Рассмотрена и принята на педагогическом совете Протокол № 1 от 31.08.2023г. «Утверждена» заведующий МДОУ ВМР «Детский сад комбинированного вида №1 «Ласточка» г. Вольска Саратовской области» О.Я. Гаршина Приказ №130 от 31 08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по реализации ОП ДО образовательная область "Физическое развитие"

МДОУ ВМР «Детский сад комбинированного вида № 1 «Ласточка» г. Вольска Саратовской области»

содержание

Nº	Раздел программы	Страница
1.	Пояснительная записка	3
2.	Планируемые результаты освоения о.о. «Физическое развитие»	3 - 4
3.	Содержание о.о. «Физическое развитие»	4 -10
4.	Учебный план о.о «Физическое развитие»	11
5.	Комплексно – тематическое планирование освоения содержания о.о «Физическое развитие»	11 - 69



1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие», является составной частью образовательной программы муниципального дошкольного образовательного учреждения Вольского муниципального района «Детский сад комбинированного вида № 1 «Ласточка» г. Вольска Саратовской области», и с учетом Федеральная образовательная программа дошкольного образования.

Обязательная часть Программы построена с учетом Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

<u>Цель:</u> Обеспечить реализацию о.о «Физическое развитие» в полном объеме во всех возрастных группах.

«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), 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 и др.)»

2. <u>ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ</u> О.О. «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Показатели развития для детей от 2 до 3 лет (вторая группа раннего возраста)

- ⇒ сохраняет устойчивое положение тела, правильную осанку.
- ⇒ ходят и бегают, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- ⇒ умеют 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.
- ⇒ умеют ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).
- ⇒ умеют прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- ⇒ сформированы представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза смотреть, уши слышать, нос нюхать, язык пробовать (определять) на вкус, руки хватать, держать, трогать; ноги стоять, прыгать, бегать, ходить; голова думать, запоминать.

Показатели развития для детей от 3 до 4 лет (младшая группа)

- ⇒ Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- ⇒ Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- ⇒ Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

- № Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- ⇒ Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Показатели развития для детей от 4 до 5 лет (средняя группа)

- □ Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- ⇒ Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- ⇒ Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет ; поворот переступанием, поднимается на горку.
- ⇒ Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
- ⇒ Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).
- ⇒ Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- ⇒ Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется левыми приборами, салфеткой, поласкает рот после еды).

Показатели развития для детей от 5 до 6 лет (старшая группа)

- ⇒ Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- ⇒ Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
- ⇒ Владеет школой мяча.
- ⇒ Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- ⇒ Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- ⇒ Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами.
- ⇒ Умеет кататься на самокате.
- ⇒ Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- ⇒ Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу
- ⇒ Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).
- ⇒ Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.
- ⇒ Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

Показатели развития для детей от 6 до 7 лет (подготовительная к школе группа)

- 🖈 Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- № Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- ⇒ Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- ⇒ Следит за правильной осанкой.
- ⇒ Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- ⇒ Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- ⇒ Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

Данные показатели (промежуточные планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие») используются для оценки индивидуального развития детей, которая производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Диагностика осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни или в процессе непрерывной образовательной деятельности.

Основным механизмом оценки является фиксация показателей развития воспитанника, посредством наблюдения.

Фиксация показателей развития выражается в словесной (опосредованной) форме:

- ⇒ не сформирован;
- находится в стадии формирования;
- ф сформирован.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач: индивидуализация образования; оптимизация работы с группой детей.

3. СОДЕРЖАНИЕ О.О. «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Основные цели и задачи:

<u>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</u> Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

<u>Физическая культура.</u> Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Основные принципы

Научно – методические принципы:

- ⇒ принцип первенства физической (двигательной) активности
- ⇒ принцип своевременного начала физического воспитания
- ⇒ принцип целеполагания
- ⇒ игровой принцип
- ⇒ принцип интеграции
- ⇒ психосоматический принцип
- ⇒ принцип дозированной помощи
- принцип возрастающей независимости (эмансипации) от взрослых и самостоятельности в творческом решении

Дидактические принципы:

- ⇒ систематичность и последовательность
- развивающее обучение
- ⇒ доступность
- ⇒ воспитывающее обучение
- ⇒ учет индивидуальных и возрастных особенностей
- ⇒ сознательность и активность ребенка \
- ⇒ наглядность

Специальные принципы:

- ⇒ непрерывность
- ⇒ последовательность наращивания тренирующих воздействий
- ⇒ цикличность

Гигиенические принципы:

- ⇒ сбалансированность нагрузок
- ⇒ рациональность чередования деятельности и отдыха
- ⇒ возрастная адекватность
- ⇒ оздоровительная направленность всего образовательного процесса
- ⇒ осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания

Направления физического развития:

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Физическая культура.

Методы социально - коммуникативного развития

Наглядные:

- ⇒ наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование
- ⇒ наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- ⇒ наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

Словесные:

- ⇒ объяснения, пояснения, указания;
- ⇒ подача команд, распоряжений, сигналов;
- ⇒ вопросы к детям;
- ⇒ образный сюжетный рассказ, беседа;
- ⇒ словесная инструкция.

Практические:

- ⇒ Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- ⇒ Проведение упражнений в игровой форме;
- ⇒ Проведение упражнений в соревновательной форме

Средства физического развития

- двигательная активность, физические упражнения;
- эколого природные факторы (солнце, воздух, вода);
- психо гигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий

Формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

Формы работы	Ран-й возр.	Младший возраст		Старший возраст		
Виды занятий	2-я гр. раннего возраста	мл. гр.	Сред. гр.	Стар. гр.	Подгот. гр.	
Подвижные игры во время утреннего приёма	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 5-6 мин.	Ежедневно 6-8мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.	
Утренняя гимнастика	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.	
Физминутки	По необходимости в зависимости от организации 2-3 минуты					
Музыкально- ритмические движения	На муз-х занятиях 10 мин.	На муз-х занятиях 10 мин.	На занятиях по ритмике 20 мин.	На занятиях по ритмике 25 мин.	На занятиях по ритмике 30 мин.	
Физкультурные	3 раза в	3 раза в	3 раза в	3 раза в	3 раза в	

занятия	неделю	неделю	неделю	неделю	неделю	
	10 мин.	15 мин.	15- 20 мин.	20-25 мин.	25 - 30 мин.	
Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты.	Ежедневно не менее 2 игр по 3-5 мин.	Ежедневно не менее 2 игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее 2 игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее 2 игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее 2 игр по 10-12мин.	
Индивидуальные занятия	Ежедневно					
Игровые упражнения: - зоркий глаз; - ловкие прыгуны; - подлезание; - пролезание; - перелезание	Ежедневно по подгруп. 3-5 минут	Ежедневно по подгруп. 4-6 минут	Ежедневно по подгрупп. 6-8 минут	Ежедневно по подгрупп. 6-8 минут	Ежедневно по подгрупп. 8- 10 минут	
Пальчиковая гимнастика	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 6-8 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 10-15 мин.	
Оздоровительные мероприятия: - гимнастика после сна; - дыхательная гимнастика; - игровой массаж;	Ежедневно 3 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.	
Физкультурный досуг	1 раз в месяц 10 мин.	1 раз в месяц 10-15 мин.	1 раз в месяц 15-20 мин.	1 раз в месяц 20-25 мин.	1 раз в месяц 25-30 мин.	
Спортивный праздник	-	-	2 раза в год 15-20 мин.	2 раза в год 20-25 мин.	2 раза в год 25-30 мин.	
Самостоятельная двигательная деятельность: - самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования в течение дня; - самостоятельные подв. и спортивные игры	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводятся под руководством воспитателя.					

Содержание психолого-педагогической работы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

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

Младшая группа (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.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

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.

Старшая группа (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.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7лет)

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.

Физическая культура

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить 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.

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

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

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 отталкиваться 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.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить 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.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

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. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

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

Учить 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. Учить прыжкам 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).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

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

Учить 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.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

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.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить 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.

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

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить 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.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

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.

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

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить 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.

Учить 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. Учить 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, настольный теннис, хоккей, футбол).

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН О.О. «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Nº	Части образовательного процесса	Длительность- занятий в неделю	Кол - во занятий в неделю	Длительность занятий в год	Кол - во занятий в год			
1.	Физическое развитие							
1.1.	ВТОРАЯ ГРУППА РАННІ	ЕГО ВОЗРАСТА	(от 2 до 3 лет	1)				
	Физкультура	30 мин.	3	1080 мин. (18 часов)	108			
1.2.	МЛАДШАЯ ГРУППА (om	3 до 4 лет)						
	Физкультура	45 мин.	3	1620 мин. (27 часов)	108			
1.3.	СРЕДНЯЯ ГРУППА (от 4 до 5 лет)							
	Физкультура	60 мин.	3	1800 мин. (30 часов)	108			
1.4.	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К	К ШКОЛЕ ГРУП	ППА (от 6 до 7	лет)				
	Физкультура	90 мин.	3	3240 мин. (54 часов)	108			

5. <u>КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОСВОЕНИЯ</u> <u>СОДЕРЖАНИЯ О.О. «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»</u>

ВТОРАЯ ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА (от 2 до 3 лет) Физическая культура

месяц	Программное	Кол-	Игровые	Пособия
	содержание	BO	упражнения	
		часо		
		В		
	Тема недели: «Детский	сад»		
СЕНТЯБРЬ	Учить детей	3	П/и «Бегите ко	2 длинные веревки (2,5 —3
1 неделя	начинать ходьбу по		мне»	<i>м)</i> , кукла.
	сигналу, развивать			
	равновесие — учить			
	ходить по			
	ограниченной			
	поверхности (между			
	двух линий).			

Ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать. СЕНТЯБРЬ З неделя Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ З неделя СЕНТЯБРЬ З п/и «В гости к куклам» Стулья по количеству детей, кукла. Стулья по количеству детей, кукла. Стулья по количеству детей, кукла. СЕНТЯБРЬ З п/и «Бегите ко ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать П/И «Бегите ко мне» СЕНТЯБРЬ ишшки (или маленькие мячи) по количеству де игрушка собака.	ка
направление на определенный сигнал, развивать умение ползать. СЕНТЯБРЬ З неделя Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Направление на определенный сигнал, развивать умение соблюдать. П/и «В гости к куклам» Стулья по количеству детей, кукла. Стулья по количеству детей, кукла. П/и «Бегите ко ограниченной поверхности, подлезать имен» П/и «Бегите ко мне»	ка
развивать умение ползать. Тема недели: «Осень» Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. Тема недели: «Осень» Тема недели: «Осень» Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать развивать указанное куклам» П/и «В гости к куклам» Стулья по количеству детей, кукла. Тема недели куклам» Тема недели: «Осень» З П/и «Бегите ко иншки (или маленькие мячи) по количеству де	
Тема недели: «Осень» Тема недели: «Осень» Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. Тема недели: «Осень» Чить ходить по ограниченной поверхности, подлезать Тема недели: «Осень» П/и «В гости к куклам» Куклам» Стулья по количеству детей, кукла. Стулья по количеству детей, кукла. П/и «Бегите ко ишшки (или маленькие мячи) по количеству де	
СЕНТЯБРЬ 3 неделя Тема недели: «Осень» Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. 3 П/и «В гости к куклам» Стулья по количеству детей, кукла. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Тема недели: «Осень» 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать 3 П/И «Бегите ко мне» 2 стойки, длинная верег шишки (или маленькие мячи) по количеству де	
З неделя Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. Куклам» Стулья по количеству детей, кукла. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Тема недели: «Осень» З П/И «Бегите ко ограниченной поверхности, подлезать 2 стойки, длинная верен шишки (или маленькие мячи) по количеству де	
соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать и	
направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать П/И «Бегите ко ишшки (или маленькие мячи) по количеству де	
ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать Тема недели: «Осень» З П/И «Бегите ко мне» шишки (или маленькие мячи) по количеству де	
приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать от доверхности, подлезать оберхности, подлезать оберхности, подлезать оберхности поверхности, подлезать оберхности поверхности поверхности поверхности подлезать оберхности поверхности подлезать оберхности поверхности подлезать оберхности подлезать оберхности подлезать оберхности поверхности подлезать оберхности подлезать подлезать оберхности подперать подпера	
разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. Тема недели: «Осень» Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. Тема недели: «Осень» З П/И «Бегите ко ишишки (или маленькие мячи) по количеству де	
не мешая друг другу, развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать Не мешая друг другу, развивать внимание. Тема недели: «Осень» З П/И «Бегите ко ишшки (или маленькие мячи) по количеству де	
развивать внимание. СЕНТЯБРЬ 4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать развивать внимание. Тема недели: «Осень» З П/И «Бегите ко ишшки (или маленькие мячи) по количеству де	
СЕНТЯБРЬ 4 неделя Тема недели: «Осень» Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать 3 П/И «Бегите ко мне» 2 стойки, длинная верег шишки (или маленькие мячи) по количеству де	
4 неделя Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать 3 П/И «Бегите ко мне» 2 стойки, длинная верег шишки (или маленькие мячи) по количеству де	
ограниченной мне» шишки (или маленькие поверхности, подлезать мячи) по количеству де	
поверхности, подлезать мячи) по количеству де	ей,
поверхности, подлезать мячи) по количеству де под веревку и бросать игрушка собака.	геи,
под веревку и оросать под веревку и оросать игрушка сооака.	
предмет вдаль правой и левой рукой, развивать	
умение бегать в	
определенном	
направлении.	
ОКТЯБРЬ Тема недели: «Я в мире человек»	
1 неделя Учить лазать по 1 П/и «Догоните Гимнастическая стенка	——— ИЛИ
гимнастической стенке, мяч» башенка, мячи по	
развивать чувство количеству детей.	
равновесия,	
совершенствовать бег в	
определенном	
направлении, умение	
реагировать на сигнал.	
Учить ходить по 2 П/и «Бегите ко Гимнастическая доска	
ограниченной мне» (ширина 30 —25 <i>см</i> , дл	Іна
поверхности, ползать и 2,5—3 м)9 цветные	
катать мяч, упражнять платочки (20Х20 см) по	
в ходьбе, сохраняя количеству детей, мяч.	
равновесие, помогать	
преодолеть робость, способствовать	
развитию умений	
действовать по сигналу	
ОКТЯБРЬ Тема недели: «Я в мире человек»	
2 неделя Ознакомить с 1 П/и «Догоните Мешочки с песком (150	2)
выполнением прыжка меня» по количеству детей,	-)
вперед на двух ногах,	ı),
бросать в ящик (50Х50 см) или об	
горизонтальную цель, (диаметр 1 м).	
совершенствовать	
умение реагировать на	
сигнал, учить бросать	
предмет в	

	определенном			
	направлении.			
	Учить ходить по	2	П/и «Догони мяч»	По два кубика на каждого
	гимнастической		пи «догони мяч»	ребенка, средние мячи
	скамейке, бросать мяч			(диаметр 20—25 <i>см</i>) по
	_			(диаметр 20—23 см) по количеству детей,
	вдаль из-за головы			1
	двумя руками,			гимнастическая скамейка
	упражнять в ползании			(длина 2,5—3 м, ширина
	на четвереньках,			30—25 см, высота 25—30
	развивать чувство			см).
	равновесия,			
	совершенствовать			
	умение передвигаться в			
	определенном			
	направлении.			
ОКТЯБРЬ	Тема недели: «Мой дом»	·>		11
3 неделя	Учить прыгать в длину	1	П/и «Догони мяч»	По 2 шишки (или
	с места, закреплять	1	тин үдогони миз//	маленькие мячи) для
	_			каждого ребенка, мячи по
	метание вдаль из-за			
	головы, способствовать			количеству детей, длинная
	развитию чувства			веревка.
	равновесия и			
	координации			
	движений.			
	Учить ходить парами в	2	«П/и «Через	Погремушки по количеству
	определенном		ручеек»	детей, 2 длинные веревки,
	направлении, бросать			мячи для каждого ребенка.
	мяч вдаль от груди,			
	упражнять в катании			
	мяча, приучать			
	внимательно слушать и			
	ждать сигнала для			
	начала движений.			
ОКТЯБРЬ	Тема недели: «Мой дом»	·>		
4 неделя	Учить ходить по	1	П/и «Солнышко и	Цветные ленточки (длина
Педели	наклонной доске,	1		25 —30 <i>см</i>), средние мячи
			дождик»	по количеству детей,
	упражнять в метании			
	вдаль от груди,			наклонная доска.
	приучать детей			
	согласовывать			
	движения с			
	движениями других			
	детей, действовать по			
	сигналу.			
	Учить бросать и	2	П/и «Солнышко и	Маленькие обручи
	ловить мяч,		дождик»	(диаметр 25 <i>см)</i> по
	упражнять в ходьбе			количеству детей,
	по наклонной доске,			наклонная доска, мяч
	развивать чувство			(диаметр 25 —30 <i>см</i>).
	равновесия, глазомер,			<u> </u>
	воспитывать			
	выдержку.			
			<u> </u>	<u> </u>

НОЯБРЬ	Тема недели: «Мой дом»	»>		
1 неделя	Упражнять в прыжке в длину с места, бросать вдаль правой и левой рукой, переступать через препятствия, закреплять умение реагировать на" сигнал, воспитывать умение действовать по сигналу.	1	П/и «Догоните меня»	Мешочки с песком по количеству детей, кубики (высота 10—15 <i>см</i>), длинная веревка, машина.
НОДЕМ	Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки. Упражнять в ползании на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч, учить ходить на носочках, приучать соблюдать определенное направление.	2	П/и «Догоните меня»	Мячи по количеству детей, 2 длинные веревки, кубики, игрушка медвежонок (или другая игрушка).
НОЯБРЬ 2 неделя	Тема недели: «Мой дом» Ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать мячи вдаль правой и левой рукой, воспитывать умение сдерживать	1	П/и «Догони мяч»	Стулья и шишки (или маленькие мячи) по количеству детей, наклонная доска.
	себя. Развивать умение организованно перемещаться в определенном направлении, учить подлезать под рейку, совершенствовать прыжок в длину с места на двух ногах, упражнять в ползании; развивать ловкость и координацию движений.	2	П/и «Догони мяч	Флажки и мячи по количеству детей, 2 стойки, длинная рейка и веревка.

НОЯБРЬ	Тема недели: «Мой дом	>>		
3 неделя	Учить бросать в	1	П/и «Солнышко и	Мешочки с песком по
, ,	горизонтальную цель,	_	дождик»	количеству детей, длинная
	прыгать в длину с			веревка, ящик (50 на 50 на
	места, закреплять			100) или обруч для
	умение ходить по			метания.
	кругу, взявшись за			
	руки.			
	1.	2	П/и «Солнышко и	II pomyy yo magazyyyy yy yygyyy
	Упражнять в ходьбе по гимнастической			Цветные платочки и мячи
	скамейке, катать мячи		дождик»	по количеству детей, длинная гимнастическая
	· ·			скамейка, 2 —3 дуги
	под дугу, закреплять умение не терять			(воротики).
	равновесие во время			(воротики).
	ходьбы по			
	гимнастической			
	скамейке.			
НОЯБРЬ	Тема недели: «Новогодн	l лий п n a	эппик//	
4 неделя	Учить прыгать в длину	ии пра 1	Л/и «Воробушки и	Погремушки по количеству
Педели	с места, упражнять в	1	автомобиль»	детей, 2 длинные веревки,
	ходьбе по наклонной		abiomoonjib//	наклонная доска,
	доске вверх и вниз,			маленький обруч (диаметр
	развивать ловкость,			25 — За см).
	глазомер и чувство			,
	равновесия.			
	Упражнять детей в	2		2 длинные веревки, 2 дуги
	прыжках в длину с			_ ·
	места на двух ногах, в			(воротики), маленький
	ползании на			обруч.
	четвереньках и			
	подлезании,			
	воспитывать умение			
	слушать сигналы и			
	реагировать на них.			
ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогоди	ний пра	лник»	<u> </u>
1 неделя	Учить бросать вдаль	1	П/и «Поезд»	Шишки (или маленькие
	правой и левой рукой,	1	пп «посод»	мячи) п о количеству детей,
	ползать на			гимнастическая скамейка.
	четвереньках по			THINHAUTH TOOKUS CRUISCHRUS
	гимнастической			
	скамейке, развивать			
	внимание и			
	координацию			
	движений.			
	Упражнять в ходьбе по	2	П/и «Поезд»	Короткие цветные ленточки
	наклонной доске вверх	_		по количеству детей, 1—2
	и вниз, учить бросать и			наклонные доски, мяч.
	ловить мяч, быть			,, ,
	внимательными,			
	стараться выполнять			
	упражнения вместе с			
	другими детьми.			
	•	_	•	

ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогодн	ий пра	здник»	
2 неделя	Закреплять умение	1	П/и «Самолеты»	Стулья и мешочки с песком
	бросать вдаль,			по количеству детей, 1—2
	совершенствовать			длинные гимнастические
	ходьбу по			скамейки!
	гимнастической			
	скамейке, упражнять в			
	ходьбе друг за другом со сменой			
	направления, развивать			
	чувство равновесиям			
	ориентировку в			
	пространстве.			
	Учить лазать по	2	П/и «Самолеты»	Маленькие обручи по
	гимнастической стенке,			количеству детей, 1 —2
	закреплять умение			гимнастические скамейки, 2
	ходить по			длинные веревки,
	гимнастической			гимнастическая стенка или
	скамейке,			башенка.
	совершенствовать			
	прыжок в длину с			
	места, развивать			
	чувство равновесия,			
	воспитывать смелость,			
HEICAEDI	выдержку и внимание.	U		
ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогодн		î e e e e e e e e e e e e e e e e e e e	N/
3 неделя	Закреплять умение ходить в колонне по	1	П/и «Пузырь»	Мешочки с песком по
	одному. Упражнять в			количеству детей, длинная веревка, 2 ящика или
	бросании в			обручи для метания в цель.
	горизонтальную цель			ооручи для метания в целв.
	правой и левой рукой,			
	совершенствовать			
	прыжки в длину с			
	места, учить вовремя			
	броска соблюдать			
	указанное направление.			
	Закреплять умение	2	П/и «Пузырь»	Средние мячи по
	ползать и подлезать		11/и «11узырь»	количеству детей, 2 стойки,
	под веревку,			рейка или веревка.
	совершенствовать			ренка изиг веревка.
	навык бросания вдаль			
	из -за головы,			
	выполнять бросок			
	только по сигналу,			
	учить согласовывать			
	свои движения с			
	движениями			
	товарищей.			
ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогодн	ий пра	î e e e e e e e e e e e e e e e e e e e	
4 неделя	Совершенствовать	1	П/и «Птички в	2 длинные веревки, 1 —2
	прыжки в длину с		гнездышках»	наклонные доски, 3—5
	места, упражнять в			больших обручей.
	ходьбе по наклонной			

	доске, развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость и координацию движений, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми. Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль правой и левой рукой, учить быстро реагировать на сигнал.	2	П/и «Птички в гнездышках»	Цветные флажки и мешочки с песком по количеству детей, гимнастическая скамейка (1 длинная или 2 короткие), 3—5 обручей большого размера, игрушечная собачка.
ЯНВАРЬ	Тема недели: «Зима»			COOU IRU.
1 неделя	Учить катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стене, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть.	1	П/и «Догони меня».	Цветные платочки и средние мячи по количеству детей, 2—3 дуги (воротики), гимнастическая стена или башенка.
	Совершенствовать метание в горизонтальную цель правой и левой рукой, учить ползать по гимнастической скамейке, развивать чувство равновесия и координацию движений, приучать детей выполнять задание самостоятельно.	2	П/и «Догони меня»	Погремушки, мешочки с песком и мячи по количеству детей, 1—2 гимнастические скамейки, 3—4 больших обруча или ящика для метания в цель.
ЯНВАРЬ	Тема недели: «Зима»			
2 неделя	Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер, стараться попадать в цель.	1	П/и «Воробушки и автомобиль»	По 2 кубика на каждого ребенка, 2 длинные веревки, 3—4 больших обруча для метания, 1 маленький обруч.
	Упражнять детей ¹ в прыжках в длину с места, ползать на четвереньках и	2	П/и «Воробушки и автомобиль»	Шишки на каждого ребенка, <i>Б</i> —2; гимнастические скамейки, 2 стойки, веревка или рейка,
	подлезать под рейку		19	маленький обруч для игры.

	(веревку), закреплять			
	умение ходьбы по			
	гимнастической;			
	скамейке,			
	способствовать			
	развитию, чувства			
	равновесия- и			
	ориентировки в			
	пространстве.			
ЯНВАРЬ	Тема недели: «Зима»			
3 неделя	Упражнять детей в	1	П/и «Птички»	Цветные платочки и
	метании вдаль правой и			мешочки с песком по
	левой рукой, ходить по			количеству детей, 1—2
	наклонной доске,			наклонные доски, '3 —Ъ
	следить, чтобы дети			больших обруча.
	были внимательны,			
	дружно играли.			
	Упражнять детей	2	П/и «Птички в	Мешочки с песком по
	выметании в		гнездышках»	количеству детей, длинная
	горизонтальную цель,		псэдышках//	веревка, 3—4 больших
	*			обруча.
	учить прыгать в длину с места, способствовать			ооруча.
	· ·			
	развитию глазомера,			
	координации			
	движений, умению			
	ориентироваться в			
	пространстве, учить			
	детей быть			
	внимательными друг к			
	другу и при			
	необходимости			
	оказывать помощь.			
ЯНВАРЬ	Тема недели: «Зима»			
4 неделя	Учить прыгать в	1	П/и «Жуки»	Маленькие обручи по
	глубину, упражнять в			количеству детей 1 —2.
	ходьбе по			Гимнастические скамейки,
	гимнастической			2 стойки, рейка, кукла.
	скамейке, в ползании и			2 стоики, реика, кукла.
	подлезании,			
	способствовать			
	развитию чувства			
	равновесия,			
	ориентировки в			
	пространстве, учить			
	быстро реагировать на			
	сигнал.			
	Учить катать, мяч друг	2	П/и «Жуки»	Средние мячи по
	= -	<u> </u>	II/II WICYKII//	количеству детей, 2
	другу, совершенствовать			длинные веревки.
	метание вдаль из-за			длиниые веревки.
	головы, закреплять			
	умение быстро			
	реагировать, на сигнал,			
	учить дружно		<u> </u>	

	действовать в			
	коллективе.			
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «Мамин до	ень»		
1 неделя	Учить катать мяч в цель, совершенствовать метание вдаль из-за головы, учить согласовывать движения с движениями товарищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание. Упражнять в ползании	2	П/и «Воробушки и автомобиль» П/и «Воробушки и	Стулья и средней величины мячи по количеству детей, 2—4 дуги (воротики), маленький обруч. Цветные флажки по
	и подлезании под рейку, прыгать в длину с места, учить детей быть дружными, помогать друг другу.		автомобиль»	количеству детей, 2 стойки и рейка (или веревка), маленький обруч.
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «Мамин де			
2 неделя	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений и чувства равновесия.	1	П/и «Кошки — мышки»	1—2 наклонные доски, мешочки с песком по количеству детей, длинная веревка, 2—3 обруча или ящики.
- EDDA W	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить бросать и ловить мяч, способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть.	2	П/и «Кот и мыши»	Платочки по количеству детей, I —2 гимнастические скамейки, мяч (средней величины).
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «Мамин де	ень»		
3 неделя	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть.	1	П/и «Догоните меня»	Погремушки по количеству детей, палка с при - крепленным на ниточке шаром, 4—6 кубиков.
	Учить катать мяч, упражнять детей в ползании на четвереньках,	2	П/и «Догоните меня»	По 2 кубика на каждого ребенка, 2 стойки, длинная веревка или рейка, на двоих детей 1 мяч.

			1	
	способствовать			
	развитию глазомера и			
	координации			
	движений, учить			
	помогать друг другу.			
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «Мамин де	ень»		
4 неделя	Учить ползать по	1	П/и «Поезд»	Шишки и мячи по
	гимнастической			количеству детей, 1 — 2
	скамейке и спрыгивать			гим-настические скамейки,
	с нее, упражнять в			2 —3 дуги.
	катании мяча в цель;			
	способствовать			
	развитию выдержки,			
	смелости, развитию			
	чувства равновесия и			
	глазомера.			
	Упражнять детей в	2	П/и «Поезд»	Ленточки по количеству
	ходьбе по	_		детей, 1 —2
	гимнастической			гимнастические скамейки.
	скамейке и прыжках в			
	длину с места на двух			
	ногах, развивать			
	умение быстро			
	реагировать на сигнал,			
	способствовать			
	развитию равновесия и			
	координации			
	движений.			
MAPT	Тема недели: «Мамин д	ень»		
1 неделя	Упражнять детей в	1	П/и «Кошка и	Мячи по количеству детей,
	метании вдаль двумя	1	н (конка и мышки»	3 —4 дуги.
	руками из-за головы и		Wibilitati//	3 Ayın.
	катании мяча в			
	воротики, приучать			
	сохранять направление			
	при метании и катании			
	мячей.			
	Упражнять в ходьбе по	2	П/и «Кошка и	Маленькие обручи и мячи
	гимнастической		ни «Кошка и мышки»	по количеству детей, 1—2
	скамейке, учить		WIBILITKY1//	гимнастические скамейки.
	спрыгивать с нее,			тимнастические скамсики.
	1 -			
	закреплять метание вдаль из -за головы,			
	· ·			
	учить ходить парами, способствовать'			
	преодолению робости,			
	развитию чувства			
MADT	равновесия.			<u> </u>
MAPT	Тема недели: «Народная		1	
2 неделя	Упражнять детей в	1	П/и «Пузырь	Мешочки с песком по
	ходьбе по наклонной			количеству детей, 1—2
	доске, в метании вдаль			наклонные доски.
	правой и левой рукой, способствовать			
	спосоствовать			

	1		I	
	развитию ловкости,			
	преодолению робости,			
	учить дружно играть.		_, _	
	Упражнять в ходьбе	2	П/и «Пузырь	Стулья по количеству
	по гимнастической			детей, 1 —2
	скамейке, в ползании			гимнастические скамейки. 2
	на четвереньках и			стойку рейка или'веревка
	подлезании под			
	веревку (рейку Ј, учить			
	становиться в круг,			
	взявшись за руки,			
	способствовать			
	развитию чувства			
	равновесия и			
	координации			
	движений, помогать			
	преодолевать робость,			
	действовать			
	самостоятельно,			
	уверенно.			
MAPT	Тема недели: «Народная	игруп	ıка»	
3 неделя	Упражнять детей в	1	П/и «Солнышко и	Флажки и мешочки с
	метании вдаль одной	1	дождик»	песком по количеству де
	рукой, повторить		дождик//	тей, длинная веревка (8—10
				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
	прыжки в длину с			ж).
	места, развивать			
	координацию			
	движений, воспитывать			
	внимание и умение			
	сдерживать себя.			
	Учить бросать и ловить	2	П/и «Солнышко и	1—2 наклонные доски, мяч
	мяч, упражнять в		дождик»	средней величины.
	ходьбе по наклонной			
	доске и ползании на			
	четвереньках, учить			
	дружно играть,			
	помогать друг другу.			
MAPT	Тема недели: «Народная	игруш	IK3))	<u> </u>
4 неделя	Упражнять в прыжках	1	П/и «Мой веселый	Цветные платочки (20X20
т педели	в длину с места,	1	ли «Мой веселый звонкий мяч»	см) по количеству детей,
	повторить ползание по		звонкии мяч»	1—2 гимнастические
	гимнастической			т—2 гимнастические скамейки, 2 длинные (8—
	скамейке, учить			
				10) веревки
	быстро реагировать на сигнал.			
		2	∏/M× ×	Пания
	Упражнять в	2	П/и «Мой веселый	Погремушки и мешочки с
	спрыгивании с высоты,		звонкий мяч»	песком по количеству
	метании в			детей, 1—2 гимнастические
	горизонтальную цель,			скамейки (высота 20 —25
	повторить ходьбу на			cм), 3—4 больших обруча.
	четвереньках,			
	способствовать			
	развитию координации			
	движений, умению			
	сохранять			
	·	<u> </u>	<u> </u>	<u>II</u>

	определенное			
	направление при			
	метании предметов.			
АПРЕЛЬ	Тема недели: «Весна»			<u>IL</u>
1 неделя	Закреплять умение	1	П/и «Пузырь»	1—2 гимнастические
	ходить по	1	Пи п «пузыры»	скамейки и мяч средней
	гимнастической			величины.
	скамейке и прыгать в			Besin iniibi.
	глубину, учить бросать			
	и ловить мяч;			
	способствовать			
	развитию чувства			
	равновесия и			
	координации			
	движений.			
	Совершенствовать	1	П/и «Пузырь»	Цветные платочки и
	прыжок в длину с	•	Lin (aryonipu)	мешочки с песком по
	места, метание в			количеству детей, 2—3
	горизонтальную цель и			дуги (или 2 стойки и рейка),
	ползание с			3—4 больших обруча или
	подлезанием, приучать			ящики (50Х50 <i>см)</i> .
	соразмерять бросок с			
	расстоянием до цели,			
	учить быстро			
	"реагировать на сигнал.			
АПРЕЛЬ	Тема недели: «Весна»	1	1	
2 неделя	Совершенствовать	1	П/и «Воробушки и	Погремушки и мячи по
	метание вдаль из -за		автомобиль	количеству детей,
	головы и катание мяча			маленький обруч.
	друг другу,			
	способствовать			
	развитию глазомера, координации движений			
	и ловкости, учить			
	дружно играть и			
	быстро реагировать на			
	сигнал.			
	Учить бросать мяч	2	П/и «Воробушки и	По 2 кубика и по 1 мячу на
	вверх и вперед,		автомобиль»	каждого ребенка, 1—2
	совершенствовать			наклонные доски,
	ходьбу по наклонной			волейбольная сетка или
	доске, способствовать			лента и 2 стойки.
	развитию чувства			
	равновесия, ловкости и			
ATTEN	смелости.			
АПРЕЛЬ	Тема недели: «Весна»	4	П/ С	По
3 неделя	Совершенствовать	1	П/и «Солнышко и	По 2 шишки или по 2
	метание вдаль одной		дождик»	маленьких мяча на каждого
	рукой и прыжок			ребенка, 2 длинные
	в длину с места, способствовать			веревки, 4—5 обручей
	развитию смелости,			большого размера.
	ловкости, умению по			
	сигналу прекращать			
	7	1	2/	II.

Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. АПРЕЛЬ 4 неделя Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать		движение.			
4 неделя Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать 1 П/и «Птички в гнездышках» Маленькие обручи и мячи по количеству детей, 1 —2 гимнастические скамейки, —4 больших обруча.		Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.	2		Маленькие обручи и мячи по количеству детей, 1—2 гимнастические скамейки, 3—4 больших обруча.
ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать	АПРЕЛЬ	Тема недели: «Весна»			
развитию чувства равновесия икоординации движений.	4 неделя	ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль от груди, способствовать развитию чувства равновесия икоординации	1		по количеству детей, 1—2 гимнастические скамейки, 3
Совершенствовать метание в горизонтальную цель и ходьбу по наклонной доске, развивать умение бросать предмет в определенном направлении, способствовать разви тию чувства равновесия и ориентировке в пространстве.		Совершенствовать метание в горизонтальную цель и ходьбу по наклонной доске, развивать умение бросать предмет в определенном направлении, способствовать разви тию чувства равновесия и ориентировке в	2		количеству детей, 2—3 обруча или ящики, 1—2
МАЙ Тема недели: «Лето»	МАЙ				
ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину с места и метание вдаль из –за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движения с движениями других детей	1 неделя	ходить по наклонной доске, совершенствовать прыжок в длину с места и метание вдаль из —за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движениями других детей			наклонные доски.
		метание вдаль одной рукой, ползание	2	11/и «11узырь»	

	нулу опособствовать			
	дугу, способствовать развитию лов кости,			
	ориентировки в			
	пространстве, умения			
	быстро реагировать на			
	сигнал.			
МАЙ	Тема недели: «Лето»			
ига <i>и</i> 2неделя	Упражнять в метании	1	П/и «Пузырь»	Цветные платочки и
2педели	вдаль ОДНОЙ рукой,	1	пи «пузырь»	мешочки с песком по
	совершенствовать			количеству детей, 1—2
	ходьбу по			гимнастические скамейки.
	гимнастической			
	скамейке, воспитывать			
	ловкость, развивать			
	чувство равновесия и глазомер.			
	Совершенствовать	2	.П/и «Солнышко и	Мячи по количеству детей.
	прыжок в длину с	_	дождик»	win in no Rosin feetby geten.
	места, упражнять в			
	умении бросать вдаль			
	из -за головы и катать			
	мяч, способствовать			
	развитию координации			
	движений,			
	ориентировки в			
МАЙ	пространстве.			
MAH	Тема недели: «Лето»			
3 нолода	Сорожиноможнорожи	1	П/у "Май пасачууй	Мани на калинаатру патай
3 неделя	Совершенствовать	1	П/и «Мой веселый	Мячи по количеству детей, 1 —2 гимнастические
3 неделя	умение бросать мяч,	1	П/и «Мой веселый звонкий мяч…»	1 —2 гимнастические
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической	1		
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в	1		1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать	1		1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия,	1		1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и	1		1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию	1		1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и	1		1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений,	1		1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание.	-	звонкий мяч»	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой.
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение	2	звонкий мяч» П/и «Солнышко и	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять	-	звонкий мяч»	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение	-	звонкий мяч» П/и «Солнышко и	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по	-	звонкий мяч» П/и «Солнышко и	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину,	-	звонкий мяч» П/и «Солнышко и	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2
3 неделя	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать	-	звонкий мяч» П/и «Солнышко и	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2
	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия.	-	звонкий мяч» П/и «Солнышко и	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2
МАЙ	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия. Тема недели: «Лето»	2	П/и «Солнышко и дождик»	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2 гимнастические скамейки.
	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия. Тема недели: «Лето» Закреплять умение	-	П/и «Солнышко и дождик» П/и «Мой веселый	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2 гимнастические скамейки.
МАЙ	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия. Тема недели: «Лето» Закреплять умение метать вдаль одной	2	П/и «Солнышко и дождик»	1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2 гимнастические скамейки. Мешочки с песком по количеству детей,
МАЙ	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия. Тема недели: «Лето» Закреплять умение метать вдаль одной рукой и прыгать в	2	П/и «Солнышко и дождик» П/и «Мой веселый	1 —2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2 гимнастические скамейки.
МАЙ	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия. Тема недели: «Лето» Закреплять умение метать вдаль одной рукой и прыгать в длину с места,	2	П/и «Солнышко и дождик» П/и «Мой веселый	1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2 гимнастические скамейки. Мешочки с песком по количеству детей,
МАЙ	умение бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать в глубину, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. Закрепить умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке и прыжке в глубину, совершенствовать чувство равновесия. Тема недели: «Лето» Закреплять умение метать вдаль одной рукой и прыгать в	2	П/и «Солнышко и дождик» П/и «Мой веселый	1—2 гимнастические скамейки, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой. Маленькие обручи по количеству детей, сред ней величины мячи (1 мяч н а двоих), 1—2 гимнастические скамейки. Мешочки с песком по количеству детей,

между детьми.			
Закреплять умение	2	П/и «Воробушки и	Мячи по количеству детей,
ходить по гимнастической скамейке прыгать в глубину, совершенствовать метание вверх и вперед, приучать быстро реагировать на сигнал.		автомобиль»	1—2 гимнастические, скамейки, волейбольная сетка или лента на 2 стойках, маленький обруч.

Подвижные игры

С бегом: «Найди флажок», «Пойдем гулять», «Найди свой домик», «Найди свой цвет», «Пузырь», «Скворечники», «Воробушки и кот», «Самолеты», «Воробушки и автомобиль», «Лохматый пес», «Наседка и цыплята».

С прыжками: «Поймай комара», «Через ручеек», «Кони», «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Мы топаем ногами».

С лазаньем и ползанием: «Птички в гнездышках», «Мыши в кладовой», «Кто скорее доберется до флажка?»

С метанием: «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Подбрось-поймай», «Поймай мяч», «Шарик с горки».

Эстафеты. «Передача шаров», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!»

МЛАДШАЯ ГРУППА (от 3 до 4 лет)

Физическая культура

мооди	Программное содержание	Кол-во	Игровые	Пособия
месяц	программное содержание	кол-во часов	упражнения	Посооия
	Томе напание «По ориношия н			
	Тема недели: «До свидания, ло	1 -	1	
	Развивать ориентировку в	2	«Бегите ко мне»	Литература: Л.
	пространстве при ходьбе в			И. Пензулаева
	разных направлениях; учить			«Физическая
	ходьбе по уменьшенной			культура в
	площади опоры, сохраняя			детском саду»
Сентябрь	равновесие.			стр.23
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Бегите ко мне»	Литература: Л.
	Развивать ориентировку в			И. Пензулаева
	пространстве при ходьбе в			«Физическая
	разных направлениях; учить			культура в
	ходьбе по уменьшенной			детском саду»
	площади опоры, сохраняя			стр.23
	равновесие.			
Сентябрь	Тема недели: «Осень»		-	•
	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Птички»	Литература: Л.
	беге всей группой в прямом			И. Пензулаева
	направлении за			«Физическая
	воспитателем; прыжках на			культура в

	двух ногах на месте.			детском саду» стр.24
	HA DOZINANE	1		*
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Птички»	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и			И. Пензулаева «Физическая
	беге всей группой в прямом			
	направлении за			культура в
	воспитателем; прыжках на			детском саду»
G 4	двух ногах на месте.			стр.24
Сентябрь	Тема недели: «Осень»			
	Развивать умение	2	«Кот и воробушки»	Литература: Л.
	действовать по сигналу			И. Пензулаева
	воспитателя; учить энергично			«Физическая
	отталкивать мяч при			культура в
	прокатывании.			детском саду»
				стр.25
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Кот и воробушки»	Литература: Л.
	Развивать умение			И. Пензулаева
	действовать по сигналу			«Физическая
	воспитателя; учить энергично			культура в
	отталкивать мяч при			детском саду»
	прокатывании.			стр.25
Сентябрь	Тема недели: «Осень»			
	Развивать ориентировку в	2	«Быстро в домик»	Литература: Л.
	пространстве, умение			И. Пензулаева
	действовать по сигналу;			«Физическая
	группироваться при лазании			культура в
	под шнур.			детском саду»
				стр.26
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Быстро в домик»	Литература: Л.
	Развивать ориентировку в			И. Пензулаева
	пространстве, умение			«Физическая
	действовать по сигналу;			культура в
	группироваться при лазании			детском саду»
	под шнур.			стр.26
Октябрь	Тема недели: «Я и моя семья»			
-	Упражнять в сохранении	2	«Догони мяч»	Литература: Л.
	равновесия при ходьбе на			И. Пензулаева
	ограниченной площади			«Физическая
	опоры: развивать умение			культура в
	приземляться на			детском саду»
	полусогнутые ноги в			стр.28
	прыжках.			·
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Догони мяч»	Литература: Л.
	Упражнять в сохранении			И. Пензулаева
	равновесия при ходьбе на			«Физическая
	ограниченной площади			культура в
	опоры: развивать умение			детском саду»
	приземляться на			стр.28
	полусогнутые ноги в			-1P.=0
	прыжках.			
Октябрь	Тема недели: «Я и моя семья»	<u> </u>		
октяорь	тема недели: «л и моя семья»			

	**		п у 1	П П
	Упражнять в прыжках с	2	«Ловкий шофёр»	Литература: Л.
	приземлением на			И. Пензулаева
	полусогнутые ноги;			«Физическая
	в энергичном отталкивании			культура в
	мяча при прокатывании друг			детском саду»
	другу.			стр.29
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Ловкий шофёр»	Литература: Л.
	Упражнять в прыжках с			И. Пензулаева
	приземлением на			«Физическая
	полусогнутые ноги;			культура в
	в энергичном отталкивании			детском саду»
	мяча при прокатывании друг			стр.29
	другу.			
Октябрь	Тема недели: «Мой дом, мой г	ород»	,	
-	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Зайка серый	Литература: Л.
	беге с остановкой по сигналу;		умывается»	И. Пензулаева
	в ползании. Развивать			«Физическая
	ловкость в игровом задании с			культура в
	МОРКМ			детском саду»
				стр.30
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Зайка серый	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и	1	умывается»	И. Пензулаева
	беге с остановкой по сигналу;		J MEDIDUCT CATA	«Физическая
	в ползании. Развивать			культура в
	ловкость в игровом задании с			детском саду»
	мячом.			стр.30
Октябрь	Тема недели: «Мой дом, мой г	CODOTAN		•1p.5 0
ОКТИОРЬ	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Кот и воробушки»	Литература: Л.
	беге по кругу, с поворотом в	2	«Кот и воробушки»	И. Пензулаева
	другую сторону по сигналу			«Физическая
	воспитателя; развивать			культура в
	координацию движений при			детском саду»
	ползании на четвереньках и			стр.31
	упражнений в равновесии.			C1p.51
	· · ·	1	War y pagafyryyyy	Лана от анали и П
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Кот и воробушки»	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и			И. Пензулаева
	беге по кругу, с поворотом в			«Физическая
	другую сторону по сигналу			культура в
	воспитателя; развивать			детском саду»
	координацию движений при			стр.31
	ползании на четвереньках и			
	упражнений в равновесии.			
Ноябрь	Тема недели: «Мой дом, мой г		T • • •	-
	Упражнять детей в	2	«Ловкий шофёр»	Литература: Л.
	равновесии при ходьбе по			И. Пензулаева
	ограниченной площади			«Физическая
	опоры, в приземлении на			культура в
	полусогнутые ноги в			детском саду»
	прыжках.			стр.33

	НА ВОЗДУХЕ	1	«Ловкий шофёр»	Литература: Л.
	Упражнять детей в	1	«Этовкий шофер»	И. Пензулаева
	равновесии при ходьбе по			«Физическая
	ограниченной площади			культура в
	опоры, в приземлении на			детском саду»
	полусогнутые ноги в			стр.33
	1			стр.33
Ноябрь	прыжках. Тема недели: «Мой дом, мой	FODOTIV		
полорь	Упражнять в ходьбе	2	«Мыши в	Литература: Л.
	колонной по одному с	2	кладовой»	И. Пензулаева
	выполнением заданий;		кладовои//	ит. пензуласва «Физическая
	The state of the s			
	прыжках из обруча в обруч,			культура в
	учить приземляться на			детском саду»
	полусогнутые ноги;			стр.34
	упражнять в прокатывании			
	мяча друг другу, развивая			
	координацию движений и			
	глазомер.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Мыши в	Литература: Л.
	Упражнять в ходьбе		кладовой»	И. Пензулаева
	колонной по одному с			«Физическая
	выполнением заданий;			культура в
	прыжках из обруча в обруч,			детском саду»
	учить приземляться на			стр.34
	полусогнутые ноги;			
	упражнять в прокатывании			
	мяча друг другу, развивая			
	координацию движений и			
	глазомер.			
Ноябрь	Тема недели: «Новогодний пр	аздник»		
	Развивать умение	2	«По ровненькой	Литература: Л.
	действовать по сигналу		дорожке»	И. Пензулаева
	воспитателя; развивать			«Физическая
	координацию движений и			культура в
	ловкость при прокатывании			детском саду»
	мяча между предметами;			стр.35
	1121 101 11101111,			U 1p.33
	упражнять в ползании.			01p.33
	упражнять в ползании.	1	«По ровненькой	•
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ	1	«По ровненькой дорожке»	Литература: Л.
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение	1	«По ровненькой дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу	1	<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать	1	<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и	1	<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании	1	<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в
	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами;	1	<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.		<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр	раздник»	дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр		<u> </u>	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий,	раздник»	дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35 Литература: Л. И. Пензулаева
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию	раздник»	дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя;	раздник»	дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая	раздник»	дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
Ноябрь	упражнять в ползании. НА ВОЗДУХЕ Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. Тема недели: «Новогодний пр Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя;	раздник»	дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.35 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в

	IIA DOZIIVVE	1	WI - ¥ ×	П т. т. П
	на воздухе	1	«Поймай комара»	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе с			И. Пензулаева
	выполнением заданий,			«Физическая
	развивая внимание, реакцию			культура в
	на сигнал воспитателя;			детском саду»
	в ползании, развивая			стр.37
	координацию движений;			
	в равновесии.			
Декабрь	Тема недели: «Новогодний пр	аздник»		
7	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Коршун и	Литература: Л.
	беге врассыпную, развивая	_	птенчики»	И. Пензулаева
	ориентировку в		IIICII IIIKII//	«Физическая
	1 7			
	пространстве; в сохранении			культура в
	устойчивого равновесия и			детском саду»
	прыжках.			стр.38
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Коршун и	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и		птенчики»	И. Пензулаева
	беге врассыпную, развивая			«Физическая
	ориентировку в			культура в
	пространстве; в сохранении			детском саду»
	устойчивого равновесия и			стр.38
	прыжках.			177.00
Декабрь	Тема недели: «Новогодний пр	∥)азлник»		I
декаорв	Упражнять в ходьбе и беге с	2	«Быстро в домик»	Литература: Л.
	выполнением заданий;	2	«Выстро в домик»	И. Пензулаева
	в приземлении на			«Физическая
	*			
	полусогнутые ноги в			культура в
	прыжках со скамейки;			детском саду»
	в прокатывании мяча.		_	стр.40
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Быстро в домик»	Литература: Л.
	Упражнять в ходьбе и беге с			И. Пензулаева
	выполнением заданий;			«Физическая
	в приземлении на			культура в
	полусогнутые ноги в			детском саду»
	прыжках со скамейки;			стр.40
	в прокатывании мяча.			
Декабрь	Тема недели: «Новогодний пр	аздник»		
_	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Лягушки»	Литература: Л.
	беге с остановкой по сигналу			И. Пензулаева
	воспитателя; в прокатывании			«Физическая
	мяча между предметами,			культура в
	умении группироваться при			детском саду»
	лазании под дугу.			стр.41
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Лягушки»	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и	1	WIM YHRM	И. Пензулаева
				и. пензулаева «Физическая
	беге с остановкой по сигналу			
	воспитателя; в прокатывании			культура в
	мяча между предметами,			детском саду»
	умении группироваться при			стр.41
	лазании под дугу.			
Декабрь	Тема недели: «Новогодний пр	1	1	
	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Птица и	Литература: Л.
	беге врассыпную, развивая		птенчики»	И. Пензулаева
	ориентировку в			«Физическая
		<u> </u>	n.	•

	THE STREET OF THE STREET P			MANUAL TEXASON D
	пространстве; упражнять в ползании на повышенной			культура в
				детском саду»
	опоре: и сохранении			стр.42
	равновесия при ходьбе по			
	доске.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Птица и	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и		птенчики»	И. Пензулаева
	беге врассыпную, развивая			«Физическая
	ориентировку в			культура в
	пространстве; упражнять в			детском саду»
	ползании на повышенной			стр.42
	опоре: и сохранении			
	равновесия при ходьбе по			
	доске.			
Январь	Тема недели: «Зима»	**	*	
	Повторить ходьбу с	2	«Коршун и	Литература: Л.
	выполнением задания;		цыплята»	И. Пензулаева
	упражнять в сохранении		,	«Физическая
	равновесия на ограниченной			культура в
	площади опоры; прыжки на			детском саду»
	двух ногах, продвигаясь			стр.43
	вперед.			C1p. 13
		4	T.0	
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Коршун и	Литература: Л.
	Повторить ходьбу с		цыплята»	И. Пензулаева
	выполнением задания;			«Физическая
	упражнять в сохранении			культура в
	равновесия на ограниченной			детском саду»
	площади опоры; прыжки на			стр.43
	двух ногах, продвигаясь			
	вперед			
Январь	Тема недели: «Зима»			
	Упражнять детей в ходьбе	2	«Птица и	Литература: Л.
	колонной по одному, беге		птенчики»	И. Пензулаева
	врассыпную; в прыжках на			«Физическая
	двух ногах между			культура в
	предметами; в прокатывании			детском саду»
	мяча, развивая ловкость и			стр.45
	глазомер			-
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Птица и	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе		птенчики»	И. Пензулаева
	колонной по одному, беге			«Физическая
	врассыпную; в прыжках на			культура в
	двух ногах между			детском саду»
	предметами; в прокатывании			стр.45
	_			υр. тэ
	мяча, развивая ловкость и			
Gunany	глазомер			
Январь	Тема недели: «Зима»	2	«Найди свой цвет»	Литапатура • П
	Упражнять в умении	<u> </u>	мтаиди свои цвет»	Литература: Л.
	действовать по сигналу			И. Пензулаева
	воспитателя в ходьбе вокруг			«Физическая
	предметов; развивать			культура в
	ловкость при катании мяча			детском саду»
	друг другу; повторить			стр.46
II .	упражнение в ползании,			

	#0000000 #000# ####O			
	развивая координацию движений			
		1	TT	П
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Найди свой цвет»	Литература: Л.
	Упражнять в умении			И. Пензулаева
	действовать по сигналу			«Физическая
	воспитателя в ходьбе вокруг			культура в
	предметов; развивать			детском саду»
	ловкость при катании мяча			стр.46
	друг другу; повторить			
	упражнение в ползании,			
	развивая координацию			
	движений			
Январь	Тема недели: «Зима»			
	Повторить ходьбу с	2	«Лохматый пёс»	Литература: Л.
	выполнением заданий.			И. Пензулаева
	Упражнять в ползании под			«Физическая
	дугу, не касаясь руками пола;			культура в
	сохранении устойчивого			детском саду»
	равновесия при ходьбе по			стр.47
	уменьшенной площади			1
	опоры.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Лохматый пёс»	Литература: Л.
	Повторить ходьбу с	1	WIOAMAIBIII IICC	И. Пензулаева
	выполнением заданий.			«Физическая
	Упражнять в ползании под			культура в
	дугу, не касаясь руками пола;			детском саду»
	сохранении устойчивого			стр.47
	равновесия при ходьбе по			61p.47
	уменьшенной площади			
	опоры.			
Февраль	Тема недели: «День защитник	а Отенества»		
Фсьраль	Упражнять в ходьбе и беге	2	«Найди свой цвет»	Литература: Л.
	*	2	«паиди свои цвет»	И. Пензулаева
II .	DOMESTIC HEATHLOTOD, SODDINGTI			ги, пензупаска
	вокруг предметов; развивать			•
	координацию движений при			«Физическая
	координацию движений при ходьбе переменным шагом;			«Физическая культура в
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с			«Физическая культура в детском саду»
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.			«Физическая культура в детском саду» стр.50
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ	1	«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л.
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге	1	«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать	1	«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при	1	«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом;	1	«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с	1	«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в
	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.		«Найди свой цвет»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник	а Отечества»		«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и		«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л.
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий;	а Отечества»		«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и	а Отечества»	«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л.
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий;	а Отечества»	«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и	а Отечества»	«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на	а Отечества»	«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги;	а Отечества»	«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и	а Отечества»	«Воробышки в	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50
Февраль	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед. Тема недели: «День защитник Упражнять детей 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	га Отечества»	«Воробышки в гнёздышках»	«Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.50 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.51

	<i>r</i>		1	*
	беге с выполнением заданий;			«Физическая
	в прыжках с высоты и			культура в
	мягком приземлении на			детском саду»
	полусогнутые ноги;			стр.51
	развивать ловкость и			
	глазомер в заданиях с мячом.			
Февраль	Тема недели: «День защитник	а Отечества»		
+ cbpanb	Упражнять детей в ходьбе	2	«Кот и воробушки»	Литература: Л.
	_ -	2	ккот и ворооушки//	И. Пензулаева
	переменным шагом, развивая			ит. пензулаева «Физическая
	координацию движений;			
	разучить бросание мяча через			культура в
	шнур, развивая ловкость и			детском саду»
	глазомер; повторить			стр.52
	ползание под шнур, не			
	касаясь руками пол			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Кот и воробушки»	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе		1 7	И. Пензулаева
	переменным шагом, развивая			«Физическая
	координацию движений;			культура в
	=			
	разучить бросание мяча через			детском саду»
	шнур, развивая ловкость и			стр.52
	глазомер; повторить			
	ползание под шнур, не			
	касаясь руками пола			
Февраль	Тема недели: «8 Марта»			
	Упражнять в ходьбе и беге	2	«Лягушки»	Литература: Л.
	врассыпную; упражнять в		,	И. Пензулаева
	умении группироваться в			«Физическая
	лазании под дугу; повторить			культура в
	упражнение в равновесии.			детском саду»
	упражнение в равновесии.			стр.53
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Пагуанки»	-
	, ,	1	«Лягушки»	Литература: Л.
	Упражнять в ходьбе и беге			И. Пензулаева
	врассыпную; упражнять в			«Физическая
	умении группироваться в			культура в
	лазании под дугу; повторить			детском саду»
	упражнение в равновесии.			стр.53
Март	Тема недели: «8 Марта»			
_	Упражнять детей в ходьбе и	2	«Кролики»	Литература: Л.
	беге по кругу; в сохранении		1	И. Пензулаева
	устойчивого равновесия при			«Физическая
	ходьбе по ограниченной			культура в
	площади опоры; повторить			детском саду»
	<u> </u>			•
	прыжки между предметами	1	TC	стр.54
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Кролики»	Литература: Л.
	Упражнять детей в ходьбе и			И. Пензулаева
	беге по кругу; в сохранении			«Физическая
	устойчивого равновесия при			культура в
	ходьбе по ограниченной			детском саду»
	площади опоры; повторить			стр.54
	прыжки между предметами.			_
Март	Тема недели: «Знакомство с н	аролной купьту	лой»	
1,1mp1	Упражнять в ходьбе и беге	ародной культу 2	«Найди свой цвет»	Литература: Л.
	*	<u> </u>	«ттаиди свои цвет»	
	врассыпную; разучить			И. Пензулаева

	T			
	прыжки в длину с места;			«Физическая
	развивать ловкость при			культура в
	прокатывании мяча			детском саду»
				стр.56
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Найди свой цвет»	Литература: Л.
	Упражнять в ходьбе и беге			И. Пензулаева
	врассыпную; разучить			«Физическая
	прыжки в длину с места;			культура в
	развивать ловкость при			детском саду»
	прокатывании мяча.			стр.56
Март	Тема недели: «Знакомство с н	ародной культ	урой»	
•	Развивать умение	2	«Зайка серый	Литература: Л.
	действовать по сигналу		умывается»	И. Пензулаева
	воспитателя. Упражнять в		JAMESTON	«Физическая
	бросании мяча о пол и ловле			культура в
	его двумя руками, в ползании			детском саду»
	на повышенной опоре.			стр.57
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Зайка серый	Литература: Л.
	, ,	1	*	И. Пензулаева
	Развивать умение		умывается»	ит. пензулаева «Физическая
	действовать по сигналу			
	воспитателя. Упражнять в			культура в
	бросании мяча о пол и ловле			детском саду»
	его двумя руками, в ползании			стр.57
7.5	на повышенной опоре.			
Март	Тема недели: «Знакомство с на	<u> </u>	-	
	Развивать координацию	2	«Автомобили»	Литература: Л.
	движений в ходьбе и беге			И. Пензулаева
	между предметами;			«Физическая
	повторить упражнения в			культура в
	ползании; упражнять в			детском саду»
	сохранении устойчивого			стр.58
	равновесия при ходьбе на			
	повышенной опоре.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Автомобили»	Литература: Л.
	Развивать координацию			И. Пензулаева
	движений в ходьбе и беге			«Физическая
	между предметами;			культура в
	повторить упражнения в			детском саду»
	ползании; упражнять в			стр.58
	сохранении устойчивого			_
	равновесия при ходьбе на			
	повышенной опоре.			
Апрель	Тема недели: «Весна»	ar.	"	-
•	Повторить ходьбу и бег	2	«Тишина»	Литература: Л.
	вокруг предметов, прыжки			И. Пензулаева
	через шнуры. Упражнять в			«Физическая
	сохранении равновесия при			культура в
	ходьбе на повышенной опоре			детском саду»
	lings in hopement on ope			стр.60
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Тишина»	Литература: Л.
	Повторить ходьбу и бег	*	WI HIIIIIIIIIIII	И. Пензулаева
	вокруг предметов, прыжки			ит. пензулаева «Физическая
	через шнуры. Упражнять в			«Физическая культура в
	сохранении равновесия при			культура в детском саду»
	солранении равновесия при	<u> </u>		детеком саду»

	ходьбе на повышенной опоре			стр.60
Апрель	Тема недели: «Весна»			
	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом	2	«По ровненькой дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.61
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом	1	«По ровненькой дорожке»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.61
Апрель	Тема недели: «Весна» Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании	2	«Мы топаем ногами»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»
	на ладонях и ступнях. НА ВОЗДУХЕ Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	1	«Мы топаем ногами»	стр.62 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.62
Апрель	Тема недели: «Весна»			
•	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2	«Огуречик, огуречик»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.63
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	1	«Огуречик, огуречик»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.63
Май	Тема недели: «Лето» Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	2	«Мыши в кладовой»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.65

Май	НА ВОЗДУХЕ Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. Тема недели: «Лето» Цель: Укрепление здоровья детей и развитие интереса к физической культуре. Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	1	«Мыши в кладовой» «Воробушки и кот»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.65 Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.66
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	1	«Воробушки и кот»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.66
Май	Тема недели: «Лето»			
	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	2	«Огуречик, огуречик»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.67
	НА ВОЗДУХЕ Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	1	«Огуречик, огуречик»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.67
Май	Тема недели: «Лето»			
	Цель: Укрепление здоровья детей и развитие интереса к физической культуре. Задачи: Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	2	«Коршун и наседка»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.68
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	1	«Коршун и наседка»	Литература: Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» стр.68

<u>ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР</u> <u>В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ</u>

Месяц	ОВД	Подвижная игра
СЕНТЯБРЬ	Ходьба, прыжки, прокатывание	«Бегите ко мне!», «Птички», «Кот и
	мячей, ползание.	воробышки», «Быстро в домик».
ОКТЯБРЬ	Равновесие, прыжки,	«Догони мяч», «Ловкий шофер», «Зайка
	прокатывание мячей, ползание,	серый умывается», «Кот и воробышки»
	равновесие.	
НОЯБРЬ	Равновесие, прыжки,	«Ловкий шофер», «Мыши в кладовой», «По
	прокатывание мячей, ползание.	ровненькой дорожке», «Поймай комара»
ДЕКАБРЬ	Равновесие, прыжки,	«Коршун и птенчики», «Найди свой домик»,
	прокатывание мячей, ползание.	«Проползи – не задень», «Птица и птенчики»
ЯНВАРЬ	Равновесие, прыжки,	«Коршун и цыплята», «Птица и птенчики»,
	прокатывание мячей, ползание.	«Найди свой цвет», «Лохматый пес»
ФЕВРАЛЬ	Равновесие, прыжки,	«Найди свой цвет», «Воробышки в
	прокатывание мячей, бросание	гнездышках», «Воробышки и кот»,
	мяча, лазание.	«Лягушки»
MAPT	Ходьба, прыжки, бросание	«Кролики», «Найди свой цвет», «Зайка
	мячей, ползание, равновесие.	серый умывается», «Автомобили»
АПРЕЛЬ	Равновесие, прыжки,	«Тишина», «По ровненькой дорожке», «Мы
	прокатывание мячей, бросание	топаем ногами», «Огуречик, огуречик»
	мяча, ползание,	
МАЙ	Равновесие, ходьба, прыжки,	«Мыши в кладовой», «Воробышки и кот»,
	прокатывание мяча, бросание	«Коршун и наседка».
	мяча, ползание, лазание.	

СРЕДНЯЯ ГРУППА (от 4 до 5 лет)

Физическая культура

месяц	Программное	Кол-во	Игровые	Пособия
	содержание	часов	упражнения	
	Тема недели: «День знан	ий»		
1квартал	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	2 гимнастические
	ходьбе и беге в колонне		«Мышеловка»	скамейки (высота
СЕНТЯБРЬ	по одному, в беге		Игра малой	30—35 см), 8—10
1 неделя	врассыпную; учить		подвижности «У	кубиков (высота 6 см),
	сохранять устойчивое		кого мяч?»	мячи (диаметр 10—12
	равновесие, формируя			см
	правильную осанку при			Литература:Л.И.Пен
	ходьбе по			зулаева «Физическая
	гимнастической			культура в детском
	скамейке; упражнять в			саду
	энергичном			Стр.15
	отталкивании двумя			
	ногами от пола (земли), в			
	прыжках с			
	продвижением вперед;			
	упражнять в			
	перебрасывании мяча.			

	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в построении в колонну по одному; упражнять в равновесии и прыжках.	1	«Пингвины» «Не промахнись» «По мостику». П/И «Ловишки» (с ленточками) Игра малой подвижности «У кого мяч?»	Мешочки по количеству детей, 3 кубика, 2—3 обруча, 2 шнура, ленточки для игры. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.17
СЕНТЯБРЬ 2 неделя	Тема недели: «Осень» Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	2	Подвижная игра «Сделай фигуру». «Найди и промолчи».	Мячи (диаметр 6—8 см) по количеству детей, 2 стойки, шнур, несколько ленточек. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.19
	Тема недели: «Осень» НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом.	1	«Передай мяч» «Не задень» П\И«Мы, веселые ребята» Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	3—4 мяча, 5—6 кеглей. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.20
СЕНТЯБРЬ 3 неделя	Тема недели: «Осень» Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. Тема недели: «Осень»	2	Подвижная игра «Удочка».	Мячи (диаметр 20—25 см) по количеству детей, 2 гимнастические скамейки, 2 каната (шнура). Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Стр.21
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в	1	«Не попадись»,«Мяч	Мячи (диаметр 6—8 см), кубики по

	<u> </u>		1	1
	непрерывном беге до 1		о стенку»	количеству детей, 6—
	мин (в чередовании с		П/И«Быстро	8 кеглей.
	ходьбой); разучить		возьми» Игра с	Литература:Л.И.Пен
	игровые упражнения с		элементами	зулаева «Физическая
	прыжками; развивать		соревнований	культура в детском
	ловкость и глазомер в		«Переправа»	саду
	упражнениях с мячом и		Игра М/П	Стр.23
	координацию движений			
	и ловкость в игре			
CELLEGERY	«Быстро возьми»			
СЕНТЯБРЬ	Тема недели: «Осень»	li-		
4 неделя	Разучить ходьбу и бег с	2	Подвижная игра	Гимнастические
	изменением темпа		«Мы, веселые	палки по количеству
	движения по сигналу		ребята»	детей, бруски или
	воспитателя; разучить			кубики (6—8 шт.,
	пролезание в обруч			высота 15 см), 2—4
	боком, не задевая за край			обруча (дуги),
	обруча; упражнять в			мешочки
	сохранении устойчивого			Литература:Л.И.Пен
	равновесия и прыжках с			зулаева «Физическая
	продвижением вперед.			культура в детском
				саду
				Стр.24
	Тема недели: «Осень»			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Поймай мяч»,	Мячи (диаметр 20 см),
	Упражнять детей в		«Будь ловким»	8—10 кеглей.
	непрерывном беге в		П/И«Найди свой	Литература:Л.И.Пен
	колонне по одному, в		цвет»	зулаева «Физическая
	перебрасывании мяча,		Игра М/П	культура в детском
	развивая ловкость и		Ходьба в	саду
	глазомер; упражнять в		колонне по	Стр.26
	прыжках.		одному и между	
			кеглями, не	
			задевая за них	
ОКТЯБРЬ	Тема недели: «Я в мире ч	іеловек»		
1 неделя	Учить детей	2	Подвижная игра	Мячи (диаметр 20—25
	перестроению в колонну		«Перелет птиц»	ем) на полгруппы
	по два; упражнять в		-	детей, 8—10 коротких
	непрерывном беге до 1			шнуров (косичек), 2
	мин; учить ходьбе			гимнастические
	приставным шагом по			скамейки.
	гимнастической			Литература:Л.И.Пен
	скамейке; упражнять в			зулаева «Физическая
	перепрыгивании через			культура в детском
	шнуры и			саду
	перебрасывании мяча.			Стр.28
				1
	Тема недели: «Я в мире ч	іеловек»	n <u> </u>	II.
	НА ВОЗДУХЕ	1	Упражнения с	Большой шнур
	Повторить ходьбу с	_	МОРЯМ	(веревка), мячи
	высоким подниманием		П/И«Не	(диаметр 20 см) по
	колен; непрерывный бег		попадись»	количеству детей, 6—
	до 1,5 мин; учить		Игра М/П	8 кеглей.
	прокатывать мяч правой		Ходьба в	<i>Литература:</i> Л.И.Пен
	прокатывать ил г правон		ттодров в	oranicpaniypa.si.ii.iicii

	и левой ногой в		колонне по	зулаева «Физическая
				-
	заданном направлении,		одному.	культура в детском
	вести мяч правой и левой			саду
	рукой (элементы			Стр.29
	баскетбола); упражнять в			
OVEREDI	прыжках.			
ОКТЯБРЬ	Тема недели: «Я в мире ч		II	
2 неделя	Разучить с детьми	2	Подвижная игра	2 гимнастические
	поворот по сигналу		«Не оставайся на	скамейки, мячи
	воспитателя во время		полу».	(диаметр 20 см).по
	ходьбы в колонне по		Игра малой	количеству детей,
	одному; упражнять в		подвижности «У	маты или резиновая
	беге с перешагиванием		кого мяч?»	дорожка, 5—б
	через бруски; закрепить			брусков (высота 10
	навык приземления на			см).
	полусогнутые ноги при			Литература:Л.И.Пен
	спрыгивании; повторить			зулаева «Физическая
	перебрасывание мяча			культура в детском
	друг другу и			саду
	переползание через			Стр.30
	препятствия.			_
	Тема недели: «Я в мире ч	неловек»		
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Проведи мяч»,	Мячи (диаметр 20—25
	Упражнять в ходьбе на		«Не попадись»	см) по количеству
	носках, пятках, беге до		«Мяч	детей. Литература:
	1,5 мин; разучить		водящему»	Л.И.Пензулаева
	игровые упражнения с		П/И«Ловишки»	«Физическая культура
	мячом; повторить		Игра М/П	в детском саду
	игровые упражнения с		Ходьба в	Стр.32
	мячом; повторить		колонне по	1
	игровые упражнения с		одному.	
	бегом и прыжками.			
ОКТЯБРЬ	Тема недели: «Я в мире ч	неловек»		
3 неделя	Продолжать	2	Подвижная игра	Мячи (диаметр 6—8
	отрабатывать навык		«Удочка»	см) по количеству
	ходьбы с изменением		Игровое	детей, 4—6 дуг, 6——
	темпа движения по		Упражнение	8 набивных мячей.
	сигналу воспитателя; бег		«Складочка»,	Литература:Л.И.Пен
	врассыпную; развивать		«Змея»	зулаева «Физическая
	координацию движений			культура в детском
	и глазомер при метании			саду
	мяча в цель; упражнять в			Стр.33;
	подлезании под дугу с			1 7
	сохранением			
	устойчивого равновесия.			
	Тема недели: «Я в мире ч	еловек»	<u> </u>	
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Пас друг	Несколько мячей
	Упражнять детей в	_	другу»	(диаметр 20—25 см),
	ходьбе и беге с		«Отбей	5—6 коротких
	перешагиванием через		ко тоен волан»П/И	шнуров, 6—8 брусков,
	препятствия;		Эстафета «Будь	ракетки и воланы для
	непрерывный бег до 2		ловким»	игры в бадминтон.
	мин; учить игре в		Игра М/П	Литература:
	бадминтон; упражнять в		Ходьба в	Л.И.Пензулаева
	July Strate B	<u> </u>	ттодвой в	71.11.110115 y Huebu

	передаче мяча ногами (элементы футбола) друг		колонне по	«Физическая культура в детском саду
	другу; повторить		одному.	Стр.35
	игровое упражнение с			-
OKTAEDI	прыжками.			
ОКТЯБРЬ 4 неделя	Тема недели: «Мой горо д Учить детей делать	, моя стра 2	на» Подвижная игра	Обручи по количеству
Педели	повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.	2	подвижная игра «Гуси-лебеди»	детей, 2 гимнастические скамейки, 1—2 мата (или поролоновые коврики). Литература: Л.И.Пензулаева
				л.инензулаева «Физическая культура в детском саду Стр.35
	Тема недели: «Мой город	, моя стра	на»	
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в медленном беге до 1,5 мин; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках; развивать внимание в игре «Затейники»	1	«Посадка картофеля» «Попади в корзину» П.И. «Сбор кокосов» П/И«Ловишкиперебежки» Игра М/П«Затейники»	Мячи (диаметр 20—25 ем) по количеству детей, 3 мешочка, 15—20 мелких предметов, 15—20 кружков. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.37
НОЯБРЬ	Тема недели: «Мой город	. MOS CTNS	ня»	
1 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах.	2	Подвижная игра «Пожарные на учении» Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Мячи (диаметр 10—12 см) на полгруппы, мячи малые (диаметр 6—8 см) по количеству детей, 2 гимнастические скамейки, 6—8 кеглей. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.39
	Тема недели: «Мой город	<u> </u>		
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить	1	«Мяч о стенку» «Поймай мяч» «Не задень» П/И«Мышеловка »	Малые мячи (диаметр 6—8 см) на полгруппы, несколько мячей большого диаметра, 10—12
	игровые упражнения с		Игра	кеглей, бруски.

	мячом, в равновесии и		М/П«Угадай по	Литература:Л.И.Пен
	прыжках.		голосу»	зулаева «Физическая
	прыжких.		1 0310 C y //	культура в детском
				саду
				Стр.41
	Тема недели: «Мой город	MAG CTN9	па//	С1р.+1
	Повторить ходьбу с	2	Подвижная	Обручи по количеству
	изменением направления	2	игра «Хитрая	детей, 2
	движения, бег между		игра «Хитрая сова»	гимнастические
	предметами; учить		Игра малой	скамейки, мячи
	прыжкам на правой и		подвижности	(диаметр 20—25 см),
	левой ноге попеременно		подвижности «Найди и	(диаметр 20—25 см), 5—6 кеглей.
	*			
	с продвижением вперед;		промолчи»	Литература: Л.И.Пензулаева
	упражнять в ползании по скамейке на животе и			
				«Физическая культура
	ведении мяча между			в детском саду Стр.42;
	предметами.			Crp.42;
	Тема недели: «Мой город	ř	The state of the s	п
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Мяч водящему»	Ленточки для игры, 3
	Повторить бег с		«По мостику»	мяча (диаметр 20—25
	перешагиванием через		П/И«Ловишки»	см), 4 шнура, 2
	предметы; развивать		(с ленточками)	кубика.
	точность движений и		Игра М/П«Затейники»	Литература:
	равновесии.		м/11«затеиники»	Л.И.Пензулаева
				«Физическая культура
				в детском саду Стр.43
НОЯБРЬ	Тема недели: «Новогодні	ий презни	TT0\\	C1p.+3
3 неделя		ли праздни 2	1	Маууу да мануууаатруу
3 недели	Упражнять детей в беге с	2	Подвижная игра «Удочка»	Мячи по количеству
	изменением темпа движения, в ходьбе		«У дочка»	детей, 2
				гимнастические скамейки, 2—4 дуги
	между предметами («змейкой»); повторить			(обруча).
	ведение мяча в ходьбе,			Литература:Л.И.Пен
	продвигаясь до			зулаева «Физическая
	продвигаясь до обозначенного места;			культура в детском
	упражнять в пролезании			саду
	через обруч с мячом в			Стр.44
	руках, в равновесии.			C1p. 44
	руких, в ривновесии.			
	Тема недели: «Новогодни	ий празлни	л ТК»	
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Перебрось и	Упражнять в
	Упражнять в медленном	_	поймай»	медленном
	непрерывном беге,		«Перепрыгни –	непрерывном беге,
	перебрасывании мяча в		не задень»	перебрасывании мяча
	шеренгах; повторить		П/И«Ловишки	в шеренгах; повторить
	игровые упражнения с		парами»	игровые упражнения с
	прыжками и бегом.		Игра	прыжками и бегом.
		I	М/П«Летает – не	
	1		WI/II «Jieraer – He	Jiumepamypa.Ji.Yi.IIeh
			миличлетает — не летает»	<i>Литература:</i> Л.И.Пен зулаева «Физическая
				зулаева «Физическая культура в детском
				зулаева «Физическая
	1			зулаева «Физическая культура в детском
НОЯБРЬ	тема недели: «Новогодні	ий праздни	летает»	зулаева «Физическая культура в детском саду

4 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	2	Подвижная игра «Пожарные на учении» «У кого мяч?».	3 гимнастические скамейки, 2 стойки и шнур, мешочки на полгруппы. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.46
	Тема недели: «Новогодни НА ВОЗДУХЕ Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом.	1	«Кто быстрее» «Мяч о стенку» П/И«Ловишки – перебежки» М/П игра Ходьба в колонне по одному за самым ловким водящим.	Малые мячи (диаметр 6—8 см) по количеству детей, 5— б кубиков, 5—6 брусков. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.47
ДЕКАБРЬ 1 неделя	Тема недели: «Новогодни Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.	2	ик» Подвижная игра «Кто скорее до флажка». «Сделай фигуру	Гимнастические палки по количеству детей, 4 доски, бруски (высота 12—20 ем), мячи на Полгруппы (д. 20 см). Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.48
	НА ВОЗДУХЕ Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.	1	«Кто дальше бросит?», «Не задень» П/И«Мороз – Красный нос» Игра М/П Ходьба в колонне по одному между снежными постройками за самым ловким Морозом	8-10 Кеглей Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.50

ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогодни	ий праздни	IK»	
2 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	Флажки по
	ходьбе и беге по кругу,		«Не оставайся на	количеству детей,
	взявшись за руки, с		полу»	мячи (диаметр 8—10
	поворотом в другую		Игра малой	см) на полгруппы, 8—
	сторону; разучить		подвижности «У	10 кеглей.
	прыжки с ноги на ногу с		кого мяч?».	Литература:
	продвижением вперед;			Л.И.Пензулаева
	упражнять в ползании на			«Физическая культура
	четвереньках между			в детском саду
	кеглями, подбрасывании			Стр.51
	и ловле мяча.			
	Тема недели: «Новогодні	ий праздни	ik»	
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Метко в цель»	Литература:Л.И.Пен
	Повторить ходьбу и бег		«Кто быстрее до	зулаева «Физическая
	между снежными		снеговика»	культура в детском
	постройками; упражнять		«Пройдем по	саду
	в прыжках на двух ногах		мосточку»	Стр.52
	до снеговика, бросании		П/И«Мороз –	
	снежков в цель;		Красный нос»	
	повторить игру «Мороз-		Игра	
	Красный нос»		M/П«Найди	
			предмет»	
ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогодни			
3 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	Мячи (диаметр 20—25
	ходьбе и беге		«Охотники и	см) на полгруппы, 2
	врассыпную; закреплять		зайцы» Игра	гимнастические
	умение ловить мяч,		малой	скамейки, мешочки (8
	развивая ловкость и		подвижности	- 10 шт.).Литература:
	глазомер, упражнять в		«Летает — не	Л.И.Пензулаева
	ползании по		летает».	«Физическая культура
	гимнастической			в детском саду
	скамейке на животе и			Стр.53
	сохранении равновесия.	1	.M	10 12
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Метко в	10—12 кеглей.
	Развивать ритмичность		цель»,«Смелые	Литература:
	ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на		воробышки» П/И«Охотники и	Л.И.Пензулаева «Физическая культура
	двух ногах; повторить		тич«Охотники и зайцы»	в детском саду
	игровые упражнения с		заицы» Игра М/П	Стр.54
	бегом и бросание		игра млт Ходьба между	С1р.Э т
	снежков до цели.		ходьоа между кеглями,	
	спежков до цели.		поставленными	
			друг от друга на	
			расстоянии 50	
			см.	
ДЕКАБРЬ	Тема недели: «Новогодни	ий праздни		
4 неделя	детей в ходьбе и беге по	2	Подвижная игра	Обручи по количеству
	кругу, взявшись за руки,		«Хитрая лиса»	детей, скамейка
	в беге врассыпную;		1	гимнастическая
	учить влезать на			(высота 30 см),
	гимнастическую стенку;			кубики (высота 6 см),
	упражнять в равновесии			6—8 кеглей, мячи.
	и прыжках.			Литература:Л.И.Пен
L	<u> </u>	I	II.	1 VI

				зулаева «Физическая культура в детском
				саду
	Тема недели: «Новогодні	<u>มมี เกลวสม</u> เ	##/\\	Стр.55
	НА ВОЗДУХЕ	ли праздни 1	«Забей шайбу»,	Лыжи на полгруппы,
	Закреплять навык	1	«По дорожке»	несколько клюшек и
	передвижения на лыжах		П/И«Мы,	шайб.
	скользящим шагом;		веселые ребята»	Литература:Л.И.Пен
	разучить игровые		Игра М/П	зулаева «Физическая
	упражнения с шайбой и		Ходьба в	культура в детском
	клюшкой; развивать		колонне по	саду
	координацию движений		одному в	Стр.57
	и устойчивое равновесие		умеренном	
	при скольжении по		темпе	
	ледяной дорожке.		(«туристы»)	
ЯНВАРЬ	Тема недели: «Зима»	l _	V	
1 неделя	Упражнять детей ходить	2	Подвижная игра	2 скамейки с
	и бегать между		«Медведи и	прорезями и 4 доски,
	предметами, не задевая		пчелы» Игра	кубики по количеству
	их; продолжать формировать устойчивое		малой	детей, несколько мячей (диаметр 25
	равновесие при ходьбе и		подвижности «Найди и	см).
	беге по наклонной доске;		промолчи».	литература:Л.И.Пен
	упражнять в прыжках с		промол ии».	зулаева «Физическая
	ноги на ногу,			культура в детском
	забрасывании мяча в			саду
	кольцо, развивая			Стр.59
	ловкость и глазомер.			•
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Сбей кеглю»	Литература:Л.И.Пен
	Продолжать учить детей		П/И «Ловишки	зулаева «Физическая
	передвижению на лыжах		парами»	культура в детском
	скользящим шагом;		Игра М/П	саду
	повторить игровые		Ходьба в	Стр.61
	упражнения.		колонне по	
			одному.	
ЯНВАРЬ	Тема недели: «Зима»	_	1	
2 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	длинный шнур
	ходьбе и беге по кругу;		«Совушка». Игра	` -
	разучить прыжок в		малой	несколько набивных
	длину с места;		подвижности «Летает - не	мячей, мячи (диаметр 10—12 см) на
	упражнять в ползании на четвереньках,		летает».	полгруппы.
	прокатывая мяч перед		Jiciaci".	Литература:Л.И.Пен
	собой головой.			зулаева «Физическая
	eccon residen.			культура в детском
				саду
				Стр.61
	Тема недели: «Зима»			· •
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Кто быстрее»	Литература:Л.И.Пен
	Закреплять у детей		«Пробеги – не	зулаева «Физическая
	навык скользящего шага		задень»	культура в детском
	в ходьбе на лыжах,		П/И «Карусель»	саду
	спускаться с небольшого		Игра М/П	Стр.63

ЯНВАРЬ 3 неделя	склона; повторить игровые упражнения с бегом и метанием. Тема недели: «Зима» Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и	2	«Найдем зайца» Подвижная игра «Не оставайся на полу» Игра малой подвижности дидактическая	Мячи по количеству детей, 4 набивных мяча, 4 обруча. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском
	равновесии.		«Разное настроение»	саду Стр.63
	Тема недели: «Зима»			
	НА ВОЗДУХЕ Закреплять навык скользящего шага; продолжать обучение спуску с пологого склона и подъему «лесенкой»; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность.	1	«Кто дальше бросит» П/И «Мороз-Красный нос» Игра М/П Ходьба «змейкой» между постройками за воспитателем	Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Стр.65
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «День защи		ечества»	
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжат учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.	2	Подвижная игра «Охотники и зайцы». Игра малой подвижности	детей, 6—8 брусков, 2—4 доски, несколько больших мячей (диаметр 20—25 см). Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.68
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке.	1	«Точный пас» «По дорожке» П/И«Мороз- Красный нос» Игра М/П Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками.	культура в детском саду

ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «День защи	тника От	ечества»	
2 неделя	Упражнять детей в	2	li de la companya de	Палки по количеству
	ходьбе и беге по кругу,			детей, 4-6 дуг, мячи
	взявшись за руки, в		полу.	(диаметр 10-12 см).
	ходьбе и беге			Литература:Л.И.Пен
	врассыпную; закреплять			зулаева «Физическая
	навык энергичного			культура в детском
	отталкивания и			саду
	приземления на			Стр.70
	полусогнутые ноги при			
	прыжках в длину с			
	места; упражнять в			
	подлезании под дугу и			
	отбивании мяча о землю.			
	Тема недели: «День защи	тника От	Puectra»	
	НА ВОЗДУХЕ	1 1	«Кто дальше»	Литература:Л.И.Пен
	Упражнять в ходьбе на	1	«Кто быстрее»	зулаева «Физическая
	лыжах, метании снежков		П/И «Мы	культура в детском
	на дальность; повторить		веселые ребята»	саду
	игровые упражнения с		Игра 1 М/П	
	бегом и прыжками.		«Найдем следы	1
	-		зайца»	
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «День защи	тника От	ечества»	
3 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	3—4 гимнастические
	ходьбе и беге между		«Мышеловка»	скамейки, мешочки по
	предметами; учить		Эстафета с	количеству детей,
	метанию мешочков в		передачей мяча в	несколько палок или
	вертикальную цель;		колонне.	резинок для
	упражнять в подлезании			подлезания и
	под палку и			перешагивания.
	перешагивании через			Литература:Л.И.Пен
	нее.			зулаева «Физическая
				культура в детском
				саду
	III. Donwing	4		Стр.71
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Точно в круг»	3 обруча
	Повторить игровые		«Кто дальше»	Литература:Л.И.Пен
	упражнения с бегом и		П/И«Ловишки —	зулаева «Физическая
	прыжками, бросание		перебежки»	культура в детском
	снежков на дальность и в		Игра М/П Ходьба за самым	саду
	цель.		лодьоа за самым ловким и	Стр.73
			ловким и быстрым	
			ловишкой.	
ФЕВРАЛЬ	Тема недели: «8 Марта»		-13DILLINOII.	
4 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	2 гимнастические
	медленном непрерывном	_	«Гуси-лебеди».	скамейки, 2—4 кегли
	беге; продолжать учить		,	для ориентира, мячи
	влезать на			(диаметр 20—25 см)
	гимнастическую стенку,			на полгруппы.
	не пропуская реек;			Литература:Л.И.Пен
	упражнять в сохранении			зулаева «Физическая
	равновесия при ходьбе			культура в детском

	по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча. Тема недели: «8 Марта» НА ВОЗДУХЕ Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге.	1	«Гонки санок», «Не попадись» «По мостику» П/И«Ловишки парами» Игра М/П	саду Стр.73 <i>Литература:</i> Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.75
			Ходьба в колонне по одному.	
МАРТ 1 неделя	Тема недели: «8 Марта»	2	Поприменая нома	Маши и мешошки о
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	2	Подвижная игра «Пожарные на учении». Эстафета с большим мячом «Мяч водящему».	Мячи и мешочки с песком по количеству детей, 8—10 обручей, канат. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.76
	НА ВОЗДУХЕ Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость.	1	«Пас точно на клюшку» «Проведи – не задень» П/И«Горелки» Игра М/П«Летает – не летает»	Клюшки и шайбы по количеству детей. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.78
МАРТ 2 неделя	Тема недели: «Знакомств	во с народі	ной культурой и т	градициями»
Z negen	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.	2	Подвижная игра «Медведи и пчелы». Эстафета с мячом	2 стойки, шнур, 8 10 кеглей (кубиков), мешочки для метания. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.79

Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» игра каждого ребенка, 3 обруча, 2 стойки и под рейку в группировке и равновесии. Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» игра каждого ребенка, 3 обруча, 2 стойки и под рейку в группировке и равновесии. Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» игра каждого ребенка, 3 обруча, 2 стойки и под рейку в группировке и равновесии. Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» игра малой подвижности каждого ребенка, 3 обруча, 2 стойки и под рейку в группировке и равновесии. Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» на ВоздухЕ Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом ибегом ибегом игра М/П Эстафета с мячом. АПРЕЛЬ 1 неделя Тема недели: «Весна» игра камейки, 6—8 обручей, мешочки не обручей мешочки не обручей, мешочки не обручей мешочки не обрушение обрушение обрушение обрушение обрушение обрушение обрушение обрушение о	МАРТ 3 неделя	НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Тема недели: «Знакомсте Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в	1 во с народн 2		Шнур длинный (или веревка), мячи (диаметр 20—25 см) на треть группы. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.80 радициями» Обручи по количеству детей, 2 скамейки, кубики, шнуры. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая
Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Отра		ладонях и ступнях, в			саду
4 неделя Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. Игра малой подвижности мячей. Литература:Л.И.П зулаева «Физическа культура в детском салу Стр.83 Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» 1 Кегли и мячина сбей» полгруппы детей. Литература:Л.И.П зулаева «Физическа культура в детском салу Стр.83 Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» 1 Кегли и мячина сбей» полгруппы детей. Литература:Л.И.П задень» аздень» аздень» аздень» аздень» аздень» аздень» аздень» аздень» аздень упражками, с мячом и бегом П/И«Удочка» культура в детском игра М/П саду Стр.85 АПРЕЛЬ 1 неделя Тема недели: «Весна» 2 Подвижная игра мячом. 2 гимнастические скамейки, 6—8 обручей, мешочки в обручей.		Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с	1	«Удочка» П/И«Знаешь ли ты животных» Игра М/П«Передача мяча в шеренге» (эстафета с	Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду
4 неделя Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. Игра малой подвижности мячей. Литература:Л.И.П зулаева «Физическа культура в детском саду Стр.83 Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» 1 «Прокати и сбей» полгруппы детей. Литература:Л.И.П зулаева «Физическа культура в детском саду Стр.83 Тема недели: «Знакомство с народной культурой и традициями» 1 «Прокати и сбей» полгруппы детей. Литература:Л.И.П задень» полгруппы детей. Литература:Л.И.П задень» полгруппы детей. П/И«Удочка» культура в детском игра М/П саду Эстафета с прыжками, с мячом и бегом П/И«Удочка» культура в детском игра М/П саду Стр.85 АПРЕЛЬ 1 неделя Тема недели: «Весна» 2 Подвижная игра «Медведи и кодьбе и беге по кругу; продолжать учить 2 Подвижная игра «Медведи и пчелы». 2 гимнастические скамейки, 6—8 обручей, мешочки в обручей.	MAPT	Тема недели: «Знакомств	во с народн	юй культурой и т	градициями»
НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом АПРЕЛЬ 1 неделя Тема недели: «Весна» Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить 1 «Прокати и сбей» (Пробеги – не задень» зулаева «Физическа П/И«Удочка» культура в детском Игра М/П саду Остр.85 Подвижная игра ходьбе и беге по кругу; продолжать учить 1 Пробети – не полгруппы детей. Пимература: Подвижная игра ковые и беге по кругу; продолжать учить 1 Пробети – не полгруппы детей. Пимература: Подвижная игра ковые и беге по кругу; продолжать учить 1 Пробети – не полгруппы детей. Пимература: Подвижная игра ковые и беге по кругу; продолжать учить 1 Пробети – не полгруппы детей. Подвижная игра ковые и беге по кругу; продолжать учить		Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.	2	Подвижная игра «Не оставайся на полу». Игра малой подвижности «Найди гусенка»	По два мешочка на каждого ребенка, 3 обруча, 2 стойки и шнур, 5—6 набивных мячей. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.83
Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом АПРЕЛЬ 1 неделя Тема недели: «Весна» Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить Упражнять детей в кодьоже и беге по кругу; продолжать учить Сбей» «Пробеги — не зидень» зулаева «Физическа культура в детском культура в детском культура в детском культура в детском саду Стр.85 П/И«Удочка» Культура в детском саду Стр.85 Подвижная игра «Медведи и скамейки, 6—8 обручей, мешочки в обручей, мешочки в				1	r ^a
1 неделя Упражнять детей в 2 Подвижная игра 2 гимнастические ходьбе и беге по кругу; «Медведи и скамейки, 6—8 продолжать учить пчелы». обручей, мешочки н		Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом	1	сбей» «Пробеги – не задень» П/И«Удочка» Игра М/П Эстафета с	полгруппы детей. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду
ходьбе и беге по кругу; «Медведи и скамейки, 6—8 продолжать учить пчелы». обручей, мешочки н				1/	
	1 неделя	ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое	2	«Медведи и	

	по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель. НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; повторить игру с бегом «Ловишкиперебежки», эстафету с большим мячом.	1	«Стой» «Передача мяча в колонне» П/И«Ловишки- перебежки» Игра М/П Ходьба в колонне по одному за	зулаева «Физическая культура в детском саду» Стр.86 Один малый мяч (диаметр 6—8 см), 3 мяча большого диаметра Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.87
			командой победителей	1
АПРЕЛЬ	Тема недели: «Весна»	IL	<u> </u>	JI.
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между Предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них.	2	Подвижная игра Ловишки- перебежки	Скакалки по количеству детей, 8— 10 кубиков, обручи с широким ободом на полгруппы. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.88
	Тема недели: «Весна»			
AHDEN	НА ВОЗДУХЕ Упражнять детей в непрерывном беге, прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	1	«Пройди -не задень» «Догони обруч» «Перебрось и поймай» Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка» П.и. «Удочка» в трех вариантах Игра М/П«Кто ушел?»	Обручи по количеству детей, мячи (диаметр 20—25 см) на полгруппы, 2—3 флажка (или кубика). Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Стр.89
АПРЕЛЬ	Тема недели: «Весна»			
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии.	2	Подвижная игра «Удочка»	Мячи по количеству детей, 2. гимнастические скамейки, по два мешочка на каждого ребенка, 10—12 кубиков. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Стр.89

	НА ВОЗДУХЕ Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками и с бегом.	1	«Кто быстрее» «Мяч в кругу» П/И«Горелки» Игра М/П Ходьба в колонне по одному	3—б мячей (диаметр 20—25 см), 3 обруча. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр. 91
АПРЕЛЬ 4 неделя	Тема недели: «День Побе Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	2	Подвижная игра «Карусель». Игра малой подвижности «Угадай по голосу».	скакалки на полгруппы. <i>Литература:</i> Л.И.Пен
	Тема недели: «День Побе НА ВОЗДУХЕ Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжками и в равновесии.	е ды» 1	«Сбей кеглю» «Пробеги -не задень» П/И«С кочки на кочку» Игра М/П «Ручеек»	Мячи и кегли на полгруппы, 12—16 обручей. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду Стр.93;
МАЙ 1 неделя	Тема недели: «День Побе Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену.	2	Подвижная игра Мышеловка. Игра малой подвижности «Что изменилось?».	2 гимнастические скамейки, 4—5 набивных мячей, малые мячи ва полгруппы. Литература:Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.94
	оросания мяча о стену. НА ВОЗДУХЕ упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом.	1	«Проведи мяч» «Пас друг другу» «Отбей волан» П/И«Удочка» в трех вариантах Игра М/П Ходьба в колонне по	10—12 кеглей, мячи на полгруппы, ракетки и воланы для игры в бадминтон. Литература: Л.И.Пен зулаева «Физическая культура в детском саду Стр.96

МАЙ	Тема недели: «Лето»			
2неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	По два флажка на
	ходьбе и беге в колонне			каждого ребенка,
	по одному с		полу»	шнуры, мячи на пол
	перешагиванием через		Игра малой	группы детей.
	предметы; разучить		подвижности	Литература:Л.И.Пен
	прыжок в длину с		«Найди и	зулаева «Физическая
	разбега; упражнять в		промолчи	культура в детском
	перебрасывании мяча			саду Стр.96
	друг другу и лазанье.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Прокати – не	Обручи на полгруппы
	Упражнять в		урони»	детей, большие мячи
	непрерывном беге между		«Кто быстрее»	(диаметр 20—25 см)
	предметами до 2 мин;		П/И«Совушка»	по количеству детей.
	упражнять в		Игра М/П	
	прокатывании плоских		Ходьба в	зулаева «Физическая
	обручей; повторить		колонне по	
	игровые упражнения с		одному.	саду Стр.97
	мячом и прыжками.			
МАЙ	Тема недели: «Лето»			
3 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	Малые мячи по
	ходьбе и беге		«Пожарные на	количеству детей, 2
	врассыпную между		учении.	скамейки, кубики или
	предметами, не задевая			кегли (8—10 шт.),
	их; упражнять в			обручи.
	бросании мяча о пол			Литература:
	одной рукой и ловле			Л.И.Пензулаева
	двумя; упражнять в			«Физическая культура
	пролезании в обруч и			в детском саду Стр.98
	равновесии			
	НА ВОЗДУХЕ	1	П/И«Мышеловка	Мячи на полгруппы
	Упражнять в беге на		»	детей, 6—8 брусков,
	скорость; упражнять в		Игра М/П	6—8 обручей.
	бросании мяча в ходьбе		Эстафета с	Литература:
	и ловле го одной рукой;		мячом.	Л.И.Пензулаева
	повторить игровые			«Физическая культура
	упражнения с бегом и			в детском саду Стр.99
	прыжками.			
МАЙ	Тема недели: «Лето»			
4 неделя	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	2 гимнастические
	ходьбе с замедлением и		«Караси и	скамейки, кегли и
	ускорением темпа		щука».	набивные мячи (по 12
	движения; закреплять			шт.), по одному
	навык ползания по			кольцу на каждого
	гимнастической			ребенка.
	скамейке на животе;			Литература:Л.И.Пен
	повторить ходьбу с			зулаева «Физическая
	перешагиванием через			культура в детском
	набивные мячи и			саду Стр.100
	прыжки между кеглями.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Мяч водящему»	` *
	Упражнять детей в		«Кто быстрее»	20—25 ем), 3—4

ходьбе и беге с	П/И«Не обруча и мелкие
изменением темпа	оставайся на предметы по
движения; повторить	земле» количеству детей.
подвижную игру «Не	Игра М/П Литература:Л.И.Пен
оставайся на земле»,	Ходьба в зулаева «Физическая
игровые упражнения с	колонне по культура в детском
мячом.	одному. саду Стр.101

<u>ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР</u> <u>В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ</u>

Месяц	ОВД	Подвижная игра	
Сентябрь	Бег	Мышеловка	
	Ходьба	Ловушки с лентами	
	Ползанье, лазанье	Воздушный шар	
	Бросание, метание, ловля	Поймай мяч	
	Равновесие	По мосту	
	Прыжки	Удочка	
	Малоподвижная игра	Змея	
Октябрь	Бег	Быстро возьми	
	Ходьба	Мы веселые ребята	
	Ползанье, лазанье	Перелет птиц	
	Бросание, метание, ловля	Школа мяча	
	Равновесие	Сделай фигуру	
	Прыжки	Не попадись	
	Малоподвижная игра	Найди и промолчи	
Ноябрь	Бег	Кто скорее по дорожке	
	Ходьба	Совушка	
	Ползанье, лазанье	Проползи не задень	
	Бросание, метание, ловля	Перебрось через сетку	
	Равновесие	Канатоходец	
	Прыжки	Не оставайся на полу	
	Малоподвижная игра	Летает не летает	
Декабрь	Бег	Хитрая лиса	
	Ходьба	Колдун	
	Ползанье, лазанье	Медведь и пчелы	
	Бросание, метание, ловля	Точно в руки	
	Равновесие	Поспеши не урони	
	Прыжки	Гуси- лебеди	
	Малоподвижная игра	Тишина у пруда	
Январь	Бег	Снежная Карусель	
	Ходьба	Найди свой цвет	
	Ползанье, лазанье	Лиса и куры	
	Бросание, метание, ловля	Охотники	
	Равновесие	Пингвины на льдинах	
	Прыжки	С кочки на кочку	
	Малоподвижная игра	Угадай по голосу	
Февраль	Бег	Крокодил	
-	Ходьба	Мороз красный нос	
	Ползанье, лазанье	Не задень	
	Бросание, метание, ловля	Горячий мяч	

Равновесие	Все спортом занимаются
Прыжки	Кот и воробьи
Малоподвижная игра	Парк аттракционов
Бег	У медведя во бору
Ходьба	Пятнашки
Ползанье, лазанье	Ловля обезьян
Бросание, метание, ловля	Мяч вдогонку
Равновесие	Огненный мяч
Прыжки	Солнечный зайчик
Малоподвижная игра	Затейники
Бег	Лохматый пес
Ходьба	Встречные перебежки
Ползанье, лазанье	Пятнашки
Бросание, метание, ловля	Пятнашки с мячом
Равновесие	Паук и мухи
Прыжки	Зайцы в огороде
Малоподвижная игра	Эхо
Бег	Белые медведи
Ходьба	Два круга
Ползанье, лазанье	Бездомный заяц
Бросание, метание, ловля	Дракон
Равновесие	Пустое место
Под тотетет	Ворон и синицы
прыжки	ворон и синицы
	Прыжки Малоподвижная игра Бег Ходьба Ползанье, лазанье Бросание, метание, ловля Равновесие Прыжки Малоподвижная игра Бег Ходьба Ползанье, лазанье Бросание, метание, ловля Равновесие Прыжки Малоподвижная игра Бег Ходьба Ползанье, лазанье Бросание, метание, ловля Равновесие Прыжки Малоподвижная игра Бег Ходьба Ползанье, лазанье Бросание, метание, ловля

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА (от 6 до 7 лет) «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

месяц	Программное	Кол-во	Игровые упражнения	Пособия
	содержание	часов		
сентябрь	Тема I недели: «День знан	ний»		
	Упражнять детей в беге в	2	Подвижная игра	Мешочки, шнуры 6-8
	колонне по одному, в		«Ловишки»	шт.; мяч (20-25см)
	умении переходить с		Игра малой подвижности	Литература:
	бега на ходьбу; в		«У кого мяч?»	Л.И.Пензулаева
	сохранении равновесия и			«Физическая культура в
	правильной осанки при			детском саду:
	ходьбе по повышенной			Подготовительная к
	опоре. Развивать			школе группа
	точность движений при			М.Мозаика- Синтез,
	переброске мяча.			2014.»Стр.9-10
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Ловкие ребята»,	Обручи,
	Упражнять детей в		«Пингвины»,«Догони	мячи.Литература:
	равномерном беге и беге		свою пару».	Л.И.Пензулаева
	с ускорением; знакомить		Игра малой подвижности	«Физическая культура в
	с прокатыванием		«Вершки и корешки»	детском саду:
	обручей, развивая			Подготовительная к
	ловкость и глазомер,			школе группа
	точность движений;			М.Мозаика- Синтез,
	повторить прыжки на			2014.»Стр.11
	двух ногах с			
	продвижением вперёд.			

сентябрь	Tema II недели: «Осень»			
Commeps	Упражнять детей в	2	Подвижная игра «Не	Мячи, шнур, кегли,
	равномерном беге с	_	оставайся на полу»	кубики.
	соблюдением дистанции;		Игра малой подвижности	Литература:
	развивать координацию		«Летает –не летает»	Л.И.Пензулаева
	движений в прыжках с		Witeract the steract//	«Физическая культура в
	доставлением до			детском саду:
	предмета; повторить			Подготовительная к
	упражнения с мячом и			школе группа
	лазанье под шнур, не			М.Мозаика- Синтез,
	задевая его.			2014.»Стр.12-13
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Быстро встань в	Обручи, кегли, кубики.
	Упражнять детей в	1	колонну!»	Литература:
	ходьбе и беге между		«Прокати обруч»	Л.И.Пензулаева
	предметами, в		П\И«Совушка»	«Физическая культура в
	прокатывании обручей		Игра малой подвижности	детском саду:
	друг другу; развивать		«Великаны и гномы»	Подготовительная к
	внимание и быстроту		(Desimination in Thomas)	школе группа
	движений.			М.Мозаика- Синтез,
	дыженин.			2014.»CTp.14
сентябрь	Tema III недели: «Осень»		<u> </u>	2011.//CIP.IT
Сситлорь	Упражнять детей в	2	Подвижная игра	Кубики, кегли, мячи,
	ходьбе и беге с чётким	<u> </u>	подвижная игра «Удочка».	гимн.
	фиксированием		«э дочка».	скамейка.Литература:
	поворотов; развивать			Л.И.Пензулаева
	ловкость в упражнениях			«Физическая культура в
	с мячом, координацию			детском саду:
	движений в задании на			Подготовительная к
	равновесие; повторит			школе группа
	упражнение на			М.Мозаика- Синтез,
	переползание по гимн.			2014.»Стр.15-16
	скамейке.			2014.//C1p.13-10
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Быстро передай»,	Кегли, кубики,
	Упражнять в	1	«Пройди не задень»	мячи.Литература:
	чередовании ходьбы и		«проиди не задень» П/И «Совушка». Игра	Л.И.Пензулаева
	бега; развивать		малой подвижности	«Физическая культура в
	быстроту и точность		«Летает –не летает».	детском саду:
	движений при передачи		Wiciael—He Jielael".	Подготовительная к
	мяча в ходьбе между			школе группа
	предметами.			М.Мозаика- Синтез,
	продистании.			2014.»Стр.16
сентябрь	Тема IV недели: «Осень»	,	<u> </u>	
- Commops	Упражнять в	2	Подвижная игра «Не	Гимн. скамейка, шнуры.
	чередовании ходьбы и	_	попадись»	Литература:
	бега по сигналу			Л.И.Пензулаева
	воспитателя; в ползании			«Физическая культура в
	по гимн. скамейке на			детском саду:
	ладонях и коленях; в			Подготовительная к
	равновесии при ходьбе			школе группа
	по гимн. скамейке с			М.Мозаика- Синтез,
	выполнением заданий.			2014.»CTp.17-18
	Повторить прыжки через			201Cip.17 10
	шнуры.			
	1		<u>II</u>	<u>II</u>

октябрь	НА ВОЗДУХЕ Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу вос — ля, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта». Тема I недели: «Мой горо	1 Mod ettes	«Прыжки по кругу», «Проведи мяч» «Круговая лапта» Игра малой подвижности «Фигуры».	Мячи. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.18
октяорь	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	<u>д, моя стра</u> 2	на, моя планета» Подвижная игра «Перелет птиц» Игра М/П Ходьба в колонне по одному.	Кубики, кегли, мячи. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.20-21
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	1	«Перебрось -поймай», «Не попадись». Игра малой подвижности «Фигуры».	
октябрь	Тема II недели: «Мой гор Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	оод, моя стј 2	рана, моя планета» Подвижная игра «Не оставайся на полу». Игра малой подвижности «Эхо».	Гимн. скамейка, мячи. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.23
	НА ВОЗДУХЕ Повторить бег в среднем темпе; развивать точность броска; упражнять в прыжках.	1	«Кто самый меткий?», «Перепрыгни –не задень». П/И«Совушка» Игра М/П Ходьба в колонне по одному.	Мячи по кол- ву детей. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.24
октябрь	Тема III недели: «День на Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в видении	родного ед 2	инства» Подвижная игра «Удочка» Игра малой подвижности «Летает – не летает».	Гимн. скамейка, мячи. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в

	мяча; ползании;			детском саду:
	упражнять в сохранении			Подготовительная к
	равновесия при ходьбе			школе группа
	по уменьшенной			М.Мозаика-Синтез,
	площади опоры.			2014.»Стр.24-25
				Зимонина В.Н. Расту
				здоровым. Программно-
				методическое пособие
				для детского сада: в 2
				ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера,
				2013. –157стр
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Успей выбежать»	Мячи по кол- ву детей.
	Закреплять навык		«Мяч водящему». П/И	Литература:
	ходьбы с изменением		«Не попадись».	Л.И.Пензулаева
	направления движения,		Игра М/П Ходьба в	«Физическая культура в
	умение действовать по		колонне по одному.	детском саду:
	сигналу воспитателя;			Подготовительная к
	развивать точность в			школе группа
	упражнениях с мячом.			М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.26-27
октябрь	Tema IV недели: «День на	родного ед	инства»	
	Закреплять навык		Подвижная игра «Удочка»	Гимн. скамейка,
	ходьбы со сменой темпа		Игра М/П Ходьба в	мячи.Литература:
	движений. Упражнять в		колонне по одному.	Л.И.Пензулаева
	беге врассыпную, в		_	«Физическая культура в
	ползании на			детском саду:
	четвереньках с			Подготовительная к
	дополнительным			школе группа
	заданием; повторить			М.Мозаика- Синтез,
	упражнение на			2014.»Стр.27
	равновесие при ходьбе			
	по повышенной опоре.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Лягушки» «Не	Мячи по кол- ву детей.
	Повторить ходьбу с		попадись».	Литература:
	остановкой по сигналу		П/И«Ловишки с	Л.И.Пензулаева
	вос-ля, бег в умеренном		ленточками»	«Физическая культура в
	темпе; упражнять в		Игра M/П«Эхо»	детском саду:
	прыжках и переброске		·	Подготовительная к
	мяча.			школе группа
				М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.28-29
				Зимонина В.Н. Расту
				здоровым. Программно-
				методическое пособие
				для детского сада: в 2
				ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера,
				2013. –159стр
ноябрь	Тема I недели: «День наро	одного еди	нства»	-
1	Закреплять навык		Подвижная игра «Догони	Канат, шнур, мяч.
	ходьбы и бега по кругу;		свою пару».	Литература:
	упражнять в ходьбе по		Игра малой подвижности	Л.И.Пензулаева
	канату; упражнять в		«Угадай чей голосок».	«Физическая культура в
	энергичном		· ·	детском саду:
	отталкивании в прыжках			Подготовительная к
			IL	r-1

	через шнур; повторить эстафету с мячом.			школе группа М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.29-31
	НА ВОЗДУХЕ Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	1	«Мяч о стенку» «Будь ловким» П/И «Мышеловка» Игра М/П «Затейники»	Кубики, кегли, мяч. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.32
ноябрь	Тема II недели: «День нар	одного еди	инства»	•
	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	2	Подвижная игра «Фигуры» Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	скакалка по кол-ву детей, мячи, мешочки. <i>Литература:</i> Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.33 Зимонина В.Н. Расту здоровым. Программнометодическое пособие для детского сада: в 2 ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера, 2013. –161 стр
	НА ВОЗДУХЕ Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	1	«Передача мяча» «Не задень» П/И «Не оставайся на полу». ИграМ/П«Затейники».	Кубики, мяч. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.34
ноябрь	Тема III недели: «Новый			
	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперёд; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	2	Подвижная игра «Перелет птиц» Игра малой подвижности «Летает –не летает».	Кубики, кегли, дуга. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.34-35
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые	1	П/И «По местам». Игра М/П Ходьба в колонне по одному	Шнур, мяч. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к

	ATTRONOUS O			HIMO TO POLITICO
	упражнения с			школе группа
	мячом и с бегом.			М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.36
ноябрь	Тема IV недели: «Новый п	CO II.V		
нолорь			П/И «Фигуры».	IV. Evray
	Закреплять навык	2		Кубики, кегли.
	ходьбы и бега между		Игра М/П	Литература:
	предметами, развивая		Ходьба в колонне по	Л.И.Пензулаева
	координацию движений		одному	«Физическая культура в
	и ловкость; разучить в			детском саду:
	лазаньи на гимн. стенку			Подготовительная к
	переход с одного			школе группа
	пролёта на другой;			М.Мозаика- Синтез,
	повторить упражнение в			2014.»Стр.37
	прыжках и на			
	равновесие.			
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Передай мяч»	Кегли, кубики,
	Повторить ходьбу и бег с		«С кочки на кочку»	мяч.Литература:
	изменением		П/И «Хитрая лиса».	Л.И.Пензулаева
	направления движения;		М/П игра по выбору детей	«Физическая культура в
	упражнять в поворотах			детском саду:
	прыжком на месте;			Подготовительная к
	повторить прыжки на			школе группа
	правой и левой ноге,			М.Мозаика- Синтез,
	огибая предметы;			2014.»Стр.39
	упражнять в выполнении			1
	заданий с мячом.			
декабрь	Тема I недели: «Новый го	д»		0
_	Упражнять детей в	2	Подвижная игра «Хитрая	Мяч.
	ходьбе с различными		лиса».	Литература:
	положениями рук, в беге			Л.И.Пензулаева
	врассыпную; в			«Физическая культура в
	сохранении равновесия			детском саду:
	при ходьбе в			Подготовительная к
	усложнённой ситуации.			школе группа
	Развивать ловкость в			М.Мозаика- Синтез,
	упражнениях с мячом.			2014.»Стр.40
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Пройди не задень», «Пас	Мяч.
	Повторить ходьбу в	•	на ходу»	Литература:
	колонне по одному с		па ходу» П/И «Совушка»	Л.И.Пензулаева
	остановкой по сигналу		Игра М/П Ходьба в	«Физическая культура в
	вос-ля; упражнять детей		колонне по одному	детском саду:
	в продолжительном беге;		по одному	Подготовительная к
	повторить упражнение			школе группа
	в равновесии, в			М.Мозаика- Синтез,
	прыжках, с мячом.			2014.»Стр.41-42
декабрь	Тема II недели: «Новый г	ОЛУ	<u> </u>	2011.//CIP.TI T2
декаорь	Упражнять детей в	од <i>»</i>	Подвижная игра «Салки с	Мяч, гимн. скамейка.
	ходьбе с изменением	<u> </u>	подвижная игра «Салки с ленточкой»	Литература:
	темпа движения, с		Игра малой подвижности	Л.И.Пензулаева
	ускорением и		игра малои подвижности «Эхо».	л.и.пензулаева «Физическая культура в
	• •		MJAU".	
	замедлением, в прыжках на правой и левой ноге			детском саду: Подготовительная к
	попеременно; повторить			школе группа
	попеременно, повторить			mkone i pyiiia

	VIII ONAVOVVA D. W.C C			M Manayyya Cyyrran
	упражнения в ползании			М.Мозаика- Синтез,
	и эстафету с мячом.			2014.»Стр.42-43
	на воздухе	1	«Пройди - не урони»	Набивной мяч, кегли.
	Упражнять детей в		«Из кружка в кружок»	Литература:
	ходьбе в колонне по		«Стой»	Л.И.Пензулаева
	одному с выполнением		Игра М/П«Найди	«Физическая культура в
	заданий по сигналу вос-		предмет»	детском саду:
	ля; повторить игровые			Подготовительная к
	упражнения на			школе группа
	равновесие, в прыжках,			М.Мозаика- Синтез,
	на внимание.			2014.»Стр.44
декабрь	Tema III недели: «Новый	год»		
	Повторить ходьбу с	2	Подвижная игра	Мяч, гимн. скамейка.
	изменением темпа		«Попрыгунчики-	Литература:
	движений с ускорением		воробышки».	Л.И.Пензулаева
	и замедлением;		Игра М/П Ходьба в	«Физическая культура в
	упражнять в		колонне по одному.	детском саду:
	подбрасывании малого			Подготовительная к
	мяча, развивая ловкость			школе группа
	и глазомер; упражнять в			М.Мозаика- Синтез,
	ползании на животе, в			2014.»Стр.45
	равновесии.			F · · ·
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Пас на ходу», «Кто	Мяч, кегли. Литература:
	Упражнять детей в	•	быстрее» «Пройди- не	Л.И.Пензулаева
	ходьбе и беге в колонне		урони».	«Физическая культура в
	по одному; ходьбе и беге		урони». П/И «Лягушки и цапля».	детском саду:
	с остановкой по сигналу		Игра М/П по выбору	Подготовительная к
	вос-ля; повторить		детей	школе группа
	задания с мячом,		ACTON	М.Мозаика- Синтез,
	упражнения в прыжках,			7014.»Стр.46
	на равновесие.			2014.//C1p.40
	на равновсенс.			
декабрь	Тема IV недели: «Новый і	год»	<u>II</u>	JI.
1	Повторить ходьбу и бег	2	Подвижная игра «Хитрая	Гимн. скамейка.
	по кругу с поворотом в	_	лиса»	Литература:
	другую сторону;		Игра малой подвижности	Л.И.Пензулаева
	упражнения в ползании		«Эхо».	«Физическая культура в
	по скамейке «по -		NO ILOM	детском саду:
	медвежьи»; повторить			Подготовительная к
	упражнения в прыжках и			школе группа
	на равновесие.			М.Мозаика- Синтез,
	на равновсенс.			2014.»Стр.47
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Точный пас», «Кто	Снежки.
	ла воздуле Упражнять в ходьбе	1	«точный пас», «кто дальше бросит?»«По	Литература:
	между постройками из		дальше оросит?»«по дорожке проскользи».	Л.И.Пензулаева
	, <u>,</u>		дорожке проскользи».	л.и.пензулаева «Физическая культура в
	снега; разучить игровое задание «Точный пас»;			, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	задание «точный пас»; Развивать ловкость и			детском саду: Подготовительная к
	глазомер при метании			школе группа
	снежков в даль.			М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.48

январь	Тема I недели: «Зима»			
	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу вос-ля; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	2	Подвижная игра «День и ночь» Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному.	Мяч, гимн. скамейка, набивные мячи, бруски. <i>Литература:</i> Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.49-50
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе в колонне по одному; бег между предметами; ходьбу и бег врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке.	1	«Кто быстрее?» «Проскользи - не упади». П/И «Два мороза» Игра М/П Ходьба в колонне по одному за самыми умелыми морозами.	Кегли. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.51
январь	Тема II недели: «Зима»			
	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и лазании по скамейке.	2	Подвижная игра «Совушка». Игра малой подвижности «Летает - не летает».	Мяч, гимн. скамейка. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.52-53
	НА ВОЗДУХЕ Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Весёлые воробушки».	1	«Кто дальше бросит?» «Веселые воробышки» П/И «Два Мороза». Игра М/П Ходьба в умеренном темпе между постройками.	Снежки. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в
январь	Tema III недели: «Зима»			
	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под шнур.	2	Подвижная игра «Удочка».	Мяч,шнур. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.54-55

	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в Ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	1	«Хоккеисты» П/И«Два Мороза» Игра М/П Ходьба в колонне по одному между снежками.	Зимонина В.Н. Расту здоровым. Программнометодическое пособие для детского сада: в 2 ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера, 2013. –84 стр. Снежки. санки, клюшки. Литература Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.56
январь	Tema IV недели: «Зима»			
	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнение на сохранение равновесия в прыжках.	2	Подвижная игра «Паук и мухи». Игра М/П по выбору детей	Гимн. скамейка, скакалка. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.57
	НА ВОЗДУХЕ Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам».	1	«По ледяной дорожке» «По местам» (игра с санками в шеренгах» «Поезд».	Санки. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.58
февраль	Тема I недели: «День защ	итника Оте	ечества»	
	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	2	Подвижная игра «Ключи». Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному.	Мяч, гимн. скамейка,шнур. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.59
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить	1	«Точная подача» «Попрыгунчики» П/И «Два Мороза».	Клюшка, шайба,санки. Питература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду:

				П
	игровое задание с			Подготовительная к
	клюшкой и шайбой,			школе группа
	игровое задание с			М.Мозаика- Синтез,
1	прыжками.			2014.»Стр.60-61
февраль	Тема II недели: «День зап			
	Упражнять в ходьбе и	2	Подвижная игра «Не	
	беге с выполнением		оставайся на земле.	Литература:
	упражнений для рук;		Игра малой подвижности	Л.И.Пензулаева
	разучить прыжки с		Ходьба в колонне по	«Физическая культура в
	подскоком; упражнения		одному.	детском саду:
	в переброске мяча;			Подготовительная к
	повторить лазанье в			школе группа
	обруч.			М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр. 61
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Гонки санок»	Клюшка, шайба,санки.
	Упражнять в ходьбе с		«Пас на клюшку»	Литература:
	выполнением заданий;		П/И«Затейники»	Л.И.Пензулаева
	повторить игровые			«Физическая культура в
	упражнения на санках, с			детском саду:
	клюшкой и шайбой.			Подготовительная к
				школе группа
				М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.62-63
февраль	Tema III недели: «День за	шитника О	течества»	1
тг	Повторить ходьбу со	2	Подвижная игра «Не	Гимн.скамейка,
	сменой темпа движения;	_	попадись» Игра малой	мешочки. Литература:
	упражнять в		подвижности Ходьба в	Л.И.Пензулаева
	попеременном		колонне по одному.	«Физическая культура в
	подпрыгивании на		Residing no ognomy.	детском саду:
	правой и левой ноге, в			Подготовительная к
	метании мешочков,			школе группа
	лазаньи на гимн. стенку;			М.Мозаика- Синтез,
	повторить упражнения			2014.»Стр.63-64
	на сохранение			2014.//C1p.03-04
	равновесия при ходьбе			
	на повышенной опоре с			
	выполнение			
	дополнительного			
	задания. НА ВОЗДУХЕ	1	«Гонки санок»	Villatura maŭfa assess
	, ,	1		Клюшка, шайба,санки.
	Упражнять в		«Загони шайбу»	Литература:
	ходьбе с выполнением		П/И «Карусель».	Л.И.Пензулаева
	заданий; повторить			«Физическая культура в
	игровые упражнения на			детском саду:
	санках, с клюшкой и			Подготовительная к
	шайбой.			школе группа
				М.Мозаика- Синтез,
1	/D 137	U		2014.»Стр.64-65
февраль	Тема IV недели: «Междун		di .	.
	Упражнять в ходьбе в	2	Подвижная игра	Гимн.скамейка, кегли,
	колонне по одному с		«Жмурки».	кубики,обруч.
	выполнением задания на		Игра М/П «Узнай чей	Литература:
	внимание, в ползании на		голосок?».	Л.И.Пензулаева
	четвереньках между			«Физическая культура в

	предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	1	«Не попадись» П/И «Белые медведи».	детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.65-66 Снежки, кубики. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.66
март	Тема I недели: «Междуна Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. НА ВОЗДУХЕ	родный же 2 1	Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге». Подвижная игра «Ключи». Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному. «Лягушки в болоте»	Мяч, гимн. скамейка. Лимература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.72-73
	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.		«Мяч о стенку» П/И«Совушка» Игра М/П	Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.73-74
март	Тема II недели: «Народна Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге в рассыпную; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.	я культура 2	и традиции» Подвижная игра «Затейники». Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному.	Мяч,скакалка, шнур. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.74
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в беге, прыжках; развивать ловкость в задании с мячом.	1	«Мы - веселые ребята» «Охотники и утки» П/И«Тихо - громко»	Мяч. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.75-76

март	Тема III недели: «Народн	ая культура	а и традиции»	
1	Повторить ходьбу с	2	Подвижная игра «Волк во	Гимн. скамейка,
	выполнением заданий;		рву».	мешочки.
	упражнять в метании		Игра малой подвижности	Литература:
	мешочков в		Ходьба в колонне по	Л.И.Пензулаева
	горизонтальную цель;		одному за волком,	«Физическая культура в
	повторить упражнения в		который поймал большее	детском саду:
	ползании на сохранение		количество коз.	Подготовительная к
	равновесия при ходьбе			школе группа
	по повышенной опоре.			М.Мозаика- Синтез,
	1			2014.»Стр. 76 -77
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Пас ногой»	Мяч.
	Упражнять в беге на		«Ловкие зайчата»	Литература:
	скорость; повторить		П/И«Горелки»	Л.И.Пензулаева
	игровые упражнения с		Игра М [/] П«Эхо».	«Физическая культура в
	прыжками, с мячом.		•	детском саду:
	-			Подготовительная к
				школе группа
				М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.78
март	Тема IV недели: «Народн	ая культура	а и традиции»	
_	Повторить ходьбу и бег с	2	Подвижная игра	Набивной мяч,
	выполнением задания;		«Совушка».	кубики,кегли.
	упражнять в лазаньи на		Игра малой подвижности	Литература:
	гимн. стенку; повторить		по выбору детей.	Л.И.Пензулаева
	упражнения на			«Физическая культура в
	равновесие и прыжки.			детском саду:
				Подготовительная к
				школе группа
				М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.79
				Зимонина В.Н. Расту
				здоровым. Программно-
				методическое пособие
				для детского сада: в 2
				ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера,
				2013. –166 стр.
	НА ВОЗДУХЕ	1	«Передача мяча в	Мяч.
	Повторить упражнения с		колонне».	Литература:
	бегом, в прыжках и с		П/И«Удочка»	Л.И.Пензулаева
	мячом.		Игра М/П «Горелки».	«Физическая культура в
				детском саду:
				Подготовительная к
				школе группа
				М.Мозаика- Синтез,
				2014.»Стр.80
апрель	Тема I недели: «Весна»			
	Повторить игровое	2	Подвижная игра «Хитрая	Мяч, гимн. скамейка,
	упражнение в		лиса».	шнур.
	ходьбе и беге;		Игра М/П Ходьба в	Литература:
	упражнения на		колонне по одному	Л.И.Пензулаева
	равновесие, в прыжках, с		·	«Физическая культура в
	мячом.			детском саду:
				Подготовительная к
	<u> </u>		<u> </u>	110A1 010BIII CIBIIWI K

М.Мозаика- С 2014.»Стр.81 НА ВОЗДУХЕ Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Мяч. Повторить игровое «С кочки на кочку» П/И«Охотники и утки» Игра М/П «Великаны и «Физическая детском саду: Подготовител школе группа М.Мозаика- С 2014.»Стр.82	ева культура в
НА ВОЗДУХЕ Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. НА ВОЗДУХЕ Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. На ВОЗДУХЕ Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. На Кочки на кочку» Повторитура: Подитеритура: Игра М/П «Великаны и коле группа иколе группа М. Мозаика- С	ева культура в
Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Подготовительной информационный информацион и прыжками. Подготовительной информацион и правительной и правительной информацион и правительной информацион и правительной и прави	ева культура в
упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. ———————————————————————————————————	ева культура в
игровые задания с мячом, с прыжками. Игра М/П «Великаны и «Физическая гномы». Подготовител школе группа М.Мозаика- С	культура в
Подготовител школе группа М.Мозаика- С	:
школе группа М.Мозаика- С	
М.Мозаика- С	
апрель Тема II недели: «Весна»	
Повторить упражнения в 2 Подвижная игра Мяч.	
ходьбе и беге; упражнять «Мышеловка <i>Литература:</i> детей в прыжках в длину Игра М/П Ходьба в аева «Физиче	
с разбега, в колонне по одному культура в де	
перебрасывание мяча Подготовител	
друг другу.	
М.Мозаика- С	
2014.»Стр. 83 НА ВОЗДУХЕ 1 «Пас ногой» Мяч.	1
ПА ВОЗДУАЕ 1 «Пас ногои» мяч. Повторить игровое «Пингвины» Литература:	
задание с ходьбой и П.и. «Горелки» Л.И.Пензулае	
бегом; игровое Игра М/П Ходьба в «Физическая	
упражнения с мячом, в колонне по одному детском саду:	:
прыжках. Подготовител	
школе группа	
М.Мозаика- С	
2014.»Стр. 84 Зимонина В.Н	
зимонина Б.1 здоровым. Пр	-
методическое	-
для детского	
ч.Ч.2. – М.:ТІ	Ц Сфера,
2013. –167стр	
апрель Тема III недели: «День Победы»	
Упражнять в ходьбе в 2 Подвижная игра Гимн. скамей колонне по одному, в «Затейники» мешочки, кег.	,
построении в пары; в Игра М/П Ходьба в <i>Литература:</i>	-
метании мешочков в колонне по одному Л.И.Пензулае	
дальность, в ползании, в «Физическая	
равновесии. детском саду:	• • •
Подготовител	
школе группа	
М.Мозаика- (
2014.»Стр. 84 НА ВОЗДУХЕ 1 «Пройди -не задень», Мяч, кубики,	
Повторить бег на «Кто дальше прыгнет», <i>Литература:</i>	
скорость; упражнять в «Пас ногой», «Поймай Л.И.Пензулае	
заданиях с прыжками, в мяч» «Физическая	
равновесии. П/И малой подвижности детском саду:	
«Тихо –громко». Подготовител	
школе группа	1

				М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.86
апрель	Тема IV недели: «День По	обеды»	JL	JL _
	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	2	Подвижная игра «Салки с ленточкой». Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному	Мяч, кегли, кубики. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.87
май	НА ВОЗДУХЕ Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровое задание в прыжках ,с мячом. Тема I недели: «День Поб	1 беды»	«Передача мяча в колонне». П/И «Лягушки в болоте». П.и. «Горелки». Игра М/П «Великаны и гномы».	Мяч. Лимерамура: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр. 88 Зимонина В.Н. Расту здоровым. Программно- методическое пособие для детского сада: в 2 ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера, 2013. –167стр.
	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперёд на одной ноге; в бросании мяча о стенку.	2	Подвижная игра «Совушка». Игра М/П «Великаны и гномы».	Мяч, гимн. скамейка. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.88-89
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием.	1	«Пас на ходу» «Брось -поймай» Игра по выбору детей	Скакалка, мяч. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр.90 Зимонина В.Н. Расту здоровым. Программно- методическое пособие для детского сада: в 2 ч.Ч.2. – М.:ТЦ Сфера, 2013. –181

май	Тема II недели: «До свида	ния, детск	ий сад! Здравствуй, школа!»	>
май	Тема II недели: «До свида Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и	2	ий сад! Здравствуй, школа!» Подвижная игра «Горелки» Игра малой подвижности «Летает –не летает». «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч», «Пас друг	
	беге с выполнение заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.		другу». П/И «Мышеловка» Игра М/П Ходьба в колонне по одному.	Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр. 92
май	Тема III недели: «До свид Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге в рассыпную; в метании мешочков на дальность в прыжках, в равновесии.	2	кий сад! Здравствуй, школа! Подвижная игра «Воробьи и кошка». Игра М/П Ходьба в колонне по одному.	жение
	НА ВОЗДУХЕ Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге в рассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.		«Мяч водящему», «Кто быстрее до кегли». П/И«Горелки» Игра М/П Ходьба в колонне по одному.	Мяч, кубики, кегли. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр. 93 - 94
май	Тема IV недели: «До свид Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимн. стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.		кий сад! Здравствуй, школа! Подвижная игра «Охотники и утки».Игра малой подвижности «Летает –не летает».	жегли, гимн. скамейка. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа М.Мозаика- Синтез, 2014.»Стр. 95
	НА ВОЗДУХЕ Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в	1	«Кто быстрее» «Пас ногой», «Кто выше прыгнет». П/И«Не оставайся на	Мяч. Литература: Л.И.Пензулаева «Физическая культура в

заданиях с мячом.	Игр	мле» ра М/П по выбору	детском саду: Подготовительная к
	дет	гей.	школе группа
			М.Мозаика- Синтез,
			2014.»Стр.96

<u>ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР</u> в подготовительной к школе группе

Месяц	ОВД	Подвижная игра
сентябрь	Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на двух	«Ловишки», «Не
_	ногах через шнуры, перебрасывание мяча, прыжки в	оставайся на полу»,
	высоту, лазанье под шнур, прыжки между предметами,	«Совушка», «Удочка»,
	ползание, подбрасывание мяча, бросание мяча, прыжки	«Не попадись», «Фигуры»
	из обруча в обруч.	
октябрь	Ходьба по гимнастической скамейке, броски малого	«Перелет птиц»,
	мяча вверх, прыжки на одной ноге через шнуры,	«Фигуры», «Не оставайся
	прыжки на двух ногах вдоль шнура, перебрасывание	на полу», «Совушка»,
	мячей, прыжки с высоты, отбивание мяча одной рукой,	«Удочка», «Не попадись»,
	ползание, лазанье в обруч, ведение мяча по прямой,	«Ловишки с ленточками»
	ползание по гимнастической скамейке, ходьба по рейке	
	гимнастической скамейки, ведение мяча между	
	предметами, ползание на четвереньках, прыжки на	
	одной ноге между предметами.	
ноябрь	Ходьба по канату, прыжки на двух ногах через шнуры,	«Догони свою пару»,
	передача мяча, прыжки на одной ноге вдоль каната,	«Угадай, чей голосок?»,
	броски мяча в корзину, прыжки через скакалку,	«Мышеловка»,
	ползание по гимнастической скамейке, броски мяча в	«Затейники», «Фигуры»,
	шеренгах, ползание на четвереньках, ведение мяча в	«Не оставайся на полу,
	прямом направлении, лазанье под дугу, ходьба на	«Перелет птиц», «По
	носках, метание мешочков в горизонтальную цель,	местам», «Хитрая лиса»
	ползание, ходьба по гимнастической скамейке, лазанье	
	на гимнастическую стенку, бросание мяча о стенку,	
	забрасывание мяча в корзину	
декабрь	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи,	«Хитрая лиса»,
	прыжки на двух ногах между предметами, бросание	«Совушка», «Салки с
	малого мяча вверх, ходьба по гимнастической	ленточками»,
	скамейке, переброска мячей, прыжки на одной ноге	«Попрыгунчики –
	вдоль шнура, прыжки через скакалку, передача мяча в	воробышки», «Лягушки и
	колонне, ползание по скамейке, прыжки на двух ногах	цапля», «Охотники и
	между предметами, прокатывание мяча между	соколы!»
	предметами, ползание под шнур, подбрасывание мяча	
	каждой рукой, ползание на животе, ходьба по рейке	
	гимнастической скамейки, ползание на четвереньках,	
	прыжки со скамейки, прыжки с мешочком между	
	колен, лазанье по гимнастической стенке	T T
январь	Ходьба по рейке гимнастической скамейке, прыжки	«День и ночь», «Два
	через препятствия, ведение мяча в прямом	Мороза», «Совушка»,
	направлении, ходьба по гимнастической скамейке,	«Удочка», «Паук и мухи»
	прыжки на двух ногах из обруча в обруч, прокатывание	
	мяча между предметами, прыжки в длину с места,	
	перебрасывание мяча, ползание на четвереньках,	
	бросание мяча о стену, ползание по гимнастической	
	скамейке, ползание, ходьба на носках, ходьба по	

	U	
	скамейкам парами, прыжки через скакалку, ползание	
	между предметами, прыжки из обруча в обруч.	
февраль	Ходьба по гимнастической скамейке, броски мяча в	«Ключи», «Два Мороза»,
	середину, прыжки на двух ногах через шнуры, ходьба	«Не оставайся на полу»,
	по рейке гимнастической скамейки, прыжки между	«Фигуры», «Затейники»,
	предметами на одной ноге, передача мяча по кругу,	«Не попадись»,
	подскоки на одной ноге продвигаясь вперед,	«Карусель», «Жмурки»,
	перебрасывание мячей, лазанье под дугу, прыжки на	«Угадай, чей голосок?»,
	двух ногах между предметами, ползание между	«Белые медведи»
	предметами, лазанье на гимнастическую стенку,	
	ходьба парами по гимнастической скамейке, метание	
	мешочков в горизонтальную цель, прыжки из обруча в	
	обруч.	
март	Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки,	«Ключи», «Лягушки в
-	передача мяча, прыжки на одной ноге продвигаясь	болоте», «Совушка»,
	вперед, передача мяча, прыжки через скакалку,	«Затейники», «Мы
	перебрасывание мяча через сетку, переброска мяча	веселые ребята», «Тихо –
	парами, ползание по гимнастической скамейке,	громко», «Охотники и
	метание мешочков в горизонтальную цель, ползание на	утки», «Волк во рву»,
	четвереньках, ходьба между предметами, лазанье на	«Горелки», «Удочка»
	гимнастическую стенку, ходьба с перешагиванием	•
	предметов, прыжки на одной ноге между предметами,	
	лазанье под шнур.	
апрель	Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на двух	«Хитрая лиса»,
P	ногах вдоль шнура, переброска мячей, прыжки через	«Охотники и утки»,
	скакалку, прыжки в длину с разбега, ползание на	«Мышеловка»,
	четвереньках, лазанье под шнур, метание мешочков на	«Горелки», «Затейники»,
	дальность, ползание по гимнастической скамейке,	«Тихо – громко», «Салки
	ходьба приставным шагом, прыжки на двух ногах	с ленточкой», «Догони
	вперед, бросание мяча, ходьба на носках, прыжки через	пару», «Лягушки в
	шнуры на одной ноге попеременно.	болоте»
май	Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки с ноги на	«Совушка», «Воробьи и
WICH	ногу, броски малого мяча о стену, броски мяча вверх	кошка», «Не оставайся на
	одной рукой, прыжки на двух ногах между	земле»
	предметами, прыжки в длину с места, ведение мяча	SCMSTC"
	одной рукой, пролезание в обруч, прыжки в длину с	
	разбега, метание мешочков в вертикальную цель,	
	ходьба между предметами, метание мешочков на	
	дальность, ходьба по рейке гимнастической скамейки,	
	ползание на четвереньках по гимнастической скамейке,	
	лазанье под шнур, ходьба на носках, лазанье по	
	гимнастической стенке, прыжки между предметами на	
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
	одной ноге, ходьба с перешагиванием через предметы.	