мячиков», «Тучки по небу ходили», «Вокруг света», «Повеселимся», «Светофор», релаксация «Солнышко», «На лошадках», «Подъемный кран».	Ходьба и бег с теннисным мячиком. Игровые упражнения и игры: «Не потеряй», «Мой веселый звонкий мяч», « На зонтик», «Покружились», «По дорожке», «Попрыгаем», «Подбей мяч», «Мяч вокруг обруча» , «Цветные автомобили».	Игровые упражнения и игры: «Солнышко и дождик», «Зонтики», «Покатаемся», «Мяч друг другу».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.75-80, стр.145, стр.197

**Декабрь****Хоккей**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Средняя группа</b>			
НОД «Затейники» - ОРУ с клюшкой. Игровые упражнения и игры с элементами хоккея: «Хлопушки» «Метелица», «Фигуры», «С льдины на льдину», «Точный пас», «Где красная клюшка».	Игровые упражнения и игры: «Пройди не задень», «Попрыгунчики», «Снайперы», «Чья клюшка быстрее», «Забей в ворота», «Кто скорее», «Зайцы и волк».	Игровые упражнения и игры: «Гонка шайб», «Канатоходцы»,	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.90-92, стр.152, стр.203

**Март – апрель****Городки**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Средняя группа</b>			
ОРУ с городками, с битой. Беседы о действиях с битой. Подвижные игры с элементами городков: «Попади в брусок», «У кого брусок», «Составь фигуру», «Кто дальше»	Беседа « Наш городок», Игровые упражнения и игры: «Кто дальше», «Метни стрелу», « Составь фигуру», «Поиграем».	Игровые упражнения и игры: «Змеечка», «Носильщик», «Найди свой домик»,	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.103-106, стр.158, стр. 211

**Май****Баскетбол**

<b>Средняя группа</b>			
Игровые упражнения и игры с элементами баскетбола: «Не отдам!», «Пролезь быстрее», «Подними мяч», «У кого меньше мячей», «Какого мяча нет», «Чье звено быстрее», «Найди свой домик», «Прыг – скок, побежал дружок!»	Игровые упражнения и игры: «Найди свой домик», «Наши ножки ловко прыгают по дорожке», «Поздоровались», «Лови, не зевай», «Мяч в обруч», «Попади в корзину», «Подними мяч», «Большие – маленькие».	Игровые упражнения и игры: «Носильщики» (катить в корзину)», «Обезьянки»	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.118 -120, стр.163, стр. 215

**Примерный перспективный план работы по реализации регионального компонента по программе  
Волошиной Л.Н. «Играйте на здоровье!» 3 -7 лет**

**Сентябрь – Октябрь**

**Футбол**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Старшая группа</b>			
НОД (ОРУ «Ловкие мячики», ОРУ с мешочками, ОРУ «Веселые ребята») Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Мы веселые ребята», «Зайцы в огороде», «Пустое место», «Удочка», «Обратный поезд», «Точный удар», «Чей мяч дальше», «Кто быстрее к финишу», «Кто больше отобьет», «Вокруг света», «Ловкие ребята», «Не выпусти мяч из круга», «Меткий футболист».	Вспомнить сказку о мячах. Ходьба и бег в колонне с мячом в руках Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Поворот», «Остановись», «Ловкие мячики», «Мяч под сетку», «Гонка мячей», «Не потеряй».	Игровые упражнения и игры: «Попади в ворота», «Прокати», «Детки икот», «Где котик», «Порисуем мячики»	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.65-69, стр.137, стр.191

**Октябрь – ноябрь**

**Настольный теннис**

<b>Старшая группа</b>			
ОРУ «Проверим автомобили». Игровые упражнения и игры с элементами настольного тенниса: «Охотники и утки», «Гонка мяча по кругу», «Мяч соседу», «Рыбаки и рыбки».»Чье звено быстрее передаст ракетку», «Ровным кругом», «Подбрось-поймай», «Попади в цель», «Мяч в кругу», «Мяч навстречу мячу», «Перебрось мяч», «Попади вкруг», «Мяч вокруг обруча», «Не дай мячу скатиться», «Пройди с мячом», «Почекань мяч».	Ходьба и бег с теннисным мячиком. Игровые упражнения и игры: «Гонка мячиков», «Тучки по небу ходили», «Вокруг света», «Повеселимся», «Светофор», релаксация «Солнышко», «На лошадаках», «Подъемный кран».	Игровые упражнения и игры: : «Не потеряй», «Мой веселый звонкий мяч», « На зонтик», «Покружились», «По дорожке», «Попрыгаем», «Подбей мяч», «Мяч вокруг обруча», «Цветные автомобили».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.80-84, стр.145, стр.197

## Декабрь

## Хоккей

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Старшая группа</b>			
<p>НОД «Затейники» - ОРУ с клюшкой. Игровые упражнения и игры с элементами хоккея: «Догони пару», «Воробьи и вороны», «Берег море», «Сбей колпак у снежной бабы», «Снайперы», «Гонки колесниц», «Стоп», «Квадрат», «Ледяная карусель», «Передай шайбу», «Сбей кеглю», «Попади с подачу», «Не выпусти шайбу из круга», «Салочки».</p>	<p>Игровые упражнения и игры: «Хлопушки» «Метелица», «Фигуры», «С льдины на льдину», «Точный пас», «Где красная клюшка», «Забей в ворота», «Гонки с шайбой».</p>	<p>Игровые упражнения и игры: «Пройди не задень», «Попрыгунчики», «Снайперы», «Чья клюшка быстрее», «Забей в ворота», «Кто скорее», «Зайцы и волк».</p>	<p>Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.92-96, стр.152, стр.203</p>

## Март – апрель

## Городки

<b>Старшая группа</b>			
<p>ОРУ с городками, с битой. Беседы о действиях с битой. Подвижные игры с элементами городков: «Карусель», «Парные карусели», «Собери палки –биты», «Лошадки», «Через биты-полозки», «Кто дальше и быстрее», «Пролезь в обруч», «Передай биту», «Подбрось-поймай», «Метни стрелу», «Попади в песочницу», «Составь фигуру», «Попади в круг», игра в городки.</p>	<p>Беседа « Наш городок», Игровые упражнения и игры: «Попади в брусок», «У кого брусок», «Составь фигуру», «Кто дальше».</p>	<p>Игровые упражнения и игры: «Кто дальше», «Метни стрелу», « Составь фигуру», «Поиграем».</p>	<p>Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.103-106, стр.158, стр.211</p>

**Май**

**Баскетбол**

<b>Старшая группа</b>			
Игровые упражнения и игры с элементами баскетбола: «Найди свой цвет», «Вышло солнце из-за реки», «Задний ход», «По кочкам», «Серпантин», «Туннель с мячом», «Перекажи быстрее», «Вместо скакалки».	Игровые упражнения и игры: «Найди свой цвет», «Вышло солнце из-за реки», «Задний ход», «По кочкам», «Серпантин», «Туннель с мячом», «Перекажи быстрее», «Вместо скакалки».	Игровые упражнения и игры: «Не отдам!», «Пролезь быстрее», «Подними мяч», «У кого меньше мячей», «Какого мяча нет», «Чье звено быстрее», «Найди свой домик», «Прыг – скак, побежал дружок!»	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.120 - 125, стр.163, стр. 215

**Июнь**

**Бадминтон**

<b>Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)</b>	<b>Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Источники</b>
<b>Старшая группа</b> Игровые упражнения и игры с элементами бадминтона: «Пронзи кольцо», «Подбрось-поймай, падающий не давай», «передвинь флажок», «Чья команда меткая».	Игровые упражнения и игры: «Выбивной», «Подбей волан», «Загони волан в обруч», «Отрази волан».	Игровые упражнения и игры: «Удочка», «Волк во рву».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.129 - 133, стр.163, стр. 215

**Примерный перспективный план работы по реализации регионального компонента по программе  
Волошиной Л.Н. «Играйте на здоровье!» 3 -7 лет**

**Сентябрь – Октябрь**

**Футбол**

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Подготовительная группа</b>			
НОД (ОРУ «Ловкие мячики», ОРУ с мешочками, ОРУ «Веселые ребята») Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Шишки, желуди, орехи», «Сороконожки», «Дружные ребята», «Ведение мяча парами», «Футбол вдвоем», «Забей в ворота», «Подвижная цель», «Борьба за мяч», «Кто забьет больше мячей», игра в футбол по командам.	Вспомнить сказку о мячах. Ходьба и бег в колонне с мячом в руках Игровые упражнения и игры с элементами футбола: «Мы веселые ребята», «Зайцы в огороде», «Пустое место», «Удочка», «Обратный поезд», «Точный удар», «Чей мяч дальше», «Кто быстрее к финишу», «Кто больше отобьет», «Вокруг света», «Ловкие ребята», «Не выпусти мяч из круга», «Меткий футболист».	Игровые упражнения и игры: «Поворот», «Остановись», «Ловкие мячики», «Мяч под сетку», «Гонка мячей», «Не потеряй», «У ребят порядок строгий»	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.69-72, стр.137, стр.191

**Октябрь – ноябрь**

**Настольный теннис**

<b>Подготовительная группа</b>			
ОРУ «Проверим автомобили». Игровые упражнения и игры с элементами настольного тенниса: «Горелки», «Наступление», «Лови-не лови», «Живая мишень», «Обведи мяч вокруг обруча», «От стены на ракетку», «С ракетки на ракетку», «Загони мяч на стол», «Отрази» ( на столе)	Ходьба и бег с теннисным мячиком. Игровые упражнения и игры: «Охотники и утки», «Гонка мяча по кругу», «Мяч соседу», «Рыбаки и рыбки», «Чье звено быстрее передаст ракетку», «Ровным кругом», «Подбрось-поймай», «Попади в цель», «Мяч в кругу», «Мяч навстречу мячу», «Перебрось мяч», «Попади вокруг», «Мяч вокруг обруча», «Не дай мячу скатиться», «Пройди с мячом», «Почекань мяч».	Игровые упражнения и игры: «Гонка мячиков», «Тучки по небу ходили», «Вокруг света», «Повеселимся», «Светофор», релаксация «Солнышко», «На лошадаках», «Подъемный кран».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.84-87, стр.145, стр.197

## Декабрь

## Хоккей

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Подготовительная группа</b>			
НОД «Затейники» - ОРУ с клюшкой. Игровые упражнения и игры с элементами хоккея: «Землемеры», «Попрыгунчики», «Сбей колпак у снежной бабы», «»Стоп», «Поспеш, но не сбей», «»Сбей кеглю», «Загони в ворота», «Попади в предмет», «Не пропусти шайбу», «Хоккеисты».	Игровые упражнения и игры: «Догони пару», «Воробьи и вороны», «Берег - море», «Сбей колпак у снежной бабы», «Снайперы», «Гонки колесниц», «Стоп», «Квадрат», «Ледяная карусель», «Передай шайбу», «Сбей кеглю», «Попади с подачу», «Не выпусти шайбу из круга», «Салочки».	Игровые упражнения и игры: «Хлопушки» «Метелица», «Фигуры», «С льдины на льдину», «Точный пас», «Где красная клюшка», «Забей в ворота», «Гонки с шайбой».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.96-100, стр.152, стр.203

## Март – апрель

## Городки

<b>Подготовительная группа</b>			
ОРУ с городками, с битой. Беседы о действиях с битой. Подвижные игры с элементами городков: «Карусель», «Парные карусели», «Собери палки–биты», «Гонка крабов», «Через биты-полозки», «Неразрывные цепи», «Не задеть», «Пролезь в обруч», «Подбрось-поймай», «Передвинь флажок», «Угони городок дальше всех».	Беседа « Наш городок», Игровые упражнения и игры: «Карусель», «Парные карусели», «Собери палки–биты», «Лошадки», «Через биты-полозки», «»Кто дальше и быстрее», «Пролезь в обруч», «Передай биту», «Подбрось-поймай», «Метни стрелу», «Попади в песочницу», «Составь фигуру», «Попади в круг», Игра в городки .	Игровые упражнения и игры: «Попади в брусок», «У кого брусок», «Составь фигуру», «Кто дальше»	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.111-114, стр.158, стр.211

## Май

## Баскетбол

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Подготовительная группа</b>			
Игровые упражнения и игры с элементами баскетбола: «Найди свой цвет», «Задний ход», «Туннель», «Ручей».	Игровые упражнения и игры: «Найди свой цвет», «Вышло солнце из-за речки», «Задний ход», «По кочкам», «Серпантин», «Туннель с мячом», «Перекасти быстрее», «Вместо скакалки».	Игровые упражнения и игры: «Найди свой цвет», «Вышло солнце из-за речки», «Задний ход», «По кочкам», «Туннель с мячом», «Перекасти быстрее», «Вместо скакалки».	Волошина Л.Н., Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.125 - 129, стр.163, стр. 215

## Июнь

## Бадминтон

Инструктор по физической культуре. воспитатель (непосредственно образовательная деятельность, 3-е занятие)	Виды совместной деятельности воспитателя с детьми в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей	Источники
<b>Подготовительная группа</b>			
Игровые упражнения и игры с элементами бадминтона: «Пронзи кольцо», «За двумя зайцами», «Ловкий рапирист», «Ложись», «Подбрось-поймай, падать не давай», «Волан через сетку».	Игровые упражнения и игры: «Пронзи кольцо», «Подбрось-поймай, падать не давай», «передвинь флажок», «Чья команда меткая».	Игровые упражнения и игры: «Выбивной», «Подбей волан», «Загони волан в обруч», «Отрази волан».	И Волошина Л.Н., играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Стр.133-133-136, стр.163, стр. 215