Сентябрь. 1 неделя.

Тема: «Здравствуй детский сад» (Детский сад, игры, игрушки)

Сентябрь. 2 неделя.

Тема: «Байкал-жемчужина Сибири» (Животный и растительный мир нашего региона. Народы нашего региона. Неделя Иркутской области.)

Диагностика

Сентябрь. 3 неделя.

Тема: «Осень в гости к нам пришла» (Осень, деревья, кустарники. Ягоды, грибы, овощи, фрукты)

Задачи: Повторить ходьбу и бег парами. Разучить ходьбу по рейке гимнастической скамейки. Упражнять в прыжках с продвижением в перед, перебрасывании мяча друг другу двумя руками из-за головы. Развивать ловкость, внимательность и координацию движений. Воспитывать интерес и к занятиям физической культурой.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
5-6	Построение в шеренгу. Перестроение в колону по одному. Ходьба на носках, на пятках, высоко поднимая колени. Перестроение в пары. Ходьба и бег парами, в рассыпную.	№5 Без предметов	«Путешествие в осенний лес» 1.«По бревнышку» Ходьба по рейке гимнастической скамейки. 3-4 раза. 2. «С кочки на кочку» Прыжки с продвижением вперед. 3. «Игра на поляне» -Перебрасывание мяча в парах, двумя руками из за головы. 10-12 раз. Раст.2.5 м.	Подв.игра: «Охотники и зайцы» Игра на расслабление: «Листопад»	2 скамейки, мячи по кол-ву детей. 3 теннисных мяча.	Сюжетное	

Сентябрь. 4 неделя.

Тема: « Мой любимый детский сад» - день дошкольного работника. (Я-мальчик. Я-девочка. Профессии работников детского сада)

Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением направления движения. Разучить прыжки через длинный шнур. Упражнять в бросании мяча и ползанье на животе. Развивать ловкость, выносливость, координацию движений. Воспитывать чувство взаимопомощи, внимательного отношения друг к другу.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание

7-8	Построение в одну шеренгу. дыхательные упражнения. Перестроение в колону по одному. Ходьба и бег в колоне по одному с изменением направления движения, «змейкой», вынося вперед прямые ноги.Перестроение в две колонны. 1-мал 2-дев.	№6 С косичкой.	1.Ползанье по гимнастической скамейке. (мальчики на животе подтягиваясь руками, девочки-на четвереньках, ладонях и коленях) 2.Ходьба по шнуру боком, приставным шагом. 3-4 раза 3. Прыжки через длинный шнур. (Для мальчиков темп вращения чуть быстрее) 4.Передача мяча в парах любым удобным способом.	Подв.игра: «Мы веселые ребята» Игра малой подвижности: «Угадай кого не стало»	Косички по кол-ву детей, два шнура, две скамейки, мячи на пол группы.	Традиционное	С учетом гендерного подхода

Октябрь. 1 неделя.

Тема: Сияние России. Дни духовности и культуры (Наша родина. Народные промыслы, ремесла. Произведения искусства, музыка.)

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в колоне по одному. Разучить ходьбу «змейкой». Упражнять в ходьбе по наклонной доске, повторить прыжки с продвижением вперед, ловлю мяча двумя руками. развивать внимательность, ловкость, чувство равновесия.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
1-2	Построение в шеренгу, самомассаж. Перестроение в колону по одному. Ходьба и бег в колоне по одному «змейкой», врассыпную, через предметы. Перестроение в две колонны.	№1 с флажками	1. Ходьба по наклонной доске, руки на поясе. (шир.20 см.выс.30 см.) 3-4 раза. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками. 3-4 раза. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. 4. Ползанье на четвереньках по прямой. На ладонях и ступнях. 3-4 раза.	Народная подв.игра: «Горелки» Мимическая гимнастика «Облака»	Флажки, по кол-ву детей, 2 скамейки, 8 кубиков, мячи по кол-ву детей	Традиционное	

Октябрь. 2 неделя.

Тема: Покровские посиделки. (Овощи, фрукты, злаки. Труд на селе осенью. Инструменты.)

Задачи: Повторить ходьбу, бег с изменением направления движения. Бег боковым галопом. Упражнять в бросании мяча о стенку и ползанье по скамейке на четвереньках, прыжках поочередно на правой, левой ноге. При спрыгивании с высоты приземляться на полусогнутые ноги. Развивать глазомер, координацию движений, ловкость.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
3-4	Построение в колону по одному, дыхательные упражнения. Повороты на право, налево. Ходьба в колоне по одному на носках, пятках, полуприсяде, приседе, с изменением направления движения. Бег с изменением направления движения, Боковым галопом.	№2 с косичками	1. Спрыгивание с высоты 30 см. на мат. 4-5 раз. 2. Бросание мяча о стену и ловля его после отскока о пол.12-14 раз. 3. Ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках на ладонях и ступнях. 3-4 раза. 4. Прыжки с продвижением вперед поочередно на правой, левой ноге. 3-4 раза.	Подв.игра: «Сбор урожая» Игра малой подвижности: «Овощи - фрукты»	Косички по кол-ву детей, 2 скамейки, мячи по кол-ву детей, обручи.	Традиционное	

Октябрь. 3 неделя.

Тема: Всемирный день животных. (Дикие и домашние животные)

Задачи: Повторить ходьбу со сменой темпа движения, упражнять в ходьбе и беге в рассыпную. Учить детей при перебрасывании мяча друг другу подавать мяч точно в руки. Упражнять в пролезании в обруч, прыжках попеременно на правой и левой ноге. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать глазомер, ловкость, чувство равновесия.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
5,6	Построение, проверка осанки, равнения. Пальчиковая гимнастика. Ходьба в колоне по одному на носках, пятках, дробным шагом, Ходьба, бег со сменой темпа, бег врассыпную. Упражнение на равновесие «Аист». перестроение в три колоны.	№3 с мячом	1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. расстояние 3 м. 10-12 раз. 2. Пролезании в обруч прямо и боком, в группировке. 3-4 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе. 3-4 раза. 4. Прыжки попеременно на правой, левой ноге. Раст. 4-5 м	Подв.игра: «Волк во рву» Игра малой подвижности: «Знаешь ли ты животных»	Большие мячи по кол-ву детей, 4 обруча, 2 скамейки.	Традиционное	

Октябрь. 4 неделя

Тема: Международный день мультфильмов. (Профессии. Сказки)
Задачи: Повторить ходьбу и бег в колоне по одному по кругу. Учить сохранять равновесие удерживая мешочек на голове, при ползанье на спине. Упражнять в влезании на гимнастическую стенку, в прыжках через шнуры. Развивать чувство равновесия, ловкость, силу, смелость. Воспитывать интерес к занятиям спортом.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
7,8	Построение в колону по одному, перестроение в круг. Самомассаж. Ходьба по кругу на высоких четвереньках, широким шагом, спиной вперед. Бег по кругу с остановкой на сигнал воспитателя, с изменением направления движения, врассыпную.	№4 с кольцами	1.«Сказочный дуб» Влезание на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет и спуск вниз. 3-4 раза 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 3-4 раза. 3. Прыжки через шнуры положенные на расстоянии 30 см. 3-4 раза. 4. Ползанье на четвереньках с мешочком на спине. 3-3 раза.	Подв.игра: «Рыбаки и рыбки» Релаксация «Сказка»	Кольца по кол-ву детей, скамейки, 8 шнуров.	Тематическое.	

Ноябрь. 1 неделя.

Тема: День народного единства. (Моя родина-Россия. Российская символика)
Задачи: Повторить ходьбу и бег парами. Разучить ходьбу по рейке гимнастической скамейки. Упражнять в прыжках с придвижением вперед, перебрасывании мяча друг другу двумя руками из-за головы, отбивании мяча одной рукой о пол. Развивать координацию движений, равновесие, глазомер. Воспитывать интерес к спортивным упражнениям.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание

1-2	Построение в шеренгу, самомассаж. Перестроение в колону по одному. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени. перестроение в пары. Ходьба и бег парами, врассыпную.	№5 без предметов	1.Ходьба по рейке гимнастической скамейки. 3-4 раза. 2. Прыжки с продвижением вперед, ноги вместе, ноги врозь. Расстояние 4 м. 3-4 раза. 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. 10-12 раз. Раст. 3 м. 4. отбивание мяча о пол правой, левой рукой. 3-4 раза	Народная подв.игра: «Ляпка» Игра малой подвижности: «Города»	2 скамейки, мячи большие по кол-ву детей.	Традиционное	

Ноябрь. 2 неделя.

Тема: Мир транспорта. (Транспорт, профессии. ПДД. ОБЖ.)

Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением направления движения. Закреплять умение ходить и бегать «змейкой», выбрасывая вперед прямые ноги. Упражнять в ползанье на животе по гимнастической скамейке, ходьбе по шнуру боком приставным шагом. Развивать, ловкость, быстроту, координацию движений. Закреплять представление детей о профессии пожарный.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
3,4	Построение, проверка равнения. Дыхательная гимнастика. Ходьба и бег в колоне по одному с изменением направления движения. Ходьба и бег «змейкой», вынося вперед прямые ноги.	№6 с косичкой	«Тренировка пожарных» 1. Прыжки из обруча в обруч 3-4 раза 2. Прокатывание мяча между кеглями. 3- раза 3. Ползанье на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. 3-4 раза. 4. Ходьба по шнуру, боком приставным шагом. 3-4 раза.	Подв.игра: «Пожарные на учении» Игра на расслабление: «Штанга»	Косички по кол-ву детей, два шнура, 2 скамейки.	Игровое	

Ноябрь. 3 неделя.

Тема: Синичкины именины. (Перелетные и зимующие птицы)

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колоне по одному «змейкой», разучить ходьбу, бег по диагонали. Продолжать учить отбивать мяч одной рукой о пол, продвигаясь вперед. Упражнять в подлезании под дугу, ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве, координацию движений.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
5,6	Построение, проверке равнения, осанки. Дыхательная гимнастика. Перестроение в колону по одному, ходьба мелким и широким шагом. Бег в колоне по одному высоко поднимая колени. Ходьба и бег «змейкой», по диагонали.	№7 с малым мячом	1.Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед. Раст. 4-5 метров. 2. Подлезание под дугу боком, не касаясь руками пола. 3-4 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом. 3-4 раза. 4. «Школа мяча»-отбивание мяча в различных и.п. Стоя, на коленях, сидя.	Подв.игра: «Перелет птиц» Игра малой подвижности: «Узнай птичку» (загадки о птицах)	Мячи большие по кол-ву детей, 4 дуги, 2 скамейки.	Традиционное	

Ноябрь. 4 неделя.

Тема: День Матери. (Семья, родственные связи, генеалогическое древо.)

Задачи: Упражнять в ходьбе в колоне по одному по кругу. Закрепить навык влезания на гимнастическую стенку, упражнять в прыжках через шнуры. Развивать чувство равновесия.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
7,8	Построение, проверка осанки, равнения. Ходьба колонной по одному по кругу, выполняя задания на внимание. Ходьба и бег врассыпную, с изменением темпа и направления движения.	№8 с гимнастической палкой	1.Влезание на гимнастическую стенку, не пропуская реек и спуск по диагонали. 3-4 раза. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии 40 см. друг от друга. 3-4 раза. 3. Прыжки черед шнуры положенные на расстоянии 40 см. 3-4 раза.	Подв.игра: «Коршун и наседка» Игра малой подвижности «У кого какая мама?»	Гимнастические палки по кол-ву детей, набивные мячи, 8 шнуров.	Сюжетное	

Декабрь. 1 неделя.

Тема: Здравствуй гостья Зима. (Зима, зимние изменения в природе)

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге высоко поднимая колени, беге вынося вперед прямые ноги, по диагонали, учить бегать по наклонной доске. Упражнять в прыжках с высоты, бросании и ловле мяча. Развивать ловкость, чувство равновесия, координацию движений. Воспитывать интерес к спортивным упражнениям.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
1,2	Построение в одну шеренгу, проверка равнения. Самомассаж. Ходьба в колоне по одному на носках, пятках, высоко поднимая колени, бег в колоне по диагонали, вынося вперед прямые ноги, с подскоками.	№5 без предметов	1. Ходьба и бег по наклонной доске. Высота 30 см. 4-5 раз. 2. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. Высота 25 см. 3-4 раза. 3. Бросание мяча вверх и ловля его 10-12 раз. 4. Ползанье на четвереньках , на ладонях и коленях с мешочком на спине. Раст. 5 м. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока от пола. 10-12 раз	Подв.игра: «Два мороза» Игра на расслабление: «Снежинки»	2 доски, 2 стойки, 2 скамейки, мячи большие по кол-ву детей.	Традиционное	

Декабрь. 2 неделя.

Тема: Все работы хороши. (Профессии. Инструменты.)

Задачи: Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному с остановкой на сигнал, выполнять подпрыгивание на правой и левой ноге с продвижением вперед. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу и ловле его после отскока о пол, ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
3,4	Построение в одну шеренгу. Ходьба в колоне по одном скрестным шагом, выполняя задания педагога. Ходьба и бег колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя, с изменением направления движения.	№8 с гимнастической палкой	1.Подпрыгивание на правой, левой ноге с продвижением вперед. Расстояние 5 м. 2. Перебрасывание мяча друг другу. Ловля его после отскока о пол. 10-12 раз. 3. Ползанье по гимнастической скамейки на четвереньках. 4. Ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках, с	Подв.игра: «Охотник и зайцы» Игра малой подвижности: «Угадай профессию»	Гимнаст. палки по кол-ву детей, мячи, 2 скамейки.	Традиционное	

			мешочком на спине.				

Декабрь. 3 неделя.

Тема: Екатерина - Санница. (Зимние виды спорта)

Задачи: Учить ходить и бегать «по диагонали». Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному, в рассыпную. Разучить подбрасывание мяча одной рукой. Упражнять в ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость, ориентировку в пространстве. Формировать стремление к здоровому образу жизни.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
5,6	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках, пятках, гимнастическим шагом, «по диагонали». Бег, «змейкой», «по диагонали».	№3 с мячом	1.«Хоккеисты» Ведение мяча клюшкой, между кеглями. 2. «Забрось шайбу в ворота» 3. «Биатлон» Изображая ход на лыжах, дойти до мишени, бросить в цель мяч.	Подв.игра: «Фигуры» Игра малой подвижности: «Зимние виды спорта»	Мячи малого диаметра, 2 клюшки, кегли.	Игровое	

Декабрь. 4 неделя.

Тема: Здравствуй, Новый год. (Зимние праздники)

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному боковым галопом, «змейкой». Закреплять умение энергично подтягиваться двумя руками при ползанье по гимнастической скамейке на животе, упражнять в прыжках на двух ногах продвигаясь вперед, отбивании мяча одной рукой на месте. Развивать координацию движений, ловкость.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание

7,8	Построение в одну шеренгу, проверка осанки равнения. Ходьба, бег в колоне по одному боковым галопом, ходьба на носках, пятках, бег с остановкой по сигналу воспитателя, «змейкой»	№6 с косичкой	1. Ползанье по гимнастической скамейке на четвереньках, по «медвежьи». 3-4 раза. 2. Ходьба по скамейке перешагивая кубики, руки на поясе. 3-4 раза 3. Прыжки на двух ногах между предметами. 3-4 раза. расстояние 40 см. 4. Отбивание мяча одной рукой на месте. 15-20 раз.	Подв.игра: «Два мороза» Игра на расслабление мышц живота: «Шарик	Косички по кол-ву детей, 2 скамейки, 4 кубика, 8 кеглей.	Круговая тренировка.	

Январь. 2 неделя.

Тема: Святочная неделя. (Традиции русского народа)

КАНИКУЛЫ

Январь. 3 неделя

Тема: Разноцветная планета. (Животные Севера и Жарких стран)
Задачи: Закреплять умение детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения, ходьбе в приседе, упражнять в беге с высоким подниманием колен. Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его после хлопка, упражнять в подлезании под шнур в группировке. Развивать чувство равновесия, ловкость, внимательность.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
5,6	Построение в одну шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колону по одному. Ходьба, на четвереньках, в приседе бег с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен, перестроение в две колоны.	№10 Без предметов	1. «Львы» Ползанье по наклонной лестнице на четвереньках. 3-4 раза. 2. «Удав» Ползанье по пластунски под шнуром. 3-4 раза. 3. «Кенгуру» Прыжки в длину с места. 4. «Обезьяны играют с кокосом» Подбрасывание мяча вверх и ловля его после отскока о полхлопка.	Подв.игра: «Ловля обезьян» Упражнение на расслабление «Ловля обезьян»	Большие мячи по количеству детей, стойка со шнуром, 2 скамейки.	Игровое	

Январь. 4 неделя.

Тема: Разноцветная планета. Страны. Народы мира.)

Задачи: Учить детей рассчитываться на первый, второй. Упражнять детей в ходьбе и беге парами с выполнением заданий. Учить в пролезании между рейками лестницы. Упражнять в прыжках на правой, левой ноге с продвижением вперед. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, чувство равновесия.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
7,8	Построение в одну шеренгу, проверка осанки и равнения. Расчет на первый, второй. Перестроение в колонну по два. Ходьба в парах на носках, пятках, с перекатом с пятки на носок. Бег в парах с изменением темпа движения, в рассыпную.	№2 с косичками	1.Пролезание между рейками лестницы. 3-4 раза. 2. Ходьба по рейке гимнастической скамейки 3-4 раза. 3. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. (раст.3-4 м.) 4. Прыжки правым, левым боком. (раст.4-5 м.)	Подв.игра: «Бараше к (Мелуц) » Молдавс кая нар.игра. Игра малой подвижн ости: «Ригу-Ра гу». Литовск ая народна я игра.	Косички по количеству детей, две лестницы, две скамейки, обручи по кол-ву детей.	Игров ое	

Февраль. 1 неделя.

Тема: Секреты сундучка. (Одежда, обувь, головные уборы, профессии.)

Задачи: Продолжать учить детей ходить и бегать спиной вперед. Упражнять в ходьбе широким шагом. Закреплять умение подлезать в обруч в группировке прямо и боком. Упражнять в забрасывании мяча в корзину, бросании, ловле и отбивании мяча, прыжках через короткую скакалку. воспитывать ловкость, координацию движений.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание

1,2	Построение в одну шеренгу, перестроение в колону. Ходьба на носках, пятках, в колонне по одному, широким шагом, спиной вперед. Бег с остановкой на сигнал воспитателя, спиной вперед.	№8 с гимнастической палкой	1.Подлезание в обруч прямо и боком в группировке. 3-4 раза. 2. Забрасывание мяча в корзину. 10-12 раз. 3. Прыжки через короткую скакалку, разными способами. 4. «Школа мяча» -бросание о пол и ловля. - подбрасывание вверх и ловля - отбивание одной рукой на месте.	Подв.игра: «Волк во рву» Игра малой подвижности: «Уга-да йка»	Обручи 4-6 штук, мячи по кол-ву детей, мат для прыжков.	Круговая тренировка	

Февраль. 2 неделя.

Тема: Скатерть - самобранка. (Посуда. Продукты питания. Профессии.)

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге парами выполняя задания воспитателя. Закреплять умение при метании мяча в вертикальную цель занимать правильное исходное положение. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, в ходьбе по наклонной доске. Развивать меткость, внимательность, чувство равновесия и ориентировку в пространстве.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
3,4	Построение в колонну по одному, проверка осанки, равнения. Самомассаж. Перестроение в колонну по два. Ходьба и бег парами с изменением темпа движения, в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя.	№11 С малым мячом	1.Метание мячей в вертикальную цель 8-10 раз (раст.2.5м) 2. Лазанье по гимнастической стенке разноименным способом.3-4 раза 3. Ходьба, бег по наклонной доске. 3-4 раза. 4. Лазанье по наклонной лестнице. 3-4 раза.	Подв.игра: «Мы веселые ребята!» Игра малой подвижности: «Съедобное-несъедобное»	Мячи по кол-ву детей, наклонные доски 2 шт., мат.	Традиционное	

Февраль. 3 неделя.

Тема: День Защитника Отечества. (Защитники отечества. Военная техника. Мужские профессии.)

Задачи: Продолжать учить детей выполнять повороты на месте. Упражнять детей в ходьбе спиной вперед, в пролезании между двумя шнурам, в подбрасывании и ловле мяча с хлопками. Продолжать

учить выполнять прыжок в длину с разбега. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве, выносливость.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
5,6	Построение в одну шеренгу, проверка равнения и осанки. Повороты на право, лево, кругом. Перестроение в колону по одному. Ходьба в колонне по одному с выпадами, спиной вперед, на низких четвереньках. Бег в медленном темпе до 2 мин.	№12 с гимнастической палкой	«На учениях юные солдаты» 1.Подлезание под дугу в группировке. h 40-50см 2. Метание мяча малого мяча в цель. 3. Прыжки в длину с разбега. 4-5 раз. 4. Прыжки через короткую скакалку.	Подв.игра: «Самолеты» Игра малой подвижности: «Военная тайна»	Мячи по кол-ву детей, два шнура, стойки	Сюжетное	

Февраль. 4 неделя.

Тема: Дом, в котором мы живем. (Дом. Квартира. Бытовые приборы. Мебель. Профессии. ОБЖ.)

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой ведущего. Закреплять умения детей бросать двумя руками из за головы, от груди, отбивать о пол. Развивать ловкость, глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать интерес к занятиям физкультурой.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
7,8	Построение в шеренгу, самомассаж, расчет на первый, второй. Перестроение в колону по два. Ходьба, бег с остановкой на сигнал, с изменением темпа, в рассыпную.	№13 С мячами.	1. Отбивание мяча о пол. 2. Бросание мяча через сетку, двумя руками из за головы. 3. Передача мяча в парах, двумя руками из-за головы. 4. Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. 5. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке.	Подв.игра: «Совушка» Игра малой подвижно-сти: «Что нас в доме окружает» Ловят мяч и называют предметы окружающие нас в доме.	Мячи по кол-ву детей, стойка со шнуром.	Тематическое	

Март. 1 неделя.

Тема: 8 Марта. (Весна, Женский день, Женские профессии)

Задачи: Отрабатывать с детьми повороты на право, лево. Упражнять детей в ходьбе и беге выполняя задания педагога, закреплять навыки ходьбы и бега в рассыпную. Учить детей влезать на канат. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, развивать ловкость при ловле мяча. Развивать силу, ловкость, ориентировку в пространстве.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
1,2	Построение, повороты на право, лево, перестроение в одну колонну. Ходьба в колонне по одному на носках, пятках, скрестным шагом, беге широким шагом. Ходьбе и беге в рассыпную.	№14 С кубиками	1. Ходьба по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вперед вверх и перекладывая мяч из одной руки в другую. 3-4 раза 2. Подпрыгивание на правой и левой ноге с продвижением вперед (3-4 метра)- 3-4 раза. 3.Лазанье по канату. 2-3 раза.	Подв.игра: «Бездомный заяц» Упражнение на релаксацию: «Цветы»	Кубики по кол-ву детей, мячи, 2 гимнастические скамейки, набивные мячи.	Традиционное	

Март. 2 неделя.

Тема: Неделя книги. (Библиотеки, профессии)

Задачи: Закреплять навыки ходьбы и бега с остановкой на сигнал. Упражнять детей в правильном отталкивании в прыжках в высоту с разбега. Упражнять в бросании мяча в даль, ползанье по гимнастической скамейке.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
3,4	Построение в шеренгу, проверка равнения. Самомассаж. Расчет на первый, второй, третий. Ходьба, бег в колонне по одному, с высоким поднимание колен, по диагонали с ускорением ходьба бег с остановкой по	№15 Без предметов.	1.Прыжки в высоту с разбега высота 30-50 см. 2. Бросание мяча в даль, правой, левой рукой. 3. Ползанье по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 3-4 раза. 4. Подлезание под шнур, дугу в группировке, правым, левым боком. 3-4 раза.	Подв.игра: «Не оставайся на полу» Игра малой подвижности: «Съедобное, не съедобное»	Стойка и шнур, мячи, 2 скамейки.	Традиционное	

	сигналу. Перестроение в три колоны.						

Март 3 неделя.

Тема: Вода - наш дом и его обитатели. (Вода. Обитатели водоемов и аквариумов. Водный транспорт. ОБЖ.)

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в колоне по два, перестроении в колону по одному. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, закреплять умения в ползанье по гимнастической скамейке. Развивать чувство равновесия, ловкость, глазомер, координацию движений. Воспитывать интерес к спортивным упражнениям.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
5,6	Построение в одну шеренгу, перестроение в колону по два, ходьба, бег в колоне по два с выполнением заданий, перестроение в колонну по одному.	№16 С кеглей	1. Бросание мешочков в горизонтальную цель. Раст. 2,5-3 метра 2. Ползанье по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3-4 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 3-4 раза. 4. Прыжки в длину с разбега.4-5 раз	Подв.игра: «Караси и щука» Упражнение на релаксацию «Океан»	Мешочки с песком, две гимнастические скамейки, маты для прыжков.	Игры-эстафеты	

Март. 4 неделя.

Тема: День театра. (Профессии.)

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в колоне по одному с выполнением заданий, в рассыпную. Повторить влезание на гимнастическую стенку, упражнять в прыжках на двух ногах между предметами. Совершенствовать физические качества (выносливость, ловкость) и волевые качества (внимание, выдержку, настойчивость). Воспитывать положительное отношение к физическим упражнениям, подвижным играм с правилами, занятиям физической культурой.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание

7,8	Построение в одну шеренгу, перестроение в колону. Ходьба в колоне «змейкой», на носках, пятках, высоко поднимая колени. Бег в колоне по одному, вынося вперед прямые ноги, с подскоками. Перестроение в круг.	№4 С цветами	1. Метания мяча в цель. 6 раз. Раст2.5-3 метра. 2. Прыжки на гимнастических мячах с продвижением вперед «змейкой» 3. Ходьба по массажной, извилистой дорожке. 4. Ходьба по «камушкам»	Подв.игра: «Пчелы» Релаксация: «Цветы»	Цветы двух размеров, гимнастические мячи, массажные дорожки, изображения насекомых.	Сюжетное.	

Апрель. 1 неделя.

Тема: Весенний перезвон Весна. Перелетные птицы.

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге по диагонали, боковым галопом. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в отбивании мяча о пол с продвижением вперед, точно забрасывать мяч в корзину. Развивать ловкость, координацию движений.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
1,2	Построение, проверка осанки и равнения. Самомассаж. Перестроение в колону по одному. Ходьба и бег в колоне по одному по диагонали, бег боковым галопом, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в три колоны.	№2 с косичками	1. Ходьба по рейке гимнастической скамейке. 3-4 раза. 2. Отбивание мяча о пол с продвижением вперед. Расст.5-6 метров. 3. Забрасывание мяча в корзину. Расст.3метра.	Подв.игра: «Перелет птиц» Релаксация: «Пе-релет птиц»	Гимнастические скамейки 3 штуки, мячи по кол-ву детей, косички.	Традиционное	

Апрель. 2 неделя.

Тема: Солнечная система. (Время. Части суток. Календарь. Времена года. Космос.)

Задачи: Закреплять навык ходьбы и бега с остановкой по сигналу воспитателя, умения рассчитываться на первый, второй. Упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу различными способами, прокатыванию обруча друг другу. Закреплять умение подлезать под шнур в группировке. воспитывать интерес к занятиям физкультурой.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание

3-4	Построение в колону по одному, расчет на первый второй. Перестроение в две колонны. Ходьба в колоне по два на носках, пятках, поворотом вокруг себя на сигнал. Перестроение в колонну по одному, бег с остановкой на сигнал, в рассыпную, с поворотом вокруг себя на сигнал.	№17 С обручем	1. Прыжки в длину с разбега. 3-4 раза. 2. Подлезание под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола. 3-4 раза. 3. Бросание мяча друг другу различными способами. 10-12 раз. 4. Прокатывание обруча друг другу.	Подв.игра: «Совушка» Игра малой подвижности: «Части суток»	Обручи по кол-ву детей, стойки и шнур, мячи на полгруппы, мат.	Традиционное	

Апрель. 3 неделя.

Тема: Всемирный день здоровья.(Человек. Организм. Предметы личной гигиены. ОБЖ)

Задачи: Упражнять детей выполнять повороты на месте на право, лево, кругом, в ходьбе и беге со сменой ведущего. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании в вертикальную цель, упражнять в лазании по гимн. Лестнице, развивать чувство равновесия. Воспитывать положительное отношение к физическим упражнениям.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
5,6	Построение в одну шеренгу. Самомассаж. Повороты на месте на право, лево, кругом. Ходьба, бег «змейкой», врассыпную, по диагонали. Перестроение в 2 колоны.	№10 Без предметов	1. Бросание мешочков в вертикальную цель. 5-6 раз. 2. Влезание на гимнастическую лестницу одноименным способом. 3-4 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом. 3-4 раза.	Подв.игра: «Займи свое место» Релаксация «Расслабление приятно»	Мешочки, 2-3 гимнастические скамейки.	Традиционное	

Апрель. 4 неделя.

Тема: С днем рождения, город Саянск. С днем рождения, детский сад. (Мой город. Детский сад.)

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге спиной вперед. Закреплять навыки владения мячом, развивать чувство равновесии по уменьшенной площади опоры, закреплять умение прыгать с продвижением вперед энергично отталкиваясь двумя ногами. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	примечание
6,7	Построение, проверка осанки и равнения, перестроение в колону по одному. Ходьба, бег спиной вперед, в рассыпную, с изменением темпа движения. Перестроение в круг.	№9 С большим мячом	1. Упражнения с мячом. Подбрасывание вверх, бросание о пол, отбивание одной рукой. 2. Ходьба по гимн. скамейке с мячом, 3. Ходьба по «зубцам» 4. Прыжки из обруча в обруч с мячом в руках. 5.Забрасывание мяча в корзину.	Подв.игра: «Не оставайся на полу» Игра малой подвижности: «Съедобное, не съедобное»	Мячи по кол-ву детей, 2 гимнастические скамейки, мягкие модули, обручи.	Метод круговой тренировки	

Май.1 неделя.

Тема: Весна-красна. (Весна. Весенние цветы. Насекомые.)

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону, перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку. Закреплять умение прыгать на гимнастических мячах с продвижением вперед. Отрабатывать навык бросания мяча о стену. Развивать ловкость, внимательность, координацию движений.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
1,2	Построение в одну шеренгу, проверка осанки, равнения. Повороты на право, лево. Перестроение в пары, ходьба и бег парами с изменением направления движения, перестроение в колонну по одному в движении.	№6 с гимнастическим мячом	1. Ходьба, по гимнастической скамейке перешагивая набивные мячи. 2. Прыжки на гимнастических мячах между предметами. 3. Бросание мяча о стену одной рукой и ловля двумя руками.	Подв.игра: «Пчелка» Игра малой подвижности: «Угадай цветок»	Гимнастические скамейки, гимнастические мячи, мячи диаметром 8-10см.для подгруппы.	Сюжетное	

Май 2 неделя

Тема: За мирное детство спасибо. (Наша Родина. День Победы.)

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Учить выполнять прыжок в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, лазанье на четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений, равновесие.

№ занятия	Вводная часть	ОРУ	Основные виды движений	Игра	Оборудование	Вид	Примечание
3-4	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры, бег с перешагиванием через шнуры, ходьба и бег в рассыпную.	№11 с обручем	1.Прыжки в длину с разбега. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 3. Ползанье на четвереньках, на ладонях и ступнях «по-медвежьи».	Подв.игра: «Не оставайся на полу» Игра малой подвижности: «Найди и промолчи»	Обручи по кол-ву детей, 2 скамейки, кубики и кегли.	Традиционное.	

Май. 3,4 неделя.

Тема: Неделя «Достижений». (Обо всем на свете.)

Диагностика