

## Сентябрь

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Здравствуй, детский сад!  Занятия №1, 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе и беге в колонну по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивание двум ногами от пола и мягким приземлении при подпрыгивании.</li> </ul>	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа. – Москва: Мозаика – Синтез, 2015. С.19,20
2	Мой дом, мой город, моя страна, моя планета  Занятия № 4, 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Учить энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывание мяча.</li> <li>Расширять представления о том, что полезно и что вредно для здоровья.</li> </ul>	C.21 C.23
3	Урожай  Занятия № 7,8	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе в колонне по одному, бег врассыпную (повторить 2-3 раза); упражнять в прокатывание мяча, лазание под шнур.</li> <li>Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.</li> </ul>	C. 24 C.26
4	Краски осени  Занятия № 10, 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>Продолжать учить детей останавливаться по сигналу вовремя ходьбы; закреплять умение группироваться при лазании под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</li> </ul>	C.26 C. 28

## Октябрь

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Животный мир Занятия № 13,14	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить детей сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивание от пола и мягким приземлении на полусогнутые ноги с продвижением вперед.</li> </ul>	C. 30 C.32
2	Я – человек Занятия № 16,17	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч др. др., развивая точность направления движения.</li> </ul>	C. 33 C.34
3	Народная культура и традиции Занятия №19,20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазании под дугу. Расширять представления о том, что полезно и что вредно для здоровья.</li> <li>• Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.</li> </ul>	C. 35
4	Наш быт Занятия № 22,23	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазание под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.</li> </ul>	C. 36 C.37

## Ноябрь

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Дружба Занятия № 25,26	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.</li> </ul>	C.39 C.40
2	Транспорт Занятия № 28, 29	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.</li> </ul>	C.41 C.42
3	Здоровей-ка Занятия № 31, 32	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движении; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.</li> </ul>	C. 43 C.44
4	Кто как готовится к зиме Занятия № 34,35	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.</li> </ul>	C.45 C.46

Декабрь

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Здравствуй, Зимушка-Зима  Занятия № 1,2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений при прыжках через препятствие.</li> </ul>	C.48 C.49
2	Город мастеров  Занятия № 4,5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.</li> </ul>	C.50 C.51
3	Новогодний калейдоскоп  Занятия № 7,8	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе в колонне по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.</li> </ul>	C. 52 C.54
4	Новогодний калейдоскоп  Занятия № 10,11	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения в равновесии.</li> </ul>	C.54 C.56

## Январь

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Занятия №13,14	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения прыжках.</li> </ul>	C. 57 C.58
2	Занятия № 16,17	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывание мяча друг другу.</li> <li>Расширять представления о том, что полезно и что вредно для здоровья.</li> </ul>	C.59 C.60
3	В гостях у сказки Занятия № 19,20	<ul style="list-style-type: none"> <li>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.</li> </ul>	C.61 C.62
4	Этикет Занятия № 22,23	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.</li> </ul>	C.63 C.64

## Февраль

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Моя семья Занятия № 25,26	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.</li> <li>• Содействовать созданию эмоционально положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха.</li> </ul>	C.65 C.66
2	Азбука безопасности Занятия № 28,29	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять в с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывание мяча между предметами.</li> </ul>	C.67 C.68
3	Зашитники Отечества Занятия № 31,32	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; закреплять навыки ползания на четвереньках.</li> <li>• Способствовать проявлению активности и инициативности детей в подвижных играх.</li> </ul>	C. 69 C.70
4	Маленькие исследователи Занятия № 34,35	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.</li> </ul>	C.70 C.71

## Март

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Женский день Занятия №1,2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.</li> </ul>	. С.72 С.73
2	Миром правит доброта Занятия № 4,5	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную.</li> </ul>	С.74 С.75
3	Быть здоровыми хотим Занятия № 7,8	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.</li> </ul>	С. 76 С.77
4	Весна шагает по планете Занятия № 10,11	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную с остановкой по сигналу; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи» ; упражнять в равновесии и прыжках.</li> </ul>	С.78 С.79

## Апрель

Неделя	Тема недели	Программное содержание	Литература
1	Цирк  Занятия №13, 14	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.</li> <li>● Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие.</li> </ul>	. С.80 С.81
2	Приведем планету в порядок  Занятия № 16,17	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьба и бег врассыпную; метании мешочков горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину.</li> </ul>	С.82 С.83
3	Волшебница вода  Занятия № 19,20	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать глазомер и ловкость при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.</li> </ul>	С. 84 С.85
4	Встречаем птиц  Занятия № 22,23	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, повторить упражнения в равновесии и прыжках.</li> <li>● Способствовать проявлению активности и инициативности детей в подвижных играх.</li> </ul>	С.86 С.87

## Май

Неделя	Тема недели	.Программное содержание	Литература
1	Праздник весны и труда  Занятия № 25, 26	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.</li> </ul>	C.88 C.89
2	День Победы  Занятия № 28,29	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.</li> <li>• Содействовать созданию эмоционально положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха.</li> </ul>	C.89 C.90
3	Мир природы  Занятия № 31, 32	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.</li> <li>• Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие.</li> </ul>	C. 91 C.92

4	<p>Вот мы какие стали большие</p> <p>Занятия № 34,35</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоры и прыжках.</li> </ul>	<p>C.92 C.93</p>
---	--	---	----------------------

Расширять представления о том, что полезно и что вредно для здоровья.

Учить прыгать в длину с места не менее 70см.

Развивать общую выносливость в беге в медленном темпе 200-240 м.

Учить бросать набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за голы на 1 м.

Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы.

Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие.

Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами.

Учить прыжкам в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, и мягко приземляться, подпрыгивая на одной ноге.

Учить ловить мяч руками, многократно ударяя им об пол.

Учить бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку.

Развивать чувство ритма, двигаясь в такт музыке или под счёт.

Способствовать проявлению активности и инициативности детей в подвижных играх.

Содействовать созданию эмоционально положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха.

Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.