

ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСТРОВ ДЕТСТВА»
(ЧДОУ «Остров Детства»)

Московская обл., Одинцовский р/н, г. Одинцово, ул. Кутузовская, дом 13, ИНН/КПП 5032999433/503201001

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
ЧДОУ «Остров Детства»
протокол заседания № 1
от «30» августа 2021г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора
ЧДОУ «Остров Детства»
От 30.08.2021 г. № 56

Рабочая программа

Реализация образовательной области
«Физическое развитие»
основной образовательной программы
для детей дошкольного возраста (2-7 лет)
на 2021-2022 учебный год

Составитель:
Инструктор по физической культуре
Ерыгина Анна Игоревна

г. Одинцово

2021 г.

ОПИСАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Наименование Программы – Рабочая программа инструктора по физической культуре

Срок реализации Программы - 5 лет

Характеристика контингента воспитанников - Программа разработана для детей от 2-7 лет групп общеразвивающей направленности

Основания для разработки Программы

1. Закон РФ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020 г.)
2. ФГОС дошкольного образования, утверждённый приказом Минобрнауки России №1155 от 17.10.2013 г. (с изменениями на 21.01.2019 г. Приказ №31 Министерства просвещения РФ)
3. СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». В соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. N 373 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования"
5. Устав ЧДОУ «Остров Детства»
6. Основная образовательная программа ЧДОУ «Остров Детства»
7. Годовой план ЧДОУ «Остров Детства»

Статус Программы Нормативно-управленческий документ дошкольного образовательного учреждения, в котором отражаются цель и комплекс мероприятий, направленных на решение задач физического развития дошкольников.

Основной разработчик Программы

Инструктор по физической культуре Ерыгина Анна Игоревна

Исполнители Программы Инструктор по физической культуре, педагогический коллектив, коллектив воспитанников, родители ЧДОУ «Остров Детства»

Цель Программы

Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Задачи Программы

- Воспитание ценностного отношения детей к здоровью и человеческой жизни, развитие мотивации к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей;

- формирование осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- развитие интереса у детей к физической культуре и спорту;
- развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта;
- повышение родительской активности и ответственности в вопросах физического воспитания детей.

Ожидаемые конечные результаты реализации Программы

- Обеспечение равных стартовых возможностей для полноценного физического развития детей;
- снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма, приобщение ребёнка к здоровому образу жизни и овладение им разнообразными видами двигательной активности;
- проявление потребности у детей в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- проявление интереса детей к физической культуре и спорту;
- усиление родительской активности и ответственности в вопросах физического воспитания детей.

Задачи образовательной деятельности

- Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно – ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость - координацию движений.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Особенности построения Программы

Рабочая программа составлена на основе примерной основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», которая разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Физическое воспитание является важнейшей частью системы воспитания человека – это система мероприятий направлена на развитие растущего организма. Совершенствование физического воспитания детей дошкольного возраста приобрело особую значимость в связи с модернизацией образования в нашей стране. Период дошкольного детства — наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка, особенно его физических качеств. Поэтому необходима система контроля физического развития, физической подготовленности

и работоспособности детей. В процессе физического воспитания дошкольника следует создавать такие условия, в которых его физические возможности раскроются полностью. Этому может способствовать индивидуальный подход к детям, критерии его — состояние здоровья, уровни физической подготовленности и двигательной активности, половая дифференциация. Дошкольное детство — это начало познания жизни, человеческих взаимоотношений, начало формирования ребенка как личности, становление его характера. Одним из важных вопросов улучшения физического воспитания является поиск эффективных средств и методов, с помощью которых достигается гармоничное развитие детского организма.

Важным и существенным является то, что в настоящее время созданы основные правовые условия для разнообразия форм, содержания и методов работы с детьми. С повышением внимания к развитию личности ребенка связывается возможность обновления и качественного улучшения системы дошкольного физического воспитания. Наряду с поиском современных моделей воспитания, необходимо возрождать лучшие образцы народной педагогики. Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Интеграция образовательных областей

Физическая культура по-своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

Организация НОД по физической культуре

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю. Третье занятие со второй младшей группы проводится на улице во время прогулки. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию

координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

до 10 мин. - 1-я младшая группа

до 15 мин. - 2-я младшая группа

20 мин. - средняя группа

25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Формы организации двигательной деятельности.

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

- традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
- тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
- игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
- сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
- с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи:

- *общеразвивающие упражнения* направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.
- *физкультурно-оздоровительная деятельность* направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны: комплексы утренней гимнастики, комплексы физкультминуток, комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп комплексы дыхательных упражнений гимнастика для глаз и т. п.
- *спортивно-оздоровительная деятельность* направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.
- *физкультурно-досуговые мероприятия* направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к

физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

1.2 Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.

От 2 до 3 лет

Физическое развитие включает приобретения опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующие правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторике обеих рук, а так же с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, прыжки, повороты в обе стороны). Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

От 3 до 4 лет

В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть). Этот возраст благоприятен для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости и выносливости).

От 4 до 5 лет

Ребенок способен активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет ему расширять и обогащать репертуар уже освоенных основных движений более сложными. Важным показателем развития внимания является то, что к 5 годам в деятельности ребенка появляется действие по правилу – первый необходимый элемент произвольного внимания.

От 5 до 6 лет

Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развивается выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества.

От 6 до 7 лет

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. По собственной инициативе дети могут организовать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств ребенок этого возраста часто переоценивает свои возможности, совершает необдуманные физические действия.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ЧДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Воспитатель	Инструктор по физической культуре
1. Предоставляет инструктору по физической культуре информацию о состоянии здоровья ребёнка. 2. Осуществляет подготовку детей к НОД по физической культуре. 3. Оказывает помощь во время НОД инструктору по физической культуре по мере необходимости. 4. Совместно с инструктором по физической культуре проводит спортивные досуги, праздники, Дни здоровья, «спортивные каникулы». 5. По рекомендации инструктора по физической культуре проводит: - третье физкультурное занятие; - индивидуальную работу с детьми по развитию основных видов движений; - подвижные игры; - утреннюю гимнастику и гимнастику пробуждения; - специальные физические упражнения для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз)	1. Даёт рекомендации по проведению и оказывает помощь в проведении - третьего физкультурного занятия; - индивидуальной работы с детьми по развитию основных видов движений; - подвижных игр; - утренней гимнастики и гимнастики пробуждения; - специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз) 2. Совместно с воспитателем культуры проводит спортивные досуги, праздники, Дни здоровья, «спортивные каникулы». 3. Проводит консультации по физическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыкальный руководитель	Инструктор по физической культуре
1. Оказывает помощь в музыкальном оформлении НОД, спортивных досугов, праздников, Дней здоровья, «спортивных каникул». 2. Учитывает рекомендации инструктора по физической культуре по конкретным детям при проведении музыкально-ритмических движений. 3. Оказывает помощь в развитии основных видов движений, умения двигаться в такт музыке.	1. Даёт рекомендации индивидуальные рекомендации по детям. 2. Использует при проведении НОД, спортивных досугов, праздников, Дней здоровья, «спортивных каникул» музыку, рекомендованную музыкальным руководителем. Музыка воздействует: - на эмоции детей; - создает у них хорошее настроение; - помогает активировать умственную деятельность; - способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации; - освобождает инструктора или воспитателя от подсчета; - привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

--	--

Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к физической активности и спорту.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — повышение компетентности родителей в вопросах физического воспитания детей, включение родителей в физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС будет осуществляться в форме педагогической диагностики и обеспечивать комплексный подход к оценке индивидуальных достижений воспитанников по освоению образовательной программы дошкольного образования ЧДОУ «Остров Детства», а также позволит осуществлять оценку динамики их достижений.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) будут использоваться исключительно для решения следующих задач:

- повышение эффективности педагогических действий
- индивидуализации образования, которая может предполагать поддержку ребенка, построение его образовательной траектории или коррекцию его развития в рамках профессиональной компетенции педагога;
- оптимизации работы с группой детей.

Мониторинг в ЧДОУ «Остров Детства» включает в себя два компонента:

- мониторинг образовательного процесса
- мониторинг детского развития

Физическая культура в учебном плане

№ п/п	Виды организованной деятельности	Количество и регламент образовательных ситуаций по возрастам				
		1-ая младшая группа	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1.	Физическая культура	3 ОС по 10 мин по п/г вторая половина дня	3 ОС по 15 мин первая половина дня (третье на улице)	3 ОС по 20 мин первая половина дня (третье на улице)	3 ОС по 25 мин первая половина дня (третье на улице)	3 ОС по 30 мин первая половина дня (третье на улице)

Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского

организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.

В Структуре занятия физической культурой выделяются:

Вводная часть, которая направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости), включающая в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Оценка индивидуального развития детей

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих задач:

- Индивидуализация образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- Оптимизация работы с группой.

Педагогическая диагностика основывается на «Мониторинге достижения детьми планируемых результатов» по программе «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой. В процессе исследуются качества, характеризующие развитие физической сферы дошкольника. Педагогическая диагностика проводится два раза в год (сентябрь и май) с использованием диагностических заданий и наблюдений за поведением и деятельностью воспитанников, результаты которых заносят в карту развития каждого ребенка в электронном виде.

Данные по обследованию детей 2-7 лет являются исходным ориентиром для построения образовательной работы с дошкольниками в следующей возрастной группе.

Оценка физической подготовленности детей по показателям развития физических качеств.

Определение физической подготовленности необходимо для всесторонней оценки уровня развития ребенка и его функциональных возможностей. Тестирование физической подготовленности детей проводит инструктор по физической культуре. Разрешение на тестирование детей дает медицинский персонал МБДОУ. Педагог ведет протокол тестирования, оценивает полученные результаты, анализирует динамику показателей физической подготовленности детей. Уровень развития физических качеств определяется по таблице возрастнополовых нормативов по программе «Детство». Проводится тестирования в рамках НОД, включая в разминку упражнения, специфичные для тестовых заданий.

Оценка овладения необходимыми двигательными навыками и умениями.

Двигательные задания для оценки овладения двигательными навыками и умениями подбираются индивидуально с учетом особенностей состояния здоровья ребенка. Диагностика осуществляется в конце образовательного периода.

Используется комплекс упражнений для диагностики овладения необходимыми двигательными умениями и навыками по программе «От рождения до школы».

2. Содержательный раздел.

2.1 Учебный план реализации программы

Учебный план – нормативный документ отражающий структуру учебного процесса детского сада с учетом учебно-методического, кадрового и материально-технического обеспечения. Учебный план составлен на 2017-2018 учебный год в соответствии с реализуемой программой.

Учебный план определяет перечень образовательных областей, реализуемых в непосредственно образовательной деятельности, распределение учебного времени, отводимое на освоение содержания дошкольного образования по всем возрастным группам, образовательным областям и учебным занятиям с учетом ФГОС дошкольного образования. Содержание учебного плана обеспечивает сохранение и дальнейшее развитие физических, психических и интеллектуальных возможностей каждого ребенка, освоение образовательной программы МБДОУ и готовность выпускников к школьному обучению.

Учебный план ориентирован на организацию НОД в режиме 5-ти дневной рабочей недели. Продолжительность учебного года составит 33 недели.

2.2 Содержание психолого-педагогической работы

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

Дети от 2 до 3 лет

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слушать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Развивать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Развивать умение ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Дети от 3 до 4 лет

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.

Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично, отталкиваясь двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Развивать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Дети от 4 до 5 лет

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Развивать умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Развивать умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Развивать умение прыгать через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развивать умение выполнять построения, соблюдать дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Развивать умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Дети от 5 до 6 лет

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Развивать умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Развивать умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Развивать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Развивать умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Развивать умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.

Развивать умение ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым, готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Дети от 6 до 7 лет

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Развивать умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Развивать умение перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Развивать умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Развивать умение самостоятельно, следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Развивать умение у детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, хоккей, футбол).

2.3 Формы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных особенностей воспитанников.

Формы реализации Программы являются внешними выражениями содержания дошкольного образования, способами его существования. Обновление содержания дошкольного образования неизбежно влечет за собой и обновление его внешних выражений: происходит «сбрасывание» старых (учебное занятие) и возникновение новых форм (проектная деятельность, ситуации, викторины и конкурсы, городские спартакиады, туризм). Изменяются в соответствии с обновленным содержанием и старые, классические формы (беседы, разговор, экскурсии), которые не теряют своей актуальности в образовательной деятельности.

Основными формами работы по реализации содержания программы являются:

- Утренняя гимнастика
- Непосредственно образовательная деятельность
- Физкультурные досуги и праздники
- Индивидуальная работа

<i>совместная образовательная деятельность педагогов и детей</i>		<i>самостоятельная деятельность детей</i>	<i>образовательная деятельность в семье</i>
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Физкультурные занятия: - сюжетно-игровые - тематические - классические - тренирующие - на тренажерах - на улице - пешие прогулки экскурсии) ОРУ: - без предметов - с предметами - ритмическая гимнастика	индивидуальная работа с детьми. Утренняя гимнастика: - классическая - игровая - полоса препятствий - ритмическая гимнастика, импровизация. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые и проблемные ситуации.	Подвижные игры. Игровые и имитационные упражнения.	беседы. Совместные игры. Походы. Занятия в спортивных секциях. Посещение бассейна. Участие в конкурсах и викторинах на спортивную тематику.

- сюжетные, имитационные, игровой стретчинг. Игры с элементами спорта и спортивные упражнения	Физкультурные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: - оздоровительная - полоса препятствий.		
---	---	--	--

2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников и социумом

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель: создание необходимых условий для взаимодействия детского сада и семьи, нацеленного на формирование у дошкольников основы физической культуры и индивидуального стиля здорового поведения.

Основные задачи:

- Установить партнерские взаимоотношения с семьями воспитанников
- Использовать различные формы сотрудничества и совместного творчества, исходя из индивидуально-дифференцированного подхода к семьям.
- Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении физического развития детей и приобщения их к здоровому образу жизни.

Формы взаимодействия:

- Обмен опытом между родителями. Родители обменивались опытом в вопросах оздоровления и физического развития детей, выступая на родительских собраниях.
- Практикумы и творческие задания. В практикумах родители не только получают практические навыки для оздоровления и физического развития ребенка, но и выступают в роли «коллективного педагога» в режимных моментах. В творческих заданиях дети под руководством своих родителей участвуют в различных конкурсах на спортивную тематику, которые им предлагают педагоги с учетом способностей и интересов ребенка.
- Активный отдых и экскурсии. Педагоги совместно с родителями определяют тему, место для совместного активного отдыха, подбирают игровые задания, упражнения. Данная форма помогает установить эмоциональный контакт между педагогами, родителями и детьми. Организация экскурсий в спортивные секции города и посещение спортивно-массовых мероприятий мотивируют воспитанников к занятиям спортом и физическими упражнениями.
- Консультации: групповые, индивидуальные.
- Наглядно-информационный метод: информационные стенды и рекомендации, фотоотчеты, презентации.

3. Организационный раздел.

3.1 Организация предметно-развивающей среды

Предметно-развивающая среда выполняет информационную, стимулирующую и развивающую функции. Дети и взрослые меняют ее в соответствии со своими потребностями, интересами, целями и задачами взаимодействия. Среда строится на основе ведущих принципов:

- Содержательно-насыщенной
- Трансформируемой
- Вариативной
- Доступной
- Безопасной
- Здоровьесберегающей.

3.2 Методическое обеспечение

1. «Тематическое планирование в ДОУ физическое развитие детей 2-7 лет «Детство»» И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова
2. «Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет» .Н.М. Сучкова, Е.А. Мартынова
3. -Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа. Пензулаева Л. И. 2011 «Мозаика-синтез»,2011
4. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Пензулаева Л. 2011«Мозаика-синтез»,2011
5. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. Пензулаева Л. И. 2011 «Мозаика-синтез»,2011
6. «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет» Г.А. Прохорова
7. «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях» В.И. Орла, С.Н. Агаджанова
- 8.» Оздоровительные игры» С.Е. Голомидова
9. «Малыши, физкульт-привет!» Л.Ю. Кострыкина, О.Г. Рычкова
10. «Занимательная физкультура для детей 4-7» В.В. Гаврилова
11. «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» Е.Р.Железнова
12. «Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет» Е.И. Подольская
13. «Лечебные игры и упражнения для детей» А.А. Потапчук
14. «Спортивные праздники в детском саду» Т.Е. Харченко
15. «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 2-7 лет. Развернутое перспективное планирование. Конспекты занятий» Т.К. Ишинбаева
16. «Программа оздоровления детей дошкольного возраста» М.Д. Маханева

**Физическое развитие
Календарно-тематическое планирование
(3-4 года)**

№	дата	Те ма	задачи	источник
1	03.09	Зан яти е № 1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. 1. Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. 2. Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см). П/и «Бегите ко мне». 3. Ходьба стайкой за воспитателем.	Л.И. Пензулаев а, стр. 23-24

2	05.09	Зан яти е № 2	Закреплять умение ориентироваться в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. 1. Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. 2. Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см). П/и «Бегите ко мне». 3. Ходьба стайкой за воспитателем.	Л.И. Пензулаев а, стр. 23-24
3	07.09	Зан яти е № 3	Приучать действовать совместно, повторяя за воспитателем упражнения; учить передавать мяч друг другу с поворотом в стороны, развивать умение согласовывать движения; упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; воспитывать желание заниматься физкультурой. 1. Ходьба и бег под песню «Счастливый день» (сл. М. Садовского, муз. М. Марутаева). 2. Комплекс общеразвивающих упражнений. Ходьба между двумя линиями. П/и «Найди, что спрятано». 3. Рефлексия.	«Комплек сные занятия Па влова О.В., стр. 35-36).
4	10.09	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. 1. Ходьба и бег всей группой стайкой за воспитателем. 2. ОРУ. ОВД: Прыжки на двух ногах на месте. Игровое задание «Птички». 3. Игровое задание «Найдём птичку».	Л.И. Пензулаев а, стр. 24-25.
5	12.09	Зан яти е № 2	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. 1. Ходьба и бег всей группой стайкой за воспитателем. 2. ОРУ. ОВД: Прыжки на двух ногах на месте. Игровое задание «Птички». 3. Игровое задание «Найдём птичку».	Л.И. Пензулаев а, стр. 24-25
6	14.09	Зан яти е № 3	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить выполнять построение в круг, подпрыгивать, развивать умение ориентироваться в пространстве, закреплять знания основных цветов; вызвать интерес к физическим упражнениям. 1. Организационный момент. Чтение стихотворения Ф. Бобылёва «Шар воздушный, шаловливый...» 2. П/и «Надуем мы шары большие», «Узнай свой цвет», «Достань шарик». Дыхательное упражнение «Надуваем шарик». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 48-49

7	17.09	Зан яти е № 1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. 1. Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу воспитателя. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Прокатывание мячей. П/и «Кот и воробышки». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, стр. 25-26
8	19.09	Зан яти е № 2	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. 1. Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу воспитателя. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Прокатывание мячей. П/и «Кот и воробышки». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, стр. 25-26
9	21.09	Зан яти е № 3	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; совершенствовать двигательные навыки; умение лазать по гимнастической лесенке. 1. Организационный момент. 2. Комплекс упражнений «Праздник». 3. Рефлексия	КЗ, стр. 222-223
10	24.09	Зан яти е № 1	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. 1. Ходьба и бег по кругу. 2. ОРУ с кубиками. ОВД: Ползание с упором на ладони и колени. П/и «Быстро в домик». 3. Игра «Найдём жучка».	Л.И. Пензулаев а, стр. 26-27
11	26.09	Зан яти е № 2	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. 1. Ходьба и бег по кругу. 2. ОРУ с кубиками. ОВД: Ползание с упором на ладони и колени. П/и «Быстро в домик». Игра «Найдём жучка».	Л.И. Пензулаев а, стр. 26-27
12	28.09	Зан яти е № 3	Развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу, продолжать учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. 1. Бег с одной стороны площадки на другую за мячом; ходьба на другую сторону площадки за воспитателем. 2. ОРУ ОВД: Прокатывание мячей. П/и «Быстро в домик». Ходьба за воспитателем стайкой (в руках у него флажок).	«Оздоров ительная гимнасти ка», Пензулаев а Л.И., стр. 7

13	01.10	Зан яти е № 1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ. ОВД: Равновесие «Пойдём по мостику». Прыжки через шнур. П/и «Догони мяч». 3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	Л.И. Пензулаев а, стр. 28-29
14	03.10	Зан яти е № 2	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ. ОВД: Равновесие «Пойдём по мостику». Прыжки через шнур. П/и «Догони мяч». 3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	Л.И. Пензулаев а, стр. 28-29
15	05.10	Зан яти е № 3	Продолжать развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу, продолжать учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. 1. Бег с одной стороны площадки на другую за мячом; ходьба на другую сторону площадки за воспитателем. 2. ОРУ ОВД: Прокатывание мячей. П/и «Быстро в домик». 3. Ходьба за воспитателем стайкой (в руках у него флажок).	«Оздоров ительная гимнасти ка для детей 3-7 лет», Пензулаев а Л.И., стр. 7
16	08.10	Зан яти е № 1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном прокатывании мяча при прокатывании друг другу. 1. Ходьба и бег по кругу. 2. ОРУ. ОВД: Прыжки из обруча в обруч; «Прокати мяч». П/и «Ловкий шофёр». 3. Игровое задание «Машины поехали в гараж».	Л.И. Пензулаев а, стр. 29
17	10.10	Зан яти е № 2	Продолжать упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном прокатывании мяча при прокатывании друг другу. 1. Ходьба и бег по кругу. 2. ОРУ. ОВД: Прыжки из обруча в обруч; «Прокати мяч». П/и «Ловкий шофёр». 3. Игровое задание «Машины поехали в гараж».	Л.И. Пензулаев а, стр. 29

18	12.10	Зан яти е № 3	Развивать умение выполнять построение в колонну, выполнять ритмические движения, ходить по кругу, согласовывая движения; упражнять в прыжках на двух ногах на месте; воспитывать желание заниматься физкультурой. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс ОРУ «Дождик». Прыжки на двух ногах на месте. П/и «Солнышко и дождик». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 42-43
19	15.10	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. 1. Ходьба в колонне по одному, врассыпную. Бег, прыжки по сигналу. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Прокатывание мячей в прямом направлении, Ползание между предметами, не задевая их. П/и «Зайка серый умывается». 3. Игра «Найдём зайку».	Л.И. Пензулаев а, стр.30
20	17.10	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. 1. Ходьба в колонне по одному, врассыпную. Бег, прыжки по сигналу. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Прокатывание мячей в прямом направлении, Ползание между предметами, не задевая их. П/и «Зайка серый умывается». 3. Игра «Найдём зайку».	Л.И. Пензулаев а, стр.30
21	19.10	Зан яти е № 3	Упражнять в ходьбе и беге с препятствиями; совершенствовать навык прыжков; воспитывать интерес к физкультуре. 1. Создание игровой мотивации. 2. Двигательные упражнения. П/и «Отправляемся в лес» 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 55-56
22	22.10	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по кругу, с поворотом в другую сторону, по сигналу воспитателя, развивать координацию движения при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии. 1. Ходьба в колонне по одному, по кругу с поворотом в другую сторону. 2. ОРУ на стульчиках. ОВД: Ползание «Крокодильчики» Равновесие «Пробеги». Ползание между предметами, не задевая их. П/и «Кот и воробушки». 3. Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом»	Л.И. Пензулаев а, стр.31

23	24.10	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по кругу, с поворотом в другую сторону, по сигналу воспитателя, развивать координацию движения при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии. 1. Ходьба в колонне по одному, по кругу с поворотом в другую сторону. 2. ОРУ на стульчиках. ОВД: Ползание «Крокодилы» Равновесие «Пробеги». Ползание между предметами, не задевая их. П/и «Кот и воробушки». 3. Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом»	Л.И. Пензулаев а, стр.31
24	26.10	Зан яти е № 3	Упражнять в ходьбе и беге с препятствиями; совершенствовать навык прыжков; воспитывать интерес к физкультуре. 1. Создание игровой мотивации. 2. Двигательные упражнения. П/и «Отправляемся в лес» 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 55-56
25	29.10	Зан яти е № 1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. 1. Игровое задание «Весёлые мышки». 2. ОРУ с ленточками. ОВД: Равновесие «В лес по тропинке»; прыжки «Зайки – мягкие лапочки». П/и «Ловкий шофёр». 3. Игра «Найдём зайчика».	Л.И. Пензулаев а, стр. 33
26	31.10	Зан яти е № 2	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. 1. Игровое задание «Весёлые мышки». 2. ОРУ с ленточками. ОВД: Равновесие «В лес по тропинке»; прыжки «Зайки – мягкие лапочки». П/и «Ловкий шофёр». 3. Игра «Найдём зайчика».	Л.И. Пензулаев а, стр. 33
27	02.11	Зан яти е № 3	Упражнять в выполнении приседаний; развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, гармоничность движений; воспитывать умение работать в коллективе, соблюдать элементарные правила при игре, ориентироваться в пространстве. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Имитационные упражнения, подвижно-дидактическая игра «Найди свой цвет». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 61-62

28	07.11	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. 1. Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен чередуется с бегом, руки в стороны. 2. ОРУ с обручем. ОВД: Прыжки «Через болото»; прокатывание мячей «Точный пас». П/и «Мыши в кладовой» 3. Игра «Где спрятался мышонок?»	Л.И. Пензулаев а, 34
29	09.11	Зан яти е № 2	Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. 1. Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен чередуется с бегом, руки в стороны. 2. ОРУ с обручем. ОВД: Прыжки «Через болото»; прокатывание мячей «Точный пас». П/и «Мыши в кладовой» 3. Игра «Где спрятался мышонок?»	Л.И. Пензулаев а, 34
30	12.11	Зан яти е № 3	Совершенствовать двигательные умения и навыки детей, упражнять в беге и прыжках на двух ногах; развивать быстроту, ловкость, интерес к занятиям физкультурой. 1. Организационный момент. 2. Физические упражнения. П/и «Не дай шарiku упасть». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 76
31	14.11	Зан яти е № 1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. 1. Игровое упражнение «Твой кубик». 2. ОРУ. ОВД: Игровые задания «Прокати – не задень», «Проползи – не задень». П/и «По ровненькой дорожке». 3. Игра малой подвижности.	Л.И. Пензулаев а, стр. 35
32	16.11	Зан яти е № 2	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. 1. Игровое упражнение «Твой кубик». 2. ОРУ. ОВД:	Л.И. Пензулаев а, стр. 35

			Игровые задания «Прокати – не задень», «Проползи – не задень». П/и «По ровненькой дорожке». 3. Игра малой подвижности.	
33	19.11	Зан яти е № 3	Упражнять в ходьбе и беге с препятствиями; совершенствовать навык прыжков; воспитывать интерес к физкультуре. 1. Создание игровой мотивации. 2. Двигательные упражнения. П/и «Отправляемся в лес» 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 55-56
34	21.11	Зан яти е № 1	Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному. 2. ОРУ с флажками. ОВД: Ползание: игровое задание «Паучки». Равновесие. П/и «Поймай комара». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, стр. 37
35	23.11	Зан яти е № 2	Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному. 2. ОРУ с флажками. ОВД: Ползание: игровое задание «Паучки». Равновесие. П/и «Поймай комара». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, стр. 37
36	26.11	Зан яти е № 3	Совершенствовать двигательные навыки, навыки ходьбы; развивать умение ориентироваться в пространстве, ловкость, быстроту. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Путешествие». П/и «У медведя во бору». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 82
37	28.11	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия в прыжках. 1. Ходьба в колонне по одному сменяется на ходьбу врассыпную, бег врассыпную. Переход к ходьбе в колонне по одному. 2. ОРУ с кубиками. ОВД: Равновесие: игровое упражнение «Пройди – не задень».	Л.И. Пензулаев а, стр. 38

			Прыжки: игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки». П/и «Коршун и птенчики». 3. Ходьба в колонне по одному «Найди птенчика».	
38	30.11	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия в прыжках. 1. Ходьба в колонне по одному сменяется на ходьбу врассыпную, бег врассыпную. Переход к ходьбе в колонне по одному. 2. ОРУ с кубиками. ОВД: Равновесие: игровое упражнение «Пройди – не задень». Прыжки: игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки». П/и «Коршун и птенчики». 3. Ходьба в колонне по одному «Найди птенчика».	Л.И. Пензулаев а, стр. 38
39	03.12	Зан яти е № 3	Упражнять в ходьбе парами, по ограниченной поверхности; продолжать учить детей становиться в круг; воспитывать дружеские отношения в коллективе. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. ОРУ. ОВД: Ходьба и бег по мостику (дорожке) длиной 3 м, шириной 30 см. П/и «Пузырь». 2. Ходьба друг за другом	ОГ, стр. 11
40	05.12	Зан яти е № 1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Прыжки со скамейки. Прокатывание мячей друг другу. П/и «Найди свой домик». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, стр. 40
41	07.12	Зан яти е № 2	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Прыжки со скамейки. Прокатывание мячей друг другу. П/и «Найди свой домик». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, стр. 40
42	10.12	Зан яти е № 3	Воспитывать желание заниматься физкультурой, совершенствовать двигательные навыки, умение бегать врассыпную. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Подвижные игры:	КЗ, стр. 102

			«Кошки-мышки», «Прыгаем как котята», «Мыши в кладовой». 3. Рефлексия.	
43	12.12	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу педагога. 2. ОРУ с кубиками. ОВД: Прокатывание мяча между предметами: игровое задание «Не упусти!» Ползание под дугу: «Проползи – не задень!» П/и «Лягушки». 3. Игра малой подвижности «Найдём лягушонка».	Л.И. Пензулаев а, стр. 41
44	14.12	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу педагога. 2. ОРУ с кубиками. ОВД: Прокатывание мяча между предметами: игровое задание «Не упусти!» Ползание под дугу: «Проползи – не задень!» 3. П/и «Лягушки». 4. Игра малой подвижности «Найдём лягушонка».	Л.И. Пензулаев а, стр. 41
45	17.12	Зан яти е № 3	Совершенствовать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; учить сохранять равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Упражнения для зверей: «Лисичка крадётся», «Идёт медведь», «Зайчишка прыгает», «Идём через овраг». П/и «Зайцы и волк». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 107
46	19.12	Зан яти е № 1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя. 2. Общеразвивающие упражнения на стульчиках. ОВД: Ползание: игровое упражнение «Жучки на брёвнышке». Равновесие «пройдём по мостику». П/и «Птички и птенчики». 3. Игра малой подвижности «Найдём птенчика».	Л.И. Пензулаев а, стр. 42

47	21.12	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя. 2. Общеразвивающие упражнения на стульчиках. ОВД: Ползание: игровое упражнение «Жучки на брёвнышке». Равновесие «пройдём по мостику». П/и «Птички и птенчики». 3. Игра малой подвижности «Найдём птенчика».	Л.И. Пензулаев а, стр. 42
48	24.12	Зан яти е № 3	Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности, совершенствовать умение приседать, воспитывать интерес к физкультурным занятиям. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений: «Идём в лес», «Дерево растёт», «Переход через овражек», «Ветер сосны качает», «Возвращаемся домой». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 120-121
49	26.12	Зан яти е № 1	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания. 2. ОРУ с платочками. ОВД: Равновесие «Пройди – не упади». Прыжки «Из ямки в ямку». П/и «Коршун и цыплята». 3. Игра малой подвижности «Найдём цыплёнка».	Л.И. Пензулаев а, с. 43
50	28.12	Зан яти е № 2	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания. 2. ОРУ с платочками. ОВД: Равновесие «Пройди – не упади». Прыжки «Из ямки в ямку». П/и «Коршун и цыплята». 3. Игра малой подвижности «Найдём цыплёнка».	Л.И. Пензулаев а, с. 43
51	09.01	Зан яти е № 3	Упражнять в беге; продолжать учить выполнять двигательные упражнения вслед за воспитателем; формировать навыки правильного выполнения прыжков на двух ногах с продвижением вперёд. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Теремок». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 149-150
52	11.01	Зан яти е	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. 1. Игровое упражнение «На полянке».	Л.И. Пензулаев а, с. 45

		№ 1	2. ОРУ с обручем. ОВД: Прыжки «Зайки-прыгуны». Прокатывание мяча между предметами. П/и «Птица и птенчики». 3. Ходьба в колонне по одному.	
53	14.01	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер. 1. Игровое упражнение «На полянке». 2. ОРУ с обручем. ОВД: Прыжки «Зайки-прыгуны». Прокатывание мяча между предметами. П/и «Птица и птенчики». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 45
54	16.01	Зан яти е № 3	Учить ориентироваться в пространстве, упражнять в ходьбе по кругу, формировать навыки выполнения общеразвивающих упражнений. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений: «Соберёмся вокруг ёлки», «Торопимся на праздник», «Повесим шары на ёлочку», «Зайка спешит на праздник», «Медведь идёт к нам в гости», «Метель замела все дорожки», «Сдуем снежинки с руки». 3. Ходьба по кругу, держась за руки.	КЗ, стр. 142
55	18.01	Зан яти е № 1	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя, в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. 1. Ходьба вокруг кубиков, выполнение заданий по сигналу педагога. 2. ОРУ с кубиком. ОВД: Прокатывание мячей друг другу «Прокати – поймай». Ползание «Медвежата». П/и «Найди свой цвет». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 46
56	21.01	Зан яти е № 2	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя, в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. 1. Ходьба вокруг кубиков, выполнение заданий по сигналу педагога. 2. ОРУ с кубиком. ОВД: Прокатывание мячей друг другу «Прокати – поймай». Ползание «Медвежата». П/и «Найди свой цвет». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 46

57	23.01	Зан яти е № 3	Учить ориентироваться в пространстве; совершенствовать двигательные умения и навыки; прививать интерес к занятиям физкультурой. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений: «Идём на улицу», «Скатаем снежный шар», «Наши ручки замёрзли», «Согреем наши ножки», «Кто самый меткий?», «Кто догонит снеговика?». 3. Игра «Найди снеговика».	КЗ, стр. 160-161
58	25.01	Зан яти е № 1	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий. 2. ОРУ. ОВД: Ползание под дугу. Равновесие «По тропинке». П/и «Лохматый пёс». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 47
59	28.01	Зан яти е № 2	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий. 2. ОРУ. ОВД: Ползание под дугу. Равновесие «По тропинке». П/и «Лохматый пёс». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 47
60	30.01	Зан яти е № 3	Упражнять в прыжках; совершенствовать умение и навыки ходьбы с высоко поднятыми ногами; продолжать учить слушать воспитателя. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Прогулка в лес». П/и «Зайка беленький сидит». 3. Ходьба в колонне друг за другом.	КЗ, стр. 167-168
61	01.02	Зан яти е №1	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд. 1. Ходьба и бег по кругу, вложенному кольцами. 2. ОРУ с кольцом. ОВД: Равновесие «Перешагни – не наступи». Прыжки «С пенька на пенёк». П/и «Найди свой цвет». 3. Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	Л.И. Пензулаев а, с. 50

62	04.02	Зан яти е №2	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд. 1. Ходьба и бег по кругу, вложенному кольцами. 2. ОРУ с кольцом. ОВД: Равновесие «Перешагни – не наступи». Прыжки «С пенька на пенёк». П/и «Найди свой цвет». 3. Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	Л.И. Пензулаев а, с. 47-48
63	06.02	Зан яти е №3	Упражнять детей в ходьбе парами, прыжках; развивать умение имитировать движения птиц; воспитывать дружелюбные отношения в коллективе. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. ОРУ. ОВД: прыжки на двух ногах. П/и «Птички, раз! Птички, два!» 3. Игра малой подвижности «Найди воробышка».	
64	08.02	Зан яти е №1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ с обручем. ОВД: Прыжки «Весёлые воробышки». Прокатывание мяча «Ловко и быстро». П/и «Воробышки в гнёздышках». 3. Игра «Найдём воробышка».	Л.И. Пензулаев а, с. 51
65	11.02	Зан яти е №2	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ с обручем. ОВД: Прыжки «Весёлые воробышки». Прокатывание мяча «Ловко и быстро». П/и «Воробышки в гнёздышках». 3. Игра «Найдём воробышка».	Л.И. Пензулаев а, с. 51
66	13.02	Зан яти е №3	Продолжать учить ходить в колонне змейкой, бегать, выполнять общеразвивающие упражнения. 1. Ходьба в колонне змейкой – игр. упр. «Идём на пруд». 2. Игровые упражнения: «Плавающие рыбки», «Рыбки прыгают в пруду». П/и «Догонялки». 3. Рефлексия.	КЗ, с. 204
67	15.02	Зан яти е №1	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, не касаясь руками пола. 1. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры. 2. ОРУ с мячом.	Л.И. Пензулаев а, с.52

			ОВД: Бросание мяча через шнур двумя руками. Подлезание под шнур. П/и «Воробышки и кот». 3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	
68	18.02	Заняти е №2	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, не касаясь руками пола. 1. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры. 2. ОРУ с мячом. ОВД: Бросание мяча через шнур двумя руками. Подлезание под шнур. П/и «Воробышки и кот». 3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	Л.И. Пензулаев а, с. 52
69	20.02	Заняти е №3	Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивании через препятствия; развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать умение слушать воспитателя. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «На прогулке». П/и Беги к тому, что назову». 3. Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу.	КЗ, с. 210
70	22.02	Заняти е №1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии. 1. Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба. Ходьба и бег врассыпную. 2. ОРУ. ОВД: Лазание под дугу. Равновесие. П/и «Лягушки». 3. Игра «Найдём лягушонка».	Л.И. Пензулаев а, с. 53
71	25.02	Заняти е №2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии. 1. Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба. Ходьба и бег врассыпную. 2. ОРУ. ОВД: Лазание под дугу. Равновесие. П/и «Лягушки». 3. Игра «Найдём лягушонка».	Л.И. Пензулаев а, с. 53
72	27.02	Заняти е №3	Упражнять в ходьбе парами, по ограниченной поверхности; продолжать учить детей становиться в круг; воспитывать дружеские отношения в коллективе. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. ОРУ (ОГ, стр. 11). ОВД:	

			Ходьба и бег по мостику (дорожке) длиной 3 м, шириной 30 см. П/и «Автомобили». 3. Ходьба друг за другом.	
73	01.03	Заняти е №1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. 1. Ходьба и бег по кругу. 2. ОРУ с кубиками ОВД «ровным шажком» Прыжки «змейкой» П/и «Кролики» 3. Ходьба в колонне по одному	Л.И. Пензулаев а, с. 54
74	04.03	Заняти е №2	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. 1. Ходьба и бег по кругу. 2. ОРУ с кубиками ОВД «ровным шажком» Прыжки «змейкой» П/и «Кролики» 3. Ходьба в колонне по одному	Л.И. Пензулаев а, с. 54
75	06.03	Заняти е №3	Совершенствовать навыки бега, продолжать учить ориентироваться при построении в колонну и круг, упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Выполнение комплекса упражнений. (КЗ, с. 179). П/и «Самолёты». 3. Ходьба врассыпную.	
76	11.03	Заняти е №1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. 1. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную. 2. ОРУ. ОВД: прыжки «Через канавку», катание мячей «Точно в руки». П/и «Найди свой цвет». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 56-
77	13.03	Заняти е №2	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. 1. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную. 2. ОРУ. ОВД: прыжки «Через канавку», катание мячей «Точно в руки». П/и «Найди свой цвет». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 56-
78	15.03	Заняти е №3	Совершенствовать двигательные умения и навыки детей, упражнять в беге и прыжках на двух ногах; развивать быстроту, ловкость, интерес к занятиям физкультурой. 1. Организационный момент.	КЗ, стр. 76

			2. Физические упражнения. П/и «Не дай шарiku упасть». 3. Рефлексия.	
79	18.03	Заняти е №1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу воспитателя. 2. ОРУ с мячом. ОВД: игровые упражнения «Брось-поймай», «Муравьишки». П/и «Зайка серый умывается». 3. Игра «Найдём зайку?».	Л.И. Пензулаев а, с. 57-
80	20.03	Заняти е №2	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу воспитателя. 2. ОРУ с мячом. ОВД: игровые упражнения «Брось-поймай», «Муравьишки». П/и «Зайка серый умывается». 3. Игра «Найдём зайку?».	Л.И. Пензулаев а, с. 57-
81	22.03	Заняти е №3	Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивании через препятствия; развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать умение слушать воспитателя. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Идём на улицу». П/и «Кот и мыши». 3. Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу.	КЗ, с. 196-198
82	25.03	Заняти е №1	Развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 1. Ходьба и бег между предметами. 2. ОРУ. ОВД: ползание «Медвежата», равновесие «По мостику». П/и «Автомобили». 3. Ходьба в колонне по одному «Автомобили поехали в гараж».	Л.И. Пензулаев а, с. 58-
83	27.03	Заняти е №2	Развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 1. Ходьба и бег между предметами. 2. ОРУ. ОВД: ползание «Медвежата», равновесие «По мостику». П/и «Автомобили». 3. Ходьба в колонне по одному «Автомобили поехали в гараж».	Л.И. Пензулаев а, с. 58-

84	29.03	Зан яти е №3	Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивании через препятствия, укреплять стопу, тренировать в ползании на четвереньках, под дугу, развивать умение ориентироваться в пространстве. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «На прогулке». П/и «Зайцы и волк». 3. Ходьба враспынную.	КЗ, с. 210-211
85	01.04	Зан яти е №1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 1. Ходьба вокруг кубиков. 2. ОРУ на скамейке с кубиком. ОВД: равновесие, прыжки «Через канавку». П/и «Тишина». 3. Игра «Найдём лягушонка».	Л.И. Пензулаев а, с. 60
86	03.04	Зан яти е №2	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 1. Ходьба вокруг кубиков. 2. ОРУ на скамейке с кубиком. ОВД: равновесие, прыжки «Через канавку». П/и «Тишина». 3. Игра «Найдём лягушонка».	Л.И. Пензулаев а, с. 60
87	05.04	Зан яти е №3	Упражнять в выполнении приседаний; развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, гармоничность движений; воспитывать умение работать в коллективе, соблюдать элементарные правила при игре, ориентироваться в пространстве. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Имитационные упражнения, подвижно-дидактическая игра «Найди свой цвет». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 61-62
88	08.04	Зан яти е №1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. 1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя. 2. ОРУ. ОВД: прыжки из кружка в кружок, прокатывание мячей друг другу. П/и «По ровненькой дорожке». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 61
89	10.04	Зан яти е №2	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. 1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя. 2. ОРУ. ОВД: прыжки из кружка в кружок, прокатывание мячей друг другу.	Л.И. Пензулаев а, с. 61

			П/и «По ровненькой дорожке». 3. Ходьба в колонне по одному.	
90	12.04	Зан яти е №3	Совершенствовать двигательные навыки, навыки ходьбы; развивать умение ориентироваться в пространстве, ловкость, быстроту. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Путешествие». П/и «У медведя во бору». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 82
91	15.04	Зан яти е №1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом, упражнять в ползании на ладонях и ступнях. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу. 2. ОРУ. ОВД: бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по гимнастической скамейке. П/и «Мы топаем ногами». 1. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с.62
92	17.04	Зан яти е №2	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом, упражнять в ползании на ладонях и ступнях. 1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу. 2. ОРУ. ОВД: бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по гимнастической скамейке. П/и «Мы топаем ногами». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с.62
93	19.04	Зан яти е №3	Упражнять в выполнении движений по показу воспитателя; развивать внимательность, воспитывать умение слушать воспитателя. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Все профессии важны». П/и «Мы –шофёры». 3. Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	
94	22.04	Зан яти е №1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя. 2. ОРУ с обручем. ОВД: ползание «Проползи – не задень», равновесие «По мостику». П/и «Огуречик, огуречик». 3. Ходьба в колонне по одному.	Л.И. Пензулаев а, с. 63
95	24.04	Зан яти е №2	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаев а, с. 63

			1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя. 2. ОРУ с обручем. ОВД: ползание «Проползи – не задень», равновесие «По мостику». П/и «Огуречик, огуречик». 3. Ходьба в колонне по одному.	
96	26.04	Занятие №3	Продолжать учить ходьбе на носочках, бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять команды, ориентироваться в пространстве, совершенствовать умения и навыки выполнения общеразвивающих упражнений. 1. Ходьба змейкой друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Цыплята». П/и «Коршун и наседка». 3. Рефлексия.	КЗ, с. 240
97	29.04	Занятие №1	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. 1. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную. 2. ОРУ. ОВД: равновесие, перепрыгивание на двух ногах через шнуры. П/и «Мыши в кладовой». 2. И/м/п «Где спрятался мышонок».	Л.И. Пензулаев а, с. 65
98	06.05	Занятие №2	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. 1. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную. 2. ОРУ. ОВД: равновесие, перепрыгивание на двух ногах через шнуры. П/и «Мыши в кладовой». 3. И/м/п «Где спрятался мышонок».	Л.И. Пензулаев а, с. 65
99	08.05	Занятие №3	Упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе; воспитывать умение слушать воспитателя. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Комплекс упражнений «Матрёшки». П/и «Донеси – не урони». 3. Рефлексия.	КЗ, с. 234
100	13.05	Занятие №1	Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу. 1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. 2. ОРУ с мячом. ОВД: прыжки «Парашютисты», прокатывание мяча друг другу. П/и «Воробышки и кот». 3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	Л.И. Пензулаев а, с. 66

101	15.05	Зан яти е №2	Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу. 1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. 2. ОРУ с мячом. ОВД: прыжки «Парашютисты», прокатывание мяча друг другу. П/и «Воробышки и кот». 3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	Л.И. Пензулаев а, с. 66
102	17.05	Зан яти е №3	Упражнять в выполнении приседаний; развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, гармоничность движений; воспитывать умение работать в коллективе, соблюдать элементарные правила при игре, ориентироваться в пространстве. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Имитационные упражнения, подвижно-дидактическая игра «Найди свой цвет». 3. Рефлексия.	КЗ, стр. 61-62
103	20.05	Зан яти е №1	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловли его, ползание по гимнастической скамейки. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ с флажками ОВД броски мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по скамейке 3. П/и «Огуречик, огуречик» Ходьба в колонне по одному	Л.И. Пензулаев а, с. 67
104	22.05	Зан яти е №2	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловли его, ползание по гимнастической скамейки. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ с флажками ОВД броски мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по скамейке П/и «Огуречик, огуречик» 3. Ходьба в колонне по одному	Л.И. Пензулаев а, с. 67
105	24.05	Зан яти е №3	Развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. 1. Ходьба и бег между предметами. 2. ОРУ. ОВД: ползание «Медвежата», равновесие «По мостику». П/и «Автомобили». 3. Ходьба в колонне по одному «Автомобили поехали в гараж».	Л.И. Пензулаев а, с. 58-59
106	27.05	Зан яти е №1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя, в лазании по наклонной лесенке, повторить задание в равновесии. 1. Ходьба в колонне по одному. 2. ОРУ	Л.И. Пензулаев а, с. 68

			ОВД Лазание на наклонную лесенку ПИ «Коршун и наседка» 3. Ходьба в колонне по одному	
107	29.05	Заняти е №2	Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу. 1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. 2. ОРУ с мячом. ОВД: прыжки «Парашютисты», прокатывание мяча друг другу. П/и «Воробышки и кот». 3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	Л.И. Пензулаев а, с. 68
108	31.05	Заняти е №3	Совершенствовать двигательные умения и навыки детей; развивать умение действовать по сигналу; воспитывать умение взаимодействовать друг с другом. 1. Ходьба парами друг за другом. 2. Упражнения «Лето приближается». П/и «У медведя во бору». 3. Игра малой подвижности «Найдём жучка».	КЗ, с. 246

**Физическое развитие. Календарно-тематическое планирование.
(4-5 лет)**

№	дата	Те ма	задачи	источник
1	02.09	Заняти е № 1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> 2 шнура, 4 кегли (ориентиры), платочки по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.19
2	04.09	Заняти е № 3	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками, развивать ловкость; воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> большие мячи, рули (по количеству детей), султанчики (красный, желтый, зеленый), мел.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.21

3	06.09	Зан яти е № 2	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> 2 шнура, 4 кегли (ориентиры), платочки по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.20
4	09.09	Зан яти е № 4	Учить детей ползанию на четвереньках по прямой, до обозначенного места; энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; упражнять в прокатывании мяча; развивать двигательную активность; воспитывать бережное отношение к своему здоровью. <i>Оборудование:</i> кубик, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.21
5	11.09	Зан яти е № 6	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках; развивать физические качества; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> кегли, обручи на подгруппу, шнуры 4 шт., 2 кубика, платочки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.23
6	13.09	Зан яти е № 5	Учить детей ползанию на четвереньках по прямой, до обозначенного места; энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; упражнять в прокатывании мяча; развивать двигательную активность; воспитывать бережное отношение к своему здоровью. <i>Оборудование:</i> кубик, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.23
7	16.09	Зан яти е № 7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур; развивать двигательную активность; воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> шнуры 2 шт., мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.24
8	18.09	Зан яти е № 9	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; развитие быстроты реакции; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> кубики 4 шт., мячи по количеству детей, маска «кота».	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.26
9	20.09	Зан яти е № 8	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур; развивать двигательную активность; воспитывать умение ориентироваться в пространстве. <i>Оборудование:</i> шнуры 2 шт., мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.26
10	23.09	Зан яти е № 10	Учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группировать при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать двигательную активность; воспитывать инициативность в организации знакомых игр.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.26

			<i>Оборудование:</i> шнур и стойки, доска, мячи по количеству детей, маска медведя.	
11	25.09	Заняти е № 12	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках; развитие глазомера и ловкости; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> косички, 4 кегли, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.29
12	27.09	Заняти е № 11	Учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группировать при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать двигательную активность; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> шнур и стойки, доска, кубики, мячи по количеству детей, маска медведя.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.28
13	30.09	Заняти е № 13	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> 6 коротких шнуров, косички по количеству детей, гимнастическая скамейка, кубик, маска кота.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.30
14	02.10	Заняти е № 15	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку (шнур), развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать внимательность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> 2 шнура, 2 кубика,	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.32
15	04.10	Заняти е № 14	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> 6 коротких шнуров, косички по количеству детей, гимнастическая скамейка, мешочек с песком, маска кота.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.32
16	07.10	Заняти е № 16	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в ползании на четвереньках по прямой; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения; развивать физические качества; воспитывать умение ориентироваться в пространстве. <i>Оборудование:</i> мячи, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.33
17	09.10	Заняти е № 18	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. Развивать ловкость, выносливость. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью. <i>Оборудование:</i> мячи, 2 кубика.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.34

18	11.10	Зан яти е № 17	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в ползании на четвереньках по прямой; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения; развивать физические качества; воспитывать умение ориентироваться в пространстве.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.34
19	14.10	Зан яти е № 19	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> бруски, мячи средние по количеству детей, шнур, стойки, маска медведя.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.35
20	16.10	Зан яти е № 21	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в ходьбе колонной по ограниченной поверхности; развивать ловкость, внимание; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> кубики 4 шт., обручи, шнуры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.36
21	18.10	Зан яти е №2 0	Повторить ходьбу в колонне по одному, закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах через линии; развивать ловкость в лазанье под дугу; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> мячи средние по количеству детей, дуга, мел, маска медведя.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.35
22	21.10	Зан яти е № 22	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры; развивать физические качества; воспитывать бережное отношение к своему здоровью. <i>Оборудование:</i> кегли по количеству детей, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.36
23	23.10	Зан яти е № 24	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> мячи среднего диаметра, корзина, скакалки, шнуры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.38
24	25.10	Зан яти е № 23	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в лазанье под шнур с мячом в руках; упражнять в умении прокатывать мяч по дорожке; развивать физические качества; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> кегли по количеству детей, стойки и шнур, мяч.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.36
25	28.10	Зан яти е № 25	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; развивать координацию движений; воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> кубики по количеству детей, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.39

26	30.10	Зан яти е № 27	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> мел, кубики, мячи на полгруппы.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.40
27	01.11	Зан яти е № 26	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, во время бросания и ловле мяча; развивать координацию движений, ловкость; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> кубики по количеству детей, гимнастическая скамейка, мешочек с песком, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.40
28	06.11	Зан яти е № 28	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в прокатывании мяча; развивать физические качества, воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> мячи, кубики по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.41
29	08.11	Зан яти е № 30	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении; развивать ловкость; воспитывать потребность в здоровом образе жизни. <i>Оборудование:</i> мячи большого диаметра, флажки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.43
30	11.11	Зан яти е № 29	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в перебрасывании мяча друг другу; развивать физические качества, воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> мячи, кубики по количеству детей, 5-6 коротких шнуров.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.42
31	13.11	Зан яти е № 31	. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках; развивать и совершенствовать виды движений; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка, ориентиры, маска «Лисы».	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.43
32	15.11	Зан яти е № 33	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в беге с ускорением. Развивать физические качества; воспитывать потребность в здоровом образе жизни. <i>Оборудование:</i> мяч, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.45
33	18.11	Зан яти е № 32	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках; развивать и совершенствовать виды движений; воспитывать умение ориентироваться в пространстве. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка, ориентиры, маска «Лисы».	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.44

34	20.11	Зан яти е № 34	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> флажки по количеству детей, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.45
35	22.11	Зан яти е № 36	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность; развивать двигательную активность; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> мешочки с песком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.46
36	25.11	Зан яти е № 35	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> флажки по количеству детей, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.46
37	27.11	Зан яти е № 1	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, в лазанье под дугу; развивать ловкость и координацию движений; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> ориентиры, платочки по количеству детей, шнур, игрушка-цыпленок.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.48
38	29.11	Зан яти е № 3	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя; развивать физические качества; формировать у детей потребности в двигательной активности; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> снежные постройки, снежки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.49
39	02.12	Зан яти е № 2	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; упражнять в прыжках на двух ногах через шнур, в прокатывании мяча между предметами; развивать ловкость и координацию движений; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, платочки по количеству детей, шнур длинный, 5-6 шнуров коротких, мяч, 4-5 кубиков, игрушка-цыпленок.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.49
40	04.12	Зан яти е № 4	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать умение соблюдать элементарные правила. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.50

41	06.12	Зан яти е № 6	. Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.51
42	9.12	Зан яти е № 5	Упражнять детей в перестроении в пары на месте, прыжках со скамейки; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.51
43	11.12	Зан яти е № 7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.52
44	13.12	Зан яти е № 9	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять на дальность в метании снежков, развивая силу броска. <i>Оборудование:</i> ориентиры, лыжи, снежки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.54
45	16.12	Зан яти е № 8	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.54
46	18.12	Зан яти е № 10	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии; развивать координацию движений; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> ориентиры, по 2 кубика на ребенка, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.54
47	20.12	Зан яти е № 12	Продолжать упражнять детей в катании на санках; повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.56
48	23.12	Зан яти е № 11	Задачи. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге, ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, ходьбе по гимнастической скамейке, руки в стороны, прыжках в обруч и из него; развивать координацию движений; воспитывать умение соблюдать элементарные правила. <i>Оборудование:</i> ориентиры, по 2 кубика на ребенка, гимнастическая скамейка, обруч.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.56

49	25.12	Зан яти е № 13	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить ползание на четвереньках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, 6-8 кубиков, гимнастическая скамейка, канат, обручи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.57
50	27.12	Зан яти е № 15	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.59
51	30.12	Зан яти е № 14	Упражнять детей в ходьбе по канату, носки на канате, пятки на полу, руки за головой; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах, перепрыгивая через канат справа и слева, продвигаясь вперед, помогая себе взмахом рук; повторить подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи по количеству детей, канат, обручи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.58
52	10.01	Зан яти е № 16	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; перебрасывании мяча друг другу. Развивать двигательную активность; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, флажки, ориентиры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.59
53	13.01	Зан яти е № 18	Продолжать упражнять детей в катании на санках; повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.60
54	15.01	Зан яти е № 17	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; отбивании малого мяча одной рукой о пол несколько раз подряд и ловля его двумя руками; упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед, в ходьбе на носках между предметами. Развивать двигательную активность, ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, флажки, ориентиры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.60
55	17.01	Зан яти е № 19	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом; воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> косички, мячи по количеству детей, кубики, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.61

56	20.01	Зан яти е № 21	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность, катании на санках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.62
57	22.01	Зан яти е № 20	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, прокатывание мячей друг другу в парах; развивать ловкость в упражнениях с мячом; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> косички, мячи по количеству детей, кубики, шнур.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.62
58	24.01	Зан яти е № 22	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур; развивать физические навыки; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> обручи, шнур, стойки, кубики, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.63
59	27.01	Зан яти е № 24	Продолжать упражнять детей в катании на санках; повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.64
60	29.01	Зан яти е № 23	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур; развивать физические навыки; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> обручи, шнур, стойки, кубики, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.64
61	31.01	Зан яти е №2 5	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание с мячами; развивать глазомер и ловкость; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> кегли, мячи, ориентиры, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.65
62	03.02	Зан яти е №2 7	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках; развивать двигательную активность, воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> санки	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.67
63	05.02	Зан яти е №2 6	Упражнять детей в ходьбе, перешагивая через набивные мячи, в прыжках через шнур; повторить задание с мячами; развивать глазомер и ловкость; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> кегли, мячи, ориентиры, гимнастическая скамейка, шнур.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.66

64	07.02	Зан яти е №2 8	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч (количество прыжков ограничено); развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать умение соблюдать элементарные правила. <i>Оборудование:</i> Обручи, мячи, ориентиры, стулья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.67
65	10.02	Зан яти е №3 0	Повторить игровые упражнения с бегом, ходьбой; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на свежем воздухе. <i>Оборудование:</i> санки	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.68
66	12.02	Зан яти е №2 9	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках на двух ногах через короткие шнуры (количество прыжков ограничено), прокатывании мячей друг другу; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> Обручи, мячи, ориентиры, стулья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.68
67	14.02	Зан яти е №3 1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках; развивать ловкость, глазомер; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> мячи, ориентиры, гимнастическая скамья, шнуры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.69
68	17.02	Зан яти е №3 3	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.70
69	18.02	Зан яти е №3 2	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; метании мешочков в вертикальную цель, ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, прыжках на двух ногах между предметами; развивать ловкость, глазомер; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> мячи, ориентиры, гимнастическая скамья, шнуры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.70
70	21.02	Зан яти е №3 4	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> гимнастические палки, гимнастическая скамья, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.70
71	26.02	Зан яти е №3 6	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков (по возможности); повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм.	: Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.72

72	28.02	Зан яти е №3 5	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ходьбу по гимнастической скамейке боком приставным шагом, развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> гимнастические палки, гимнастическая скамья, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.71
73	2.03	Зан яти е №1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.72
74	04.03	Зан яти е №3	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> кегли, мешочки с песком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.73
75	06.03	Зан яти е №2	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии ; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.73
76	11.03	Зан яти е №4	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную; развивать двигательные навыки; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> ориентиры, обручи, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.74
77	13.03	Зан яти е №6	Упражнять детей в ходьбе, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на свежем воздухе. <i>Оборудование:</i> мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.76
78	16.03	Зан яти е №5	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в перебрасывании мяча через шнур; повторить ходьбу и бег врассыпную; развивать двигательные навыки; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, обручи, мячи, шнур.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.75
79	18.03	Зан яти е №7	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с заданием; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, гимнастическая скамья, мячи, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.76
80	20.03	Зан яти е №9	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в ловле мяча двумя руками; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к занятию спортом. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.77

81	23.03	Зан яти е №8	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с заданием; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, гимнастическая скамейка, мячи, кубики, мешочки с песком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.77
82	25.03	Зан яти е №1 0	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии; развивать ловкость; воспитывать смелость при выполнении упражнений. <i>Оборудование:</i> ориентиры, гимнастическая скамья, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.78
83	27.03	Зан яти е №1 2	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. 2 Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, и так последовательно повторить; развивать физические качества; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> ориентиры	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.79
84	30.03	Зан яти е №1 1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; лазанье по гимнастической стенке, ходьбе по доске, прыжках на двух ногах через шнуры; развивать ловкость, выносливость; воспитывать смелость при выполнении упражнений. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска для ходьбы, гимнастическая стенка, шнуры короткие, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.79
85	01.04	Зан яти е №1 3	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии; развивать физические качества; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, бруски, мешочки, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.80
86	03.04	Зан яти е №1 5	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи, кегли.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.82
87	06.04	Зан яти е №1 4	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии, метании мешочков в горизонтальную цель; развивать физические качества; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, бруски, мешочки, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.81
88	08.04	Зан яти е №1 6	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; развивать физические качества; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кегли, мешочки, шнур	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.82
89	10.04	Зан яти е	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры; развивать двигательную активность; воспитывать	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в

		№1 8	интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кегли, дуги.	детском саду» Стр.84
90	13.04	Зан яти е №1 7	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в вертикальную цель, отбивании мяча одной рукой несколько раз подряд и ловле его двумя руками; развивать физические качества; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кегли, мячи, шнур	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.83
91	15.04	Зан яти е №1 9	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Развивать физические качества; воспитывать интерес физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи, мешочки, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.84
92	17.04	Зан яти е №2 1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.85
93	20.04	Зан яти е №2 0	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Развивать физические качества; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи, мешочки, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.85
94	22.04	Зан яти е №2 2	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии; развивать физические качества; воспитывать смелость при выполнении заданий. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.86
95	24.04	Зан яти е №2 4	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кольца, шнур, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.87
96	27.04	Зан яти е №2 3	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии, прыжки на двух ногах; развивать физические качества; воспитывать смелость при выполнении заданий. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.87
97	29.04	Зан яти е №2 5	Задачи. упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.88

98	06.05	Зан яти е №2 7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом. <i>Оборудование:</i> косички, мяч в сетке, кегли.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.89
99	08.05	Зан яти е №2 6	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии, прыжки на двух ногах; развивать физические качества; воспитывать смелость при выполнении заданий. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.89
100	13.05	Зан яти е №2 8	Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Оборудование:</i> кубики, шнуры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.89
101	15.05	Зан яти е №3 0	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками. <i>Оборудование:</i> корзины, мешочки, мячи, верёвка с мешочком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.90
102	18.05	Зан яти е №2 9	Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Оборудование:</i> кубики, шнуры, мячи, скакалка, мешочки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.90
103	20.05	Зан яти е №3 1	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. <i>Оборудование:</i> палки гимнастические, шнуры, мишень, мешочки, скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.91
104	22.05	Зан яти е №3 3	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.92
105	25.05	Зан яти е №3 2	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. <i>Оборудование:</i> палки гимнастические, шнуры, мишень, мешочки, скамейка, скакалка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.92
106	27.05	Зан яти е №3 4	Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. <i>Оборудование:</i> шнуры, мешочки, скамейка, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.92
107	29.05	Зан яти е №3 6	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом. <i>Оборудование:</i> шнуры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.93

108	01.06	Зан яти е №3 5	Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. <i>Оборудование:</i> шнуры, мешочки, скамейка, мячи, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.93
-----	-------	----------------------------	--	---

Календарно – тематическое планирование НОД по физической культуре в старшей группе
СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	Повторить ходьбу и бег между предметами, упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, бег до одной минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №1 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №2 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №3 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №4 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс. 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола (дистанция 4м), повторить.	1.Прыжки на двух ногах – упражнение «Достань до предмета». Выполняется серия прыжков 5 – 6 раз подряд, затем пауза и повторение прыжков. 2.Броски малого мяча (диаметр 6 – 8 см) вверх двумя руками. 3.Бег в среднем темпе до 1,5 минуты.	1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 2.Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо. 3.Броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши.	1.Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке (5 – 6 раз) 2.Ходьба, перешагивая через препятствия – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку.
Подвижная игра	«Мышеловка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Фигуры» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Удочка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Мы веселые ребята» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Игра малой подвижности «У кого мяч?»	Игры малой подвижности «Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному

	Занятие №1,2 стр. 15 – 17 Л.И. Пензулаева	Занятие №4,5 стр. 19 – 20 Л.И. Пензулаева	Занятие №7,8 стр. 21 – 24 Л.И. Пензулаева	Занятие №10,11 стр. 24 – 26 Л.И. Пензулаева
--	--	--	--	--

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до одной минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №5 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №6 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №7 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №8 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. 2.Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого (4 – 5 штук). 3.Броски мяча двумя руками, стоя в шеренгах на расстоянии 2,5 м друг от друга (способ – от груди).	1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8 – 10 раз). 2.Броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из – за головы. 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1.Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м. 2.Подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс, голову и спину держать прямо.	1.Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 метра один от другого. 2.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше. 3.Прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см, с трех шагов.
Подвижная игра	«Перелет птиц» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Удочка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Гуси – лебеди» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	Игра малой подвижности «У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному	Игра малой подвижности «Летает – не летает».
	Занятие №13,14 стр. 28 – 29	Занятие №16,17 стр. 30 – 32	Занятие №19,20 стр. 33 – 35	Занятие №22,23 стр. 35 – 37

	Л.И. Пензулаева	Л.И. Пензулаева	Л.И. Пензулаева	Л.И. Пензулаева
--	-----------------	-----------------	-----------------	-----------------

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №9 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №10 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №11 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №12 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (расстояние 3 – 4 метра). 3.Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах, расстояние между ними 2 – 2,5 м.	1.Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно, на расстояние 4 – 5 метров. 2.Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков). 3.Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4 – 5 метров).	1.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м). 2.Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода, 3 раза. 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	1.Подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола. 2.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3.Прыжки на правой и левой ноге до предмета, расстояние 5 м.
Подвижная игра	«Пожарные на учении» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Удочка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Пожарные на учении» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)

Заключительная часть	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	Игра малой подвижности по выбору детей	Ходьба в колонне по одному	Игра малой подвижности «У кого мяч?»
	Занятие №25,26 стр. 39 – 41 Л.И. Пензулаева	Занятие №28,29 стр.42 – 43 Л.И. Пензулаева	Занятие №31,32 стр. 44 – 45 Л.И. Пензулаева	Занятие №34,35 стр. 46 – 47 Л.И. Пензулаева

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча	Упражнять в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №13 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №14 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №15 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №16 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансируют; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс. 2. Прыжки на двух ногах через бруски (бруски лежат на полу на расстоянии 50 см один от другого). 3.Броски мяча друг другу двумя руками из – за головы, стоя в двух шеренгах	1.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м). 2.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3.Ползание на четвереньках между предметами.	1.Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах (двумя руками снизу), с расстояния 2,5 м. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки (хват рук с боков). 3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на пояс).	1. Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. 2.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (кубики, набивные мячи) 3.Прыжки на двух ногах между предметами (расстояние между предметами 40 см)

	(расстояние между шеренгами 2,5 м).			
Подвижная игра	«Ловишки с ленточками» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Охотники и зайцы» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Хитрая лиса» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Игра «Сделай фигуру»	Игра малой подвижности «У кого мяч»	Игра малой подвижности «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному; игра малой подвижности
	Занятие №1,2 стр. 48 – 50 Л.И. Пензулаева	Занятие №4,5 стр. 51 – 52 Л.И. Пензулаева	Занятие №7,8 стр. 53 – 54 Л.И. Пензулаева	Занятие №10,11 стр. 55 – 57 Л.И. Пензулаева

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек
Вводная часть	Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба и бег с выполнением заданий.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №17 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №18 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №19 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №20 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м). 3. Метание – броски мяча в шеренгах.	1.Прыжки в длину с места (расстояние 40 см). 2.Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч. 3.Броски мяча вверх.	1. Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах, расстояние между детьми 3 м. 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс.	1.Лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек. 2.Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют. 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком

				ноги врозь, затем прыжком ноги вместе и так до конца дистанции (расстояние 6 м). 4.Ведение мяча в прямом направлении.
Подвижная игра	«Медведи и пчелы» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Совушка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Хитрая лиса» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Игра малой подвижности (по выбору детей)	Ходьба в колонне по одному	Игра малой подвижности (по выбору детей)	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №13,14 стр. 59 – 60 Л.И. Пензулаева	Занятие №16,17 стр. 61 – 63 Л.И. Пензулаева	Занятие №19,20 стр. 63 – 64 Л.И. Пензулаева	Занятие №22,23 стр. 65 – 66 Л.И. Пензулаева

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, в колонне по одному, бег до 1,5 минуты с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №21 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №22 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №23 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №24 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны. 2.Прыжки через бруски (6 – 8 шт., высота бруска до 10 см) без паузы.	1.Прыжки в длину с места (расстояние 50 см). 2.Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м).	1.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с расстояния 2,5 м. 2.Подлезание под палку (шнур) (высота 40 см).	1.Лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек. 2.Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс,

	3.Бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из – за головы.	3.Подлезание под дугу (высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке.	3.Перешагивание через шнур (высота 40 см).	приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места. 4. Отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант, большого диаметра) на расстояние 8 м.
Подвижная игра	«Охотники и зайцы» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Мышеловка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Гуси – лебеди». (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Игра малой подвижности	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №25,26 стр. 68 – 69 Л.И. Пензулаева	Занятие №28,29 стр. 70 – 71 Л.И. Пензулаева	Занятие №31,32 стр. 71 – 73 Л.И. Пензулаева	Занятие №34,35 стр. 73 – 75 Л.И. Пензулаева

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по три.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №25 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №26 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №27 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №28 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс.	1.Прыжки в высоту с разбега (высота 30 см), 5 – 6 раз с приземлением на мат.	1.Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по – медвежьи»).	1. Лазанье под шнур боком, не касаясь его.

	2. Прыжки из обруча в обруч (обручи лежат на полу на расстоянии 40 см один от другого). 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами	2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча. 3.Ползание на четвереньках между предметами.	2.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. 3.Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед; дистанция 3 м.	2. Метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние 3 м). 3.Ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой
Подвижная игра	«Пожарные па учении» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Медведи и пчелы» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Стоп» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Эстафета с большим мячом «Мяч водящему»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №1,2 стр. 76 – 78 Л.И. Пензулаева	Занятие №4,5 стр. 79 – 80 Л.И. Пензулаева	Занятие №7,8 стр. 81 – 82 Л.И. Пензулаева	Занятие №10,11 стр. 83 – 84 Л.И. Пензулаева

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.
Вводная часть	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №29 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №30 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №31 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №32 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)

ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2.Прыжки через бруски (расстояние между брусками 50 см). 3.Броски мяча двумя руками из – за головы, стоя в шеренгах.	1.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. 2.Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах. 3.Пролезание в обруч прямо и боком.	1.Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 2,5 м одной рукой, способом от плеча. 2.Ползание по прямой, затем переползание через скамейку. 3.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (кубики, набивные мячи).	1.Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек. 2.Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8 – 10 м). 3.Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс
Подвижная игра	«Медведь и пчелы» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Стой» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Удочка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Горелки» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок?»
	Занятие №13,14 стр. 86 – 87 Л.И. Пензулаева	Занятие №16,17 стр. 88 – 89 Л.И. Пензулаева	Занятие №19,20 стр. 89 – 91 Л.И. Пензулаева	Занятие №22,23 стр. 91 – 93 Л.И. Пензулаева

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы НОД/ Дата	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, враспынную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону.			
ОРУ (общеразвивающие упражнения)	Комплекс №33 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №34 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №35 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)	Комплекс №36 (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)
ОВД (основные виды движений)	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, разложенные	1.Прыжки в длину с разбега (5 – 6 раз).	1.Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками.	1.Ползание по гимнастической скамейке на

	на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс. 2.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расстояние 4 м) до флажка. 3.Броски мяча (диаметр 8 – 10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля мяча двумя руками.	2.Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди (8 – 10 раз). 3.Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по – медвежьи».	2.Лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке. 3.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.	животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков. 2.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, разложенные на расстоянии трех шагов ребенка, руки на пояс. 3.Прыжки на двух ногах между кеглями.
Подвижная игра	«Мышеловка» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Не оставайся на полу» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Пожарные на учении» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)	«Караси и щука» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)
Заключительная часть	Игра «Что изменилось?»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
	Занятие №25,26 стр. 94 – 96 Л.И. Пензулаева	Занятие №28,29 стр. 96 – 97 Л.И. Пензулаева	Занятие №31,32 стр. 98 – 99 Л.И. Пензулаева	Занятие №34,35 стр. 100 – 101 Л.И. Пензулаева

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

СЕНТЯБРЬ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их				
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			

ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С палками	С обручем
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат(через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3. Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками 2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль 4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую 5. Упражнение «крокодил»
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»

КАЛЕНДАРНО -ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ОКТЯБРЬ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатом между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Лазание по гимнастической стенке	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч	1. Ходьба по узкой скамейке 2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча друг другу на ходу 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой
Основные виды движений	1. Прыжки через скамейку 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

НОЯБРЬ (подготовительная к школе группа)

				4.Лазание по гимн.стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»
Малоподвиж- ные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения			
ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЕКАБРЬ (подготовительная к школе группа)

Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»
Малоподвижные игры	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»

КАЛЕНДАРНО -ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх				
Вводная часть	Построение в колонну , перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			
ОРУ	С палкой	С мячом	С гирями	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1.Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимн. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4.Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4.Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2.Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»

Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежика	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки»музыкальная
--------------------	---	--	-------------	-----------------------------

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»
Малоподвижные игры	«Самомассаж»	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»

МАРТ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом

Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука
Малоподвиж- ные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

АПРЕЛЬ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку

Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками
Малоподвиж- ные	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

МАЙ (подготовительная к школе группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»

Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук
---------------------------	----------------	------------------	---------------------	-----------------------------