

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 30 августа 2018 года

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 23» г. Усинска
от 30 августа 2018 года № 363

Рабочая программа
по предмету «Физическое развитие»
образовательная область «Физическое развитие»
раннего возраста, II младшей, средней, старшей и подготовительной групп
на период с 01.09.2018 г. по 31.05.2019 г.
составлена с учетом программы «Радуга», С.Г.Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н.Доронова
и др.; научн. рук. Е.В.Соловьева. М.: Просвещение, 2014 г.

Составитель:
Ануфриева О.В.,
инструктор по физической культуре

Усинск
2018

Пояснительная записка

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» предмет «Физическое развитие» МАДОУ «Детский сад № 23» г. Усинска (далее - Программа) разработана с учетом:

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26;

- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155; - Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2013г. № 1014;

- Радуга: Примерной основной образовательной программы дошкольного образования: проект/С.Г.Якобсон, Т.И. Гризик, Т.Н.Доронова и др.; научн. Рук. Е.В.Соловьева. М.: Просвещение, 2014 г.;

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 наносящем 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.). В физическом развитии детей главной задачей является сохранение и укрепление здоровья детей.

1,5 – 3 года

Педагог охраняет и укрепляет здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни

1. Содействовать полноценному физическому развитию:

- поддерживать потребность в самостоятельной двигательной активности и обогащать двигательный опыт детей;

- обеспечивать необходимый двигательный режим в течение дня: создавать условия для активного движения в группе, на участке;

- создавать условия для игр с мячом;

- обогащать опыт детей подвижными играми, движением под музыку;

2. Обеспечить безопасность жизнедеятельности:

- строго соблюдать санитарные нормы и правила охраны жизни и здоровья детей;

- обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, обязательный дневной сон;

- строго выдерживать необходимую длительность пребывания детей на свежем воздухе;

3. Соблюдать режим проветривания; укреплять здоровье детей:

- создавать в детском саду атмосферу психологического комфорта, успешной адаптации ребёнка к детскому саду;

- создавать условия для закаливания организма детей: одевать по погоде, использовать спортивную форму и обувь для проведения физкультурных занятий, облегчённую одежду в помещении детского сада при соблюдении температурного режима;

- закаливать детей, используя факторы внешней среды в следующей последовательности по степени воздействия: воздух, вода, солнце;

- проводить индивидуальные укрепляющие мероприятия и профилактику заболеваний силами медперсонала. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию, способствуя становлению деятельности путём развития основных видов движений:

1. Привлекать детей к упражнениям в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье, ползании, подлезании, а также катании, бросании, метании;

2. Побуждать детей к движениям, обеспечивающим нагрузку на разные группы мышц. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию, способствуя становлению сознания:

1. Формировать основы культуры здоровья;

2. Прививать простейшие культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания:

- терпеливо и постепенно учить детей правильно мыть и вытирать руки, пользоваться туалетом, одеваться и раздеваться;

- на личном примере приучать детей к опрятному внешнему виду и нормам поведения;

3. Приучать детей отличать предметы индивидуального пользования (расчёска, зубная щётка, стаканчик для полоскания рта и т. п.).

3 – 4 года

Педагог охраняет и укрепляет здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни:

1. Содействовать полноценному физическому развитию:

- поддерживать потребность в самостоятельной двигательной активности;
- укреплять разные группы мышц, способствуя формированию правильной осанки;
- обеспечивать необходимый двигательный режим в течение дня: создавать условия для активного движения в группе, на участке; обогащать опыт детей подвижными играми, движением под музыку; - создавать условия для игр с мячом;
- обогащать двигательный опыт детей;
- обеспечивать безопасность жизнедеятельности, строго соблюдая санитарные нормы и правила охраны жизни и здоровья детей;

2. Укреплять здоровье детей:

- предупреждать детские заболевания, систематически проводить оздоровительные мероприятия с учётом состояния здоровья и уровня физического развития каждого ребёнка;
- укреплять организм, используя естественные природные закаливающие факторы (солнечный свет, воздух, вода);
- обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, обязательный дневной сон, достаточное пребывание на свежем воздухе;
- расширять диапазон деятельности детей по самообслуживанию, создавать условия для повышения её качества. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности путем развития основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость). Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания путём формирования основ культуры здоровья:

1. Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, начинать формировать навыки культурного поведения;

2. Начать формировать представления о факторах, влияющих на здоровье (продукты питания сон, прогулки, движение, гигиена);

3. Формировать начальные представления о правилах безопасного поведения; воспитывать осторожность поведения в быту, на природе, на улице. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности:

1. Формировать основы культуры здоровья;

2. Формировать ответственное отношение ребёнка к своему здоровью и здоровью окружающих.

4 – 5 лет

Педагог охраняет и укрепляет здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни:

1. Содействовать полноценному физическому развитию:

- продолжать поддерживать и развивать потребность в разнообразной самостоятельной двигательной активности;

- обогащать двигательный опыт детей за счёт общеразвивающих и спортивных упражнений;

- начать знакомить детей с элементами спортивных игр;

- обогащать репертуар подвижных игр, в которые играют дети;

- создавать условия для проявления и совершенствования ловкости, скорости и других физических качеств. Совершенствовать умение держать равновесие;

- совершенствовать выполнение основных движений;

- обеспечивать безопасность жизнедеятельности, строго соблюдая санитарные нормы и правила охраны жизни и здоровья детей;

2. Укреплять здоровье детей:

- создавать условия, способствующие повышению защитных сил организма, выносливости и работоспособности;

- предупреждать детские заболевания, систематически проводить оздоровительные мероприятия с учётом состояния здоровья и уровня физического развития каждого ребёнка;

- укреплять разные группы мышц, способствуя формированию правильной осанки, и следить за её поддержанием во время разных видов деятельности;

- предупреждать нарушения зрения;

- укреплять организм, используя естественные природные закаливающие факторы (солнечный свет, воздух, вода);

- оберегать нервную систему ребёнка от стрессов и перегрузок;

- обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, обязательный дневной сон, достаточное пребывание на свежем воздухе. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности путём поощрения двигательной активности ребёнка и создания условий для её развития через развитие основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость), а также удовлетворения потребности ребёнка в движении в течение дня. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания путём формирования основ культуры здоровья:

1. Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, начинать формировать навыки культурного поведения:

- закреплять навыки культурного поведения за столом;

- закреплять умение правильно пользоваться предметами личной гигиены (полотенце, расчёска, носовой платок, одежда);

- закреплять умение правильно выполнять основные культурно-гигиенические ритуалы: подготовки к еде, подготовки ко сну;

2. Обращать внимание детей на чистоту того, что употребляется в пищу; на чистоту помещений, предметов, одежды;

3. Продолжать формировать представления о факторах, влияющих на здоровье (продукты питания, сон, прогулки, движение, гигиена);

4. Расширять начальные представления о правилах безопасного поведения;

5. Закреплять осторожность поведения в быту, на природе, на улице. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности путём формирования основ культуры здоровья:

1. Закреплять ответственное отношение к здоровью своему и окружающих;

2. Давать представление о спорте как особом виде человеческой деятельности; знакомить с несколькими видами спорта, выдающимися спортсменами и их достижениями.

5 – 6 и 6 – 8 лет

Педагог охраняет и укрепляет здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни:

1. Содействовать полноценному физическому развитию:

- создавать условия для совершенствования основных физических качеств;

- продолжать поддерживать и развивать потребность в разнообразной самостоятельной двигательной активности;

- обогащать двигательный опыт детей за счёт общеразвивающих и спортивных упражнений;

- обучать детей технике выполнения основных движений;

- обеспечивать безопасность жизнедеятельности;

2. Укреплять здоровье детей:

- широко использовать спортивные игры и упражнения, корригирующие упражнения, элементы ЛФК для профилактики нарушений осанки, опорно-двигательного аппарата, плоскостопия;

- следить за поддержанием правильной осанки во время разных видов деятельности;

- укреплять организм, используя естественные природные закаливающие факторы (солнечный свет, воздух, вода);

- избегать перегрузки организованными занятиями;

- обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, дневной сон, достаточное пребывание на свежем воздухе;

- формировать сознательное отношение к окружающей среде, воспитывать здоровую брезгливость и стремление к чистоте;

- развивать самоконтроль при выполнении правил и норм личной гигиены; совершенствовать навыки самообслуживания. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности:

1. Поощрять двигательную активность ребёнка и создавать условия для её развития путём развития основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость), а также удовлетворения потребности ребёнка в движении в течение дня;

2. Обучать детей элементам спортивных игр, осваивать их правила и учиться подчиняться им. Совершенствовать навыки произвольности, тренировать внимание, скорость реакции в подвижных играх;

3. Дать представление о совместной распределённой деятельности в команде. Учить детей действовать в команде. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания:

1. Формировать основы культуры здоровья:

- рассказывать детям о строении и работе важнейших органов и систем организма;

- знакомить их с правилами личной безопасности в быту и в различных жизненных ситуациях. Учить предвидеть простейшие последствия собственных действий;

- закреплять действия, направленные на охрану здоровья окружающих (отворачиваться, когда кашляешь; закрываться платком, когда чихаешь);

- расширять знания о правилах безопасного поведения на природе, на улице;

- передавать детям знания о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;

- формировать осознанное выполнение требований безопасности;

- поддерживать проявления осторожности и осмотрительности. Педагог содействует своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности, приобщая детей к ценностям физической культуры и занятий спортом.

Объем образовательной нагрузки

В группе раннего возраста в неделю проводится 2 занятия, в месяц 8 занятий, в год 72 занятия.

Во второй младшей, средней, старшей и подготовительной группах проводится 3 занятия в неделю, 12 занятий в месяц, 108 занятий в год. Из них в старшей и подготовительной группах 1 занятие в неделю, 4 занятия в месяц, 36 занятий в год проводится на улице.

Тематический план занятий

Группа раннего возраста

№ п/п	Тема занятия	Программное содержание	Организованная образовательная деятельность (различные виды деятельности) по направлениям	Планируемые результаты уровня интегративных качеств	Материал и оборудование, литературно-музыкальное сопровождение
1	Занятия №1,2	Учить ходьбе в прямом направлении, упражнять в ползании. Развивать чувство равновесия. Воспитывать интерес к занятиям.	Показ с объяснением, указание, поощрение	Эмоционален, проявляет интерес к занятию	Ящик (50х50х10 см), палка (1,5 – 2 м), погремушка
2	Занятия №3,4	Учить ходьбе по ограниченной поверхности, познакомить с бросанием мяча, упражнять в ползании и подлезании. Развивать внимание и умение реагировать на слово. Воспитывать интерес к занятиям.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Дорожка из клеёнки, воротца, обруч, мячи по количеству детей
3	Занятия №5,6	Познакомить с броском мешочка на дальность правой (левой) рукой, упражнять в ходьбе по гимнастической доске. Развивать чувство равновесия, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать доброжелательность по отношению друг к другу.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ловкий	2 стойки, палка, гимнастическая доска, мешочки с песком или маленькие мячи по количеству детей
4	Занятия №7,8	Упражнять в ходьбе по ребристой доске, умение взойти на ящик и сойти с него, познакомить с броском из-за головы двумя руками. Развивать внимание и ориентировку в пространстве.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Ребристая доска, ящик, палка, мячи по количеству детей

5	Занятия №9,10	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием ног, познакомить с катанием мяча, повторить ползание и перелезание через скамейку. Развивать внимание, ориентировку в пространстве.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Длинные палки (2-3), гимнастическая скамейка, мячи по количеству детей, игрушка мишка
6	Занятия №11,12	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, ползании и перелезании бревна, учить бросать мяч двумя руками. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Гимнастическая доска. Бревно, палка, мячи по количеству детей
7	Занятия №13,14	Упражнять в ползании и пролезании в обруч, познакомить с броском мяча через ленту, упражнять в ходьбе по наклонной доске. Развивать умение действовать по сигналу.	Показ с объяснением, указание, поощрение	Внимателен	2 стойки с лентой, обруч, гимнастическая доска, мячи по количеству детей
8	Занятия №15,16	Учить катить мяч, ходить по ребристой доске, повторить ползание и перелезание через бревно. Воспитывать смелость и самостоятельность.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Ребристая доска, ящик, бревно, 5 – 6 обручей, палка, мячи по количеству детей
9	Занятия №17,18	Учить детей ходить, высоко поднимая ноги, упражнять в ползании по гимнастической скамейке, повторить бросание мешочка с песком одной рукой. Развивать равновесие, глазомер.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	Гимнастическая скамейка, 2 стойки, 2 длинные палки, наклонная доска, мешочки с песком по количеству детей
10	Занятия №19,20	Учить ходьбе по ребристой доске, упражнять в бросании мячей через ленту, повторить ползание. Развивать	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	Ребристая доска, ящик (40х40х10 см), воротики, обруч, мячи по количеству детей

		равновесие и глазомер.			
11	Занятия №21,22	Упражнять детей в бросании двумя руками, в ходьбе по гимнастической скамейке, повторить ползание и перелезание. Развивать ловкость, самостоятельность.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Ловкий	Гимнастическая скамейка, мячи и куклы по количеству детей, длинная палка
12	Занятия №23,24	Учить детей ходьбе со сменой направления, бросании в горизонтальную цель, ходьбе по наклонной доске. Развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Гимнастическая скамейка, наклонная доска, ящик или корзина, мячи по количеству детей
13	Занятия №25,26	Учить начинать ходьбу по сигналу, ходить по ограниченной поверхности (между двух линий), ориентироваться в пространстве групповой комнаты. Развивать равновесие, двигательную активность.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Внимателен	2 длинные верёвки (2,5 – 3 м), кукла, игрушка мишка.
14	Занятия №27,28	Учить ходить и бегать, меняя направление на определённый сигнал. Развивать внимание, умение ползать, ориентироваться в пространстве.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Внимателен	Погремушка для каждого ребёнка.
15	Занятия №29,30	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Стулья по количеству детей, кукла

16	Занятия №31,32	Развивать внимание, ловкость; формировать умения ловить мяч, соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега. Обучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Стулья по количеству детей, доска (длина 2,5 – 3 м, ширина 20 – 25 см), ящик (50x50x20 см); кукла, большой мяч, игрушка мишка.
17	Занятия №33,34	Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под верёвку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой, бегать в определённом направлении. Развивать внимание, ловкость, быстроту.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Внимателен	2 стойки, длинная верёвка, шишки по кол-ву детей, игрушка собака, шапочки «наседки» и «цыплят»
18	Занятия №35,36	Совершенствовать умение ходить по ограниченной поверхности, подлезать под верёвку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой, бегать в определённом направлении.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	2 стойки, длинная верёвка, шишки по кол-ву детей, игрушка собака, шапочки «наседки» и «цыплят»
19	Занятия №37,38	Учить бегать в определённом направлении. Развивать чувство равновесия, умение реагировать на сигнал, сочетать свои действия с текстом песни.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Внимателен	Мячи по количеству детей
20	Занятия №39,40	Учить ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, инициативу, дисциплинированность, терпение; тренировать зрение и слух.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Гимнастическая доска (длина 2,5 – 3 м, ширина 20 – 25 см), цветные платочки (20x20 см) по количеству детей, мяч.

21	Занятия №41,42	Совершенствовать умение катать мяч. Развивать умение действовать по сигналу, ловкость, инициативу, дисциплинированность, терпение; тренировать зрение и слух.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к занятиям	Мячи по количеству детей
22	Занятия №43,44	Познакомить с выполнением прыжка вперёд на двух ногах. Учить бросать предмет в горизонтальную цель в определённом направлении.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Мешочки с песком (150 г) по кол-ву детей, длинная верёвка (6 – 8 м), ящик (50x50 см) или обруч (диаметр 1м).
23	Занятия №45,46	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за головы двумя руками, ползать на четвереньках. Развивать чувство равновесия, умение передвигаться в определённом направлении, подражать движениям.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Ловкий	По 2 кубика для каждого ребёнка, средние мячи (диаметр 20 – 25 см) по кол-ву детей, гимнастическая скамейка (длина 2,5 – 3 м), ширина 30 – 35 см), высота (20– 25 см), шапочка «птички».
24	Занятия №47,48	Совершенствовать выполнение прыжка вперёд на двух ногах; умение бросать предмет в горизонтальную цель в определённом направлении.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	Мешочки с песком (150 г) по кол-ву детей, длинная верёвка (6 – 8 м), ящик (50x50 см) или обруч (диаметр 1м).
25	Занятия №49,50	Учить прыгать в длину с места, закреплять метание вдаль из-за головы. Способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	По 2 шишки (или маленьких мяча) для каждого ребёнка, мячи по кол-ву детей, длинная верёвка, шапочка «птички»
26	Занятия №51,52	Учить ходить парами в определённом направлении, бросать мяч вдаль от груди; приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений. Развивать	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Быстрый	Погремушки и мячи по кол-ву детей, 2 длинные верёвки, мячи для каждого ребёнка, шапочки «воробушек» по кол-ву детей, шапочка или игрушка кошка

		быстроту, ловкость.			
27	Занятия №53,54	Закрепить умение ходить парами в определённом направлении, бросать мяч вдаль от груди; приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	По 2 шишки (или маленьких мяча) для каждого ребёнка, мячи по кол-ву детей, длинная верёвка, шапочка «птички»
28	Занятия №55,56	Учить ходить по наклонной доске, метать в даль от груди, согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу. Укреплять мышцы туловища и конечностей.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Активен	Цветные ленточки (длина 25 – 30 см), средние мячи по кол-ву детей, наклонная доска, игрушка собака
29	Занятия №57,58	Учить бросать мячи разными способами, ходить по наклонной доске, ритмично двигаться. Развивать чувство равновесия, глазомер, способность к подражанию.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Меткий	Маленькие обручи (диаметр 25 см) по кол-ву детей, наклонная доска, мячи средних и маленьких размеров по кол-ву детей, шапочки «птичек» для каждого ребёнка
30	Занятия №59,60	Закреплять умение бросать мячи разными способами, ходить по наклонной доске, ритмично двигаться. Развивать чувство равновесия, глазомер, способность к подражанию.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Маленькие обручи (диаметр 25 см) по кол-ву детей, наклонная доска, мячи средних и маленьких размеров по кол-ву детей, шапочки «птичек» для каждого ребёнка
31	Занятия №61,62	Закреплять умение прыгать в длину с места, бросать вдаль правой и левой рукой, переступать через препятствия, реагировать на сигнал, действовать по сигналу. Развивать координацию движений. Учить ориентироваться в пространстве.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Мешочки с песком по кол-ву детей, кубики (высота 10 – 15 см), длинная верёвка, машина

32	Занятия №63,64	Учить ходить по кругу, взявшись за руки, ползать на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч, ходить на носочках, соблюдать определённое направление, двигаться ритмично.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Мячи по кол-ву детей, кубики, 2 длинные верёвки, игрушка (мишка или другая игрушка), корзина или ящик
33	Занятия №65,66	Закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки, ползать на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч, ходить на носочках, соблюдать определённое направление, двигаться ритмично.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Мячи по кол-ву детей, кубики, 2 длинные верёвки, игрушка (мишка или другая игрушка), корзина или ящик.
34	Занятия №67,68	Учить ходьбе в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, ходьбе по наклонной доске, перекачиванию мяча друг другу, простым танцевальным движениям. Развивать ловкость, быстроту реакции, чувство равновесия, координацию зрения и слуха, умение сдерживать себя.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ловкий	Стулья по кол-ву детей, мячи (один для двоих детей), наклонная доска, игрушка мишка
35	Занятия №69,70	Учить организованно перемещаться в определённом направлении, подлезать под рейку, прыгать в длину с места на двух ногах, ползать. Развивать ловкость и координацию движений.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Быстрый	Флажки по кол-ву детей, 2 стойки, длинная рейка и верёвка, шапочки «пчёл» по кол-ву детей, шапочка или игрушка мишка

36	Занятия №71,72	Закреплять умение ходьбы в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, ходьбе по наклонной доске, перекатыванию мяча друг другу, простым танцевальным движениям. Развивать ловкость, быстроту реакции, чувство равновесия.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Стулья по кол-ву детей, мячи (один для двоих детей), наклонная доска, игрушка мишка
----	----------------	--	---	------------------------------	---

Вторая младшая группа

№ п/п	Тема занятия	Программное содержание	Организованная образовательная деятельность (различные виды деятельности) по направлениям	Планируемые результаты уровня интегративных качеств	Материал и оборудование, литературно-музыкальное сопровождение
1	Занятия №1, 2	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях. Учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см). Игры «Бегите ко мне», «Пойдем в гости»	Эмоционален, проявляет интерес к занятию	Шнуры (рейки)
2	Занятия №3, 4	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Ходьба и бег всей группой за воспитателем, ходьба в одну и другую стороны. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед «Птички», игр. зад. «Найдем птичку»	Эмоционален и активен	Мяч большого диаметра, мягкие игрушки
3	Занятия №5, 6	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Ходьба в колонне по одному; легкий бег, расставив руки в стороны. Упражнения с мячом, прокатывание мячей. Игра «Кот и воробушки»	Внимателен	Мячи большого диаметра
4	Занятия №7, 8	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	Ходьба и бег по кругу, ходьба вокруг кубиков, переход на бег. Упражнения у кубиками, ползание с опорой на ладони и колени «Быстро в домик», «Найдем жучка»	Ориентируется в пространстве	Кубики

5	Занятия №9, 10	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба, бег по одному и враспынную. Прыжки через шнур «Догони мяч»	Проявляет интерес к двигательной активности	Мяч, шнур, гимнастическая скамейка
6	Занятия №11, 12	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Ходьба и бег по кругу Прыжки из обруча в обруч, прокатывание мяча друг другу. «Ловкий шофер», игр. зад. «Машины поехали в гараж»	Эмоционален	Обруч, мячи
7	Занятия №13, 14	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Ходьба в колонне по одному, враспынную, по всему залу, бег, помахивая руками, прыжки на двух ногах. Прокатывание мячей в прямом направлении, ползание между предметами Игр. упр. «Быстрый мяч», «Проползи – не задень». Игра «Зайка серый умывается», «Найдем зайку»	Ловкий	Мяч, обруч
8	Занятия №15, 16	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Ходьба в колонне по одному по кругу с поворотом, бег по кругу с поворотом. Лазанье под шнур, ходьба и бег между предметами. «Кот и воробушки»	Внимателен	Стойка со шнуром, кубики
9	Занятия №17, 18	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба в колонне по одному, на носках короткими, семенящими шагами. Бег. Ходьба по скамейке балансируя руками, прыжки на двух ногах, «Ловкий шофер», «Найдем зайчонка»	Ловкий	Гимнастическая скамейка
10	Занятия №19, 20	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги.	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, бег руки в стороны (чередование) Прыжки, прокатывание мячей, «Мыши в кладовой», «Где спрятался мышонок»	Внимателен	Обруч, мячи, гимнастическая скамейка, шнур

		Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию.			
11	Занятия №21, 22	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя, развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании.	Ходьба и бег по кругу с кубиками. Прокатывание мячей между предметами, ползание на четвереньках между предметами. «По ровненькой дорожке»	Проявляет интерес к двигательной активности	Кубики, мячи
12	Занятия №23, 24	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Ходьба и бег в колонне по одному. Ползание, ходьба с равновесием. Игра «Поймай комара»	Проявляет интерес к двигательной активности	Флажки, скамейка, шнур
13	Занятия №25, 26	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную Ходьба между кубиками, прыжки на двух ногах. «Коршун и птенчики», «Найдем птенчика»	Ориентируется в пространстве	Кубики, обручи, гимнастические скамейки или стульчики
14	Занятия №27, 28	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному, бег враспынную. Прыжки со скамейки, прокатывание мяча друг другу «Найди свой домик»	Проявляет интерес к двигательной активности	Мяч, скамейка
15	Занятия №29, 30	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Ходьба и бег в колонне по одному. Прокатывание мяча между предметами, ползание под дугу. «Лягушки», «Найдем лягушонка»	Проявляет интерес к двигательной активности	Кубики, набивные мячи, кегли, дуга

16	Занятия №31, 32	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве. Упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба враспынную Ползание, ходьба по доске, удерживая равновесие. «Птица и птенчики»	Внимателен	Гимнастическая скамейка, обруч
17	Занятия №33, 34	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Ходьба на носках, бег в колонне по одному с поворотом. Ходьба по доске, удерживая равновесие, прыжки на двух ногах «Коршун и цыплята»	Ловкий и быстрый	Платочки, гимн, скамейка, обручи
18	Занятия №35, 36	Совершенствовать умение ходить по ограниченной поверхности, подлезать под верёвку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой, бегать в определённом направлении.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Внимателен	2 стойки, длинная верёвка, шишки по кол-ву детей, игрушка собака, шапочки «наседки» и «цыплята»
19	Занятия №37, 38	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча развивая ловкость и глазомер.	Ходьба по периметру зала, ходьба и бег враспынную. Прыжки между предметами, прокатывание мяча между предметами «Птицы и птенчики»	Меткий	Кубики, обручи, кегли, мячи большого диаметра
20	Занятия №39, 40	Упражнять умение действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов. Развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Ходьба и бег вокруг предметов, Прокатывание мяча друг другу, ползание по ориентирам. «Найди свой цвет»	Ловкий	Кубики, мячи, обручи
21	Занятия №41, 42	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу,	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба с выполнением задания (гуськом, крылья бабочки) Ползание под дугу, ходьба	Проявляет интерес к двигательной активности	Дуга, скамейка

		не касаясь руками пола; сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	по уменьшенной площади опоры. «Лохматый пес»		
22	Занятия №43, 44	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов. Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Повторить прыжки с продвижением вперед.	Ходьба и бег по кругу, вокруг предметов, переменным шагом. Перешагивание через шнуры, прыжки на двух ногах с продвижением вперед. «Найди свой цвет»	Проявляет интерес к двигательной активности	Кольца от кольцеброса, шнуры, обручи
23	Занятия №45, 46	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.	Ходьба и бег с выполнением заданий. Прыжки с высоты и мягкое приземление, прокатывание мяча. «Воробышки в гнездышках», «Найдем воробышка»	Проявляет интерес к двигательной активности	Обручи, гимнастическая скамейка, мячи
24	Занятия №47, 48	Упражнять в ходьбе и беге переменным шагом, развивая координацию движений. Разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Ходьба в колонне по одному перешагивая через шнуры, бег в рассыпную. Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола. «Воробышки и кот»	Проявляет интерес к двигательной активности	Шнуры (веревки), мячи
25	Занятия №49, 50	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную. Упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, ходьба и бег в рассыпную. Лазание под дугу, хождение по доске удерживая равновесие. «Лягушки» (прыжки), «Найдем лягушонка»	Проявляет интерес к двигательной активности	Дуга, скамейка
26	Занятия №51, 52	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Повторить прыжки между предметами.	Ходьба и бег по кругу в умеренном темпе, Хождение по гимн. скамейки боком, приставным шагом, прыжки змейкой. «Кролики»	Внимателен	Кубики, скамейка, шнур

27	Занятия №53, 54	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную. Разучить прыжки в длину с места, развивать ловкость при прокатывании мяча.	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную. Прыжки через веревки, катание мячей друг другу. «Найди свой цвет»	Эмоционален	Шнуры, мячи
28	Занятия №55, 56	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Ходьба и бег с выполнением задания. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками, ползание на повышенной опоре (скамейке) «Зайка серый умывается»	Ловкий	Мячи, гимнастическая скамейка
29	Занятия №57, 58	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег между предметами. Ползание от предмета до предмета, ходьба по гимнастической скамейке. «Автомобили»	Проявляет интерес к двигательной активности	Кубики, кегли или набивные мячи, гимнастическая скамейка
30	Занятия №59, 60	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег вокруг кубиков. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. «Тишина», «Найдем лягушонка»	Внимателен	Кубики по 2 на каждого ребенка, гимнастическая скамейка
31	Занятия №61, 62	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба и бег с выполнением задания. Прыжки из кружка в кружок, прокатывание мячей. «По ровненькой дорожке»	Проявляет интерес к двигательной активности	Короткий шнур, обручи, мячи
32	Занятия №63, 64	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания. Развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Ходьба и бег с выполнением задания. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по гимнастической скамейке. «Мы топаем ногами»	Активный	Мячи, гимнастическая скамейка

33	Занятия №65, 66	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя. Повторить ползание между предметами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег с выполнением задания. Ползание между кубиками, Ходьба по гимнастической скамейке в колонне по одному, свободно балансируя руками. «Огуречик, огуречик»	Внимателен	Обручи, кубики, гимнастическая скамейка
34	Занятия №67, 68	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве. Повторить задание в равновесии прыжках.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную. Ходьба по гимнастической скамейке, удерживая равновесие, прыжки через шнуры. «Мыши в кладовой»	Ориентируется в пространстве	Кольца от кольцеброса, гимнастическая скамейка, веревки
35	Занятия №69, 70	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба между предметами «змейкой», бег между мячами. Прыжки с гимнастической скамейки, прокатывание мяча друг другу. «Воробышки и кот»	Ловкий	Кубики, мячи
36	Занятие №71,72	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Ходьба и бег выполнением задания. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по скамейке. «Огуречик, огуречик»	Проявляет интерес к двигательной активности	Флажки, мячи, гимнастическая скамейка
37	Занятие №73,74	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке. Повторить задание в равновесии.	Ходьба в колонне по одному, мелким семенящим шагом. Бег враспынную. Лазание по наклонной лесенке, ходьба по гимнастической скамейке удерживая равновесие. «Коршун и насадка»	Активный	Наклонная лесенка, гимнастическая скамейка, шнур (веревка)
38	Занятия №75,76	1. Развивать меткость. 2. Учить метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, ходить по кругу, взявшись за руки, двигаться под музыку.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Меткий	Мешочки с песком (или маленькие мячи) по кол-ву детей, длинная верёвка, ящик (50x50x10 см) или обруч для метания
39	Занятия №77,78	Учить ходить по гимнастической скамейке, не теряя равновесия, катать	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ловкий	Цветные платочки и мячи по кол-ву детей, длинная гимнастическая

		мяч с попаданием в ворота под дугу. Развивать внимание, ловкость, быстроту.			скамейка, 2 – 3 дуги (воротики), шапочка «кота» (для воспитателя) и шапочки «мышек» по кол-ву детей
40	Занятие №79	Закреплять умение метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, ходить по кругу, взявшись за руки, двигаться под музыку	Показ, объяснение, указание, поощрение	Меткий	Мешочки с песком (или маленькие мячи) по кол-ву детей, длинная верёвка, ящик (50x50x10 см) или обруч для метания
41	Занятие №80	Учить прыгать в длину с места, ходить по наклонной доске вверх и вниз, развивать ловкость, глазомер, чувство равновесия, умение различать цвет и форму предмета. Укреплять мышцы туловища.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Погремушки по кол-ву детей, 2 длинные верёвки, наклонная доска, маленький обруч (диаметр 25 – 30 см), шарики разных цветов и размеров
42	Занятие №81	Учить прыгать в длину с места на двух ногах, ползать на четвереньках, подлезать под рейку, слушать сигналы и реагировать на них. Развивать внимание, координацию движений.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Внимателен	2 длинные верёвки, 2 дуги (воротики), маленький обруч, корзина с шишками; игрушка мишка
43	Занятие №82	Закреплять умение прыгать в длину с места на двух ногах, ползать на четвереньках, подлезать под рейку, слушать сигналы и реагировать на них	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	2 длинные верёвки, 2 дуги (воротики), маленький обруч, корзина с шишками; игрушка мишка
44	Занятие №83	Учить бросать вдаль правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке. Развивать внимание, координацию движений, ловкость и быстроту.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Быстрый	Шишки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, мяч

45	Занятие №84	Учить ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, бросать и ловить мяч, выполнять упражнение вместе с другими детьми, двигаться в соответствии со словами песни, выполнять некоторые танцевальные движения.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Короткие цветные ленточки по кол-ву детей, 1 – 2 наклонные доски, мяч
46	Занятие №85	Закреплять умение ходить по наклонной доске вверх и вниз, бросать и ловить мяч, выполнять упражнение вместе с другими детьми, двигаться в соответствии со словами песни.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Внимателен	Короткие цветные ленточки по кол-ву детей, 1 – 2 наклонные доски, мяч
47	Занятие №86	Закреплять умение бросать вдаль, ходить по гимнастической скамейке, ходить друг за другом со сменой направления. Развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве. Воспитывать чуткое отношение к животным.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	Стулья и мешочки с песком по кол-ву детей, 1 – 2 длинные гимнастические скамейки, игрушки собачка и лисичка
48	Занятия №87	Учить ходить по гимнастической скамейке, прыгать в длину с места; развивать чувство равновесия, ритма и умение соотносить свои движения со словами песни.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Маленькие обручи по кол-ву детей, 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 длинные верёвки
49	Занятие №88	Закреплять ходить по гимнастической скамейке, прыгать в длину с места. Развивать чувство равновесия, ритма и умение соотносить свои движения со словами песни. Воспитывать смелость, выдержку и внимание.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Маленькие обручи по кол-ву детей, 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 длинные верёвки

50	Занятие №89	Закреплять умение ходить в колонне по одному, бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыгать в длину с места, соблюдать во время броска указанное направление; проводить профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Активен	Мешочки с песком по кол-ву детей, длинная верёвка, 2 ящика или обруча для метания в цель, ребристая доска, массажный коврик или другой предмет с неровной поверхностью
51	Занятие №90	Закреплять умение ползать и подлезать под верёвку, бросать вдаль из-за головы только по сигналу, согласовывать свои движения с движениями товарищей.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Средние мячи по кол-ву детей, 2 стойки, рейка или верёвка, игрушка собака, мисочка
52	Занятие №91	Закреплять умение ходить в колонне по одному, бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыгать в длину с места, соблюдать во время броска указанное направление. Проводить профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Меткий	Мешочки с песком по кол-ву детей, длинная верёвка, 2 ящика или обруча для метания в цель, ребристая доска, массажный коврик или другой предмет с неровной поверхностью
53	Занятие №92	Совершенствовать прыжки в длину с места, ходьбу по наклонной доске. Развивать чувство равновесия, глазомер и координацию движений.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	2 длинные верёвки, 1 – 2 наклонные доски, 3 – 5 больших обручей
54	Занятие №93	Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке, метать вдаль правой и левой рукой. Учить быстро реагировать на сигнал.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Цветные флажки и мешочки с песком по кол-ву детей, гимнастическая скамейка (1 длинная или 2 короткие)
55	Занятие №94	Совершенствовать прыжки в длину с места, ходьбу по наклонной доске. Развивать чувство равновесия, глазомер и	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	2 длинные верёвки, 1 – 2 наклонные доски, 3 – 5 больших обручей

		координацию движений.			
56	Занятие №95	Учить катать мяч, соблюдая направление при катании; упражнять в лазанье по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений; учить дружно играть.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Активен	Цветные платочки и средние мячи по кол-ву детей, 2 – 3 дуги (воротики), гимнастическая стена или башенка
57	Занятие №96	Совершенствовать умения метать в горизонтальную цель правой и левой рукой, ползать по гимнастической скамейке. Приучать выполнять задание самостоятельно; тренировать разнообразные движения. Формировать правильную осанку. Развивать ловкость, быстроту, чувство равновесия и координацию движений.	Напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Погремушки, мешочки с песком и мячи по кол-ву детей, 1 – 2 гимнастические скамейки, 3 – 4 больших обруча или ящика для метания в цель, мяч, устойчивый стул, длинная доска
58	Занятие №97	Совершенствовать умение катать мяч, соблюдая направление при катании. Упражнять в лазанье по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Цветные платочки и средние мячи по кол-ву детей, 2 – 3 дуги (воротики), гимнастическая стена или башенка
59	Занятие №98	Закреплять умения ходить и бегать в колонне по одному, прыгать в длину с места, метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Развивать глазомер, стараясь попадать в цель. Обучать ритмичным	Напоминание, указание, поощрение	Меткий	Погремушки, мешочки с песком и мячи по кол-ву детей, 1 – 2 гимнастические скамейки, 3 – 4 больших обруча или ящика для метания в цель, мяч, устойчивый стул, длинная доска

		движениям; повторить название частей тела.			
60	Занятие №99	Закреплять умения прыгать в длину с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (верёвку), ходить по гимнастической скамейке. Развивать равновесие, ориентировку в пространстве.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Ориентируется в пространстве	По 2 шишки для каждого ребёнка, 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 стойки, верёвка или рейка, игрушка собака
61	Занятие №100	Закреплять умения прыгать в длину с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (верёвку), ходить по гимнастической скамейке. Развивать равновесие.	Показ, объяснение, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	По 2 шишки для каждого ребёнка, 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 стойки, верёвка или рейка, игрушка собака
62	Занятие №101	Закреплять умения метать правой и левой рукой, ходить по наклонной доске. Развивать способность к подражанию, внимание.	Напоминание, указание, поощрение	Проявляет интерес к двигательной активности	Цветные ленточки и мешочки с песком по кол-ву детей, 1 – 2 наклонные доски, 3 – 5 больших обруча
63	Занятие №102	Закреплять умение метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места. Развивать глазомер, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Меткий	Мешочки с песком по кол-ву детей, длинная верёвка, 3 – 4 больших обруча
64	Занятие №103	Закреплять умение метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места. Развивать глазомер, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве. Учить быть внимательными друг другу и при необходимости оказывать помощь.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Внимателен	Мешочки с песком по кол-ву детей, длинная верёвка, 3 – 4 больших обруча.

65	Занятие №104	Учить прыгать с гимнастической скамейки, ходить по ней, ползать и подлезать, быстро реагировать на сигнал; ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту. Укреплять дыхательную систему.	Показ с объяснением, напоминание, указание, поощрение	Ловкий	Маленькие обручи по кол-ву детей; 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 стойки, рейка, кукла
66	Занятие №105,106	Закреплять умения катать мяч друг другу, метать вдаль из-за головы, быстро реагировать на сигнал, дружно действовать в коллективе.	Напоминание, указание, поощрение	Доброжелателен	Средние мячи по кол-ву детей, 2 длинные верёвки, шапочка «мишки»
67	Занятие №107,108	Закреплять умения катать мяч в цель, метать вдаль из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей. Развивать ловкость, выдержку, терпение.	Напоминание, указание, поощрение	Внимателен и меткий	Стулья, мячи средних размеров по кол-ву детей, 2 – 4 дуги (воротики), маленький обруч

Средняя группа

№ п/п	Тема занятия	Программное содержание	Организованная образовательная деятельность (различные виды деятельности) по направлениям	Планируемые результаты уровня интегративных качеств	Материал и оборудование, литературно-музыкальное сопровождение
1	Занятия №1,2, 3	Развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к другим. Учить сохранять устойчивое равновесие. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы. Воспитывать	Построение в шеренгу, проверка равнения упражнения в ходьбе и беге чередуются. ОРУ без предметов Игра «Найди себе пару» Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой	Эмоционален, проявляет интерес к занятию	Платочки

		интерес к двигательным действиям.			
2	Занятия №4,5,6	Развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны. ОРУ С флажками Прыжки «Достань до предмета» Прокатывание мячей друг другу Игра «Самолеты»	Проявляет интерес к двигательной активности	Флажки, мячи
3	Занятия №7,8,9	Развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег враспынную. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча друг другу двумя руками Ползание под шнур, не касаясь руками пола. Игра «Огуречик, огуречик ... » Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой.		Шнур, мячи
4	Занятия №10, 11, 12	Развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной	Построение в три колонны. Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!» ОРУ с малыми обручами Равновесие: ходьба по доске. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени. Игра «У медведя во бору». Игра малой подвижности «Где постучали?»		Обручи, дуга

		площади опоры. Воспитывать интерес к двигательным действиям.			
5	Занятия №13,14,15	Развивать ловкость и глазомер, точность направления движения. Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному. ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром). Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке Игра «Кот и мыши». Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом»		Шнуры
6	Занятия №17,18,19	Развивать ловкость и глазомер, точность направления движения. Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу. Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке, ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании. ОРУ без предметов Прокатывание мячей друг другу. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах Игры «Найди свой цвет!». «Автомобили». И.М.П. «Автомобили поехали в гараж»	Ловкий и меткий	Обручи, мячи
7	Занятия №20,21,22	Развивать ловкость и глазомер, точность направления движения. Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий	Ходьба с выполнением различных заданий ОРУ без предметов Прокатывание мяча между 4-5 предметами Прыжки на двух ногах из обруча в обруч Игра «Ловишки» Ходьба в колонне по	Внимателен	Мячи

		в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу.	одному		
8	Занятия №23,24,25	Развивать ловкость и глазомер, точность направления движения. Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритmicность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски Упражнения в ходьбе и беге ОРУ с мячом Лазанье под дугу Прыжки на двух ногах Подбрасывание мяча двумя руками «У медведя во бору». И.М.П. «Угадай, где спрятано»	Проявляет интерес к занятиям, двигательной активности	Мячи, дуга
9	Занятия №26,27,28	Развивать силу, ловкость, выносливость. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Построение около кубиков. ОРУ с кубиком Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками Подвижная игра «Салки». Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	Внимателен	Кубики, гимнастическая скамейка
10	Занятия №29,30,31	Развивать силу, ловкость, выносливость. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег враспынную; ходьба на носках, «как мышки». ОРУ без предметов Прыжки на двух ногах через 5-6 линий Прокатывание мячей друг другу Перебрасывание мяча друг другу Подвижная игра «Самолеты»	Ловкий	Мячи

11	Занятия №32,33,34	Развивать силу, ловкость, выносливость. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную. ОРУ с мячом Броски мяча о землю и ловля его двумя руками Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни Прыжки на двух ногах между предметами Подвижная игра «Лиса и куры»	Ловкий и внимательный	Мячи, гимнастическая скамейка
12	Занятия №35,36,37	Развивать силу, ловкость, выносливость. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу ОРУ с флажками Ползание по гимнастической скамейке на животе Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени Прыжки на двух ногах до кубика Подвижная игра «Цветные автомобили»	Активен	Флажки, кубики
13	Занятия №38,39,40	Упражнять в ходьбе и беге. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Развивать выносливость, ловкость, координацию и глазомер. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную по сигналу перестроение в колонну ОРУ с платочком Равновесие Прыжки через 4-5 брусков Прокатывание мяча между 4-5 предметами Подвижная игра «Лиса и куры». Игра малой подвижности «Найдем цыпленка»	Проявляет интерес к двигательным действиям	Платочки, бруски, мячи
14	Занятия №41,42,43	1. Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в	Ходьба и бег в колонне по одному Построение в шеренгу. ОРУ с мячом.	Проявляет интерес к двигательным действиям	Мячи, скамейка

		<p>прыжках с приземлением на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость, координацию и глазомер.</p> <p>3. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Прыжки со скамейки</p> <p>Прокатывание мяча между предметами</p> <p>Бег по дорожке (ширина 20 см).</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору».</p> <p>Игра малой подвижности по выбору детей</p>		
15	Занятия №44,45,46	<p>1. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному.</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость, координацию и глазомер.</p> <p>3. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную</p> <p>ОРУ</p> <p>Перебрасывание мячей друг другу</p> <p>Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке</p> <p>Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p> <p>Подвижная игра «Зайцы и волк»</p> <p>Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?»</p>	Ловкий	Мячи, скамейка
16	Занятия №47,48,49	<p>1. Упражнять в выполнении действий по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.</p> <p>2. Развивать выносливость, ловкость, координацию и глазомер.</p> <p>3. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную</p> <p>ОРУ с кубиками.</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени</p> <p>Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке</p> <p>Прыжки на двух ногах</p> <p>Подвижная игра «Птички и кошка».</p> <p>Ходьба в колонне по одному</p>	Внимателен	Кубики, гимнастическая скамейка
17	Занятия №50,51,52	<p>Развивать силу, ловкость, координацию и глазомер.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами.</p> <p>ОРУ с обручем</p> <p>Равновесие-ходьба по канату</p> <p>Прыжки на двух ногах</p> <p>Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками</p> <p>Подвижная игра «Кролики».</p> <p>Игра малой подвижности</p>	Проявляет интерес к двигательным действиям	Обручи

		площади опоры; повторить упражнения в прыжках. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу и желание заниматься физическими упражнениями.	«Найдем кролика!»		
18	Занятия №53,54,55	Развивать силу, ловкость, координацию и глазомер. Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. Отбивание малого мяча одной рукой о пол, равновесие-ходьба на носках между предметами. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу и желание заниматься физическими упражнениями.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег враспынную ОРУ с мячом. Прыжки с гимнастической скамейки Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз). Подвижная игра «Найди себе пару»	Ловкий	Мячи, гимнастическая скамейка
19	Занятия №56,57,58	Развивать быстроту, ловкость, силу, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, в равновесии; повторить задание в прыжках, в прыжках через шнур, в перебрасывании мяча друг другу. Воспитывать самостоятельность, дружелюбное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег враспынную. Построение в три колонны ОРУ Равновесие Прыжки через бруски Ходьба, перешагивая через набивные мячи Прыжки через шнур, Перебрасывание мячей друг другу Подвижная игра «Котята и щенята».	Быстрый и ловкий	Кегли, бруски, мячи
20	Занятия №59,60,61	Развивать быстроту, ловкость, силу, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу.	Внимательный	Обручи, мячи

		<p>прыжках из обруча в обруч. Воспитывать самостоятельность, дружелюбное отношение друг к другу.</p>	<p>На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени. ОРУ. Прыжки из обруча в обруч Прокатывание мячей между предметами Прыжки на двух ногах Прокатывание мячей друг другу Ходьба на носках Игра «У медведя во бору». Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет</p>		
21	Занятия №62,63,64	<p>Развивать быстроту, ловкость, силу, координацию движений. Упражнять детей в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. Воспитывать самостоятельность, дружелюбное отношение друг к другу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег враспынную. Ходьба и бег в чередовании. ОРУ с мячом Перебрасывание мячей друг другу Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Метание мешочков в вертикальную цель Прыжки на двух ногах между предметами «Воробышки и автомобиль»</p>	Активный и внимательный	Мячи, гимнастическая скамейка, мешочки
22	Занятия №65,66,67	<p>Развивать быстроту, ловкость, силу, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами в ползании по гимнастической скамейке, в равновесие, в прыжках на правой и левой ноге. Воспитывать самостоятельность, дружелюбное отношение друг к другу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег враспынную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному. ОРУ с гимнастической палкой. Ползание по гимнастической скамейке Равновесие Ползание по гимнастической скамейке Равновесие Прыжки на правой и левой ноге Игра «Перелет птиц»</p>	Быстрый и ловкий	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка

23	Занятия №68,69,70	Развивать силу, выносливость, ловкость. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Воспитывать дружественное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя. ОРУ Ходьба на носках между 4-5 предметами Прыжки через шнур справа и слева Равновесие Прыжки на двух ногах через короткую скакалку Подвижная игра «Перелет птиц». Игра малой подвижности «Найди и промолчи»	Ловкий	Шнур, скакалки
24	Занятия №71,72,73	Развивать силу, выносливость, ловкость. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную. Упражнять в прокатывании мячей друг другу. Воспитывать дружественное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную. ОРУ с обручем. Прыжки в длину с места Перебрасывание мячей через шнур Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы Прокатывание мяча друг другу Подвижная игра «Бездомный заяц».	Быстрый, смелый, ловкий	Обручи, шнур
25	Занятия №74,75,76	Развивать силу, выносливость, ловкость. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони. Упражнять детей в равновесии. Воспитывать дружественное отношение друг к другу.	Ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу. ОРУ с мячом. Прокатывание мяча между предметами Ползание по гимнастической скамейке на животе Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове. Подвижная игра «Самолеты»	Быстрый, смелый, ловкий	Мячи, предметы, гимнастическая скамейка

26	Занятия №77,78,79	Развивать силу, выносливость, ловкость. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «помедвежь»; упражнения в равновесии и прыжках. Воспитывать дружественное отношение друг к другу.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться ОРУ с флажками Ползание по гимнастической скамейке Равновесие Прыжки через 5-6 шнуров Лазанье по гимнастической стенке Ходьба по доске, лежащей на полу Подвижная игра «Охотник И зайцы». Игра малой подвижности «Найдем зайку»	Ловкий	Флажки, гимнастическая скамейка, шнуры
27	Занятия №80,81,82	Развивать ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания в равновесии и прыжках. Воспитывать интерес к выполнению элементов подвижных игр. Приучать помогать взрослым.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу враспынную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются ОРУ Равновесие Прыжки на двух ногах через препятствия Подвижная игра «Пробеги тихо». Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	Внимательный, меткий	Бруски
28	Занятия №83,84,85	Развивать ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. Воспитывать интерес к выполнению	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя, ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег враспынную. ОРУ с кеглей. Прыжки в длину с места Метание мешочков в горизонтальную цель Метание мячей в вертикальную цель Отбивание мяча одной рукой	Внимательный и активный	Кегли, мячи

		элементов подвижных игр. Приучать помогать взрослым.	Подвижная игра «Совушка». Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.		
29	Занятия №86,87,88	Развивать ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя. Воспитывать интерес к выполнению элементов подвижных игр. Приучать помогать взрослым.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются. ОРУ с мячом Метание мешочков на дальность Ползание по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м. Подвижная игра «Совушка»	Меткий, быстрый	Мячи, мешочки
30	Занятия №89,90,91	Развивать ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Воспитывать интерес к выполнению элементов подвижных игр. Приучать помогать взрослым.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании. ОРУ с косичкой. Равновесие Прыжки на двух ногах из обруча в обруч Прыжки на двух ногах между предметами Подвижная игра «Птички и кошка»	Быстрый и внимательный	Косички, обручи, предметы
31	Занятия №92,93,94	Развивать силу, быстроту, ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. Воспитывать самостоятельность при выборе игр	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны. ОРУ Ходьба по доске (ширина 15 см) Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками Подвижная игра «Котята и щенята» Игра малой подвижности	Сильный и ловкий	Доска, шнуры, мячи

		малой подвижности.			
32	Занятия №95,96,97	Развивать силу, быстроту, ловкость и глазомер, координацию движений. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Воспитывать самостоятельность при выборе игр малой подвижности.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег врассыпную по всему залу. ОРУ с кубиком. Прыжки в длину с места через шнур Перебрасывание мячей друг другу Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой). Подвижная игра «Котята и щенята»	Быстрый, ловкий. Меткий	Кубики, шнур, мешочки
33	Занятия №98,99,100	Развивать силу, быстроту, ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Воспитывать самостоятельность при выборе игр малой подвижности.	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную. ОРУ с палкой Метание в вертикальную цель Ползание по гимнастической скамейке на животе Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»). Прыжки через короткую скакалку. Подвижная игра «Зайцы и волк». Игра малой подвижности «Найдем зайца»	Сильный, быстрый, ловкий	Палки, гимнастическая скамейка, скакалки
34	Занятия №101,102,103	Развивать силу, быстроту, ловкость и глазомер, координацию движений. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. Воспитывать самостоятельность при выборе игр малой подвижности.	Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному. ОРУ с мячом Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева Равновесие - ходьба по доске. Подвижная игра «У медведя во бору»	Сильный, быстрый, ловкий	Мячи, шнуры, мешочки

35	Занятия №104,105,106	Развивать силу, быстроту, ловкость и глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. Воспитывать самостоятельность при выборе игр малой подвижности.	По плану педагога	Внимательный	По плану педагога
36	Занятия №107,108	Развивать силу, быстроту, ловкость и глазомер, координацию движений. Закрепить все навыки, полученные за год. Воспитывать самостоятельность и доброжелательное отношение друг к другу.	По плану педагога	Быстрый, сильный, ловкий, проявляет интерес к двигательным действиям	Флажки, гимнастическая скамейка, предметы, мячи

Старшая группа

№ п/п	Тема занятий	Программное содержание	Организованная образовательная деятельность (различные виды деятельности) по направлениям	Планируемые результаты интегративных качеств	Материал и оборудование литературно – музыкального сопровождения
1	Занятия №1, 2	Развивать быстроту и ловкость. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную. Учить в сохранении устойчивого равновесия. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба на носках, на пятках с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, быстрый бег, бег в колонне по одному ОРУ с флажками Равновесие: ходьба по канату боком приставным шагом. Прыжки: упражнения пингвины. Метание мешочков в обруч. П/И «У кого мяч»	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической	Мячи, флажки
2	Занятие №3 Подвижные игры с мячом на свежем воздухе	Развивать силу, ловкость. Продолжать учить ориентироваться в	Ходьба на носках, бег в колонне по одному П/И «Ловишки», «У кого мяч?»		Мячи большие

		пространстве. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.		<p>скамейке, перебрасывание мяча друг другу, пролезание в обруч, перешагивание через бруски, прыжков на двух ногах с мешочками между коленями); проявляет активность при участии в подвижных играх, выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку</p> <p>Быстрый и ловкий Ловкий и быстрый Активный и внимательный</p>	
3	Занятия №4, 5	Развивать ловкость, быстроту, смекалку. Упражнять в ходьбе и беге, в пролезании в обруч боком. Учить в равновесии, прыжках с продвижением вперед. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	Ходьба в колонне по одному на носках, на пятках, с разворотом в противоположную сторону по команде инструктора «Кругом!». Ходьба по скамейке с мешочком на голове		Мешочки
4	Занятие №6 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ловкость, умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	П/И «Не попадись», «Быстро возьми»		Гимнастические палки
5	Занятия №7,8	Развивать точность движений. Продолжать учить ползать по гимнастической скамейке на животе. Воспитывать желание работать в коллективе.	П/И «Воробушек»		Гимнастические палки
6	Занятие №9 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать силу, ловкость. Учить ориентироваться в пространстве. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	П/И «Гуси лебеди» «Ловишки – перебежки»		
7	Занятия №10,11 Бросок мяча снизу.	Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках. Воспитывать активность, умение взаимодействовать друг с другом.	Прыжки на двух ногах — упражнение «Достань до предмета». Броски малого мяча (диаметр 6—8 см) вверх двумя руками. Бег в среднем темпе до 1,5 минуты. Метание: перебрасывание мяча двумя руками снизу, из – за головы парами.		Мячи
8	Занятие №12	Развивать	Ходьба и бег в рассыпную		

	Подвижные игры на свежем воздухе	ориентировку в пространстве, ловкость в беге. Воспитывать активность, умение взаимодействовать друг с другом.	Подвижные игры по желанию детей		
9	Занятия №13,14	Развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках. Воспитывать самостоятельность, дружеские взаимоотношения.	Прыжки в высоту с места — упражнение «Достань до предмета». Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши (15-20 раз). Ползание на четвереньках между предметами (2—3 раза). Ходьба на носках, на пятках, руки за головой, с е носков врозь, бег змейкой. Прыжки: упражнение «Перепрыгни не задень». Метание: забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. Лазание: ползание по гимнастической скамейке	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу,	Мячи, предметы
10	Занятие №15 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ловкость координацию движений, глазомер. Воспитывать самостоятельность, дружеские взаимоотношения.	Ходьба и бег в рассыпную. П/И «Сделай - добежи»	пролезание в обруч, перешагивание через бруски, прыжков на двух ногах с мешочками между коленями, ходьба, бег, ползание,	Выносной материал для игр
11	Занятия №16, 17	Развивать координацию движений при перебрасывании мяча. Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба и бег с высоким подниманием колен, гусиным шагом «крабики», «муравьишки». Равновесие: ходьба по скамейке с перекладыванием. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8-10 раз). Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 2,5 м). Ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка)	прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх, при участии в играх с элементами соревнования; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку ОРУ с флажками	Гимнастические палки, мячи
12	Занятие №18 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать силу, ловкость. ориентироваться в пространстве. Воспитывать самостоятельность, дружеские взаимоотношения.	Ходьба на носках, бег в колонне по одному Игры		Большие мячи
13	Занятия №19, 20	Развивать силу, быстроту, ловкость. Упражнять в ходьбе	Ходьба на носках, на пятках, бег змейкой до 1,5 мин		Равновесие: ходьба по скамейке с мешочком на голове.

		и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Воспитывать желание взаимодействовать друг с другом.	Игровые упражнения. «Проведи мяч» (баскетбольный вариант), «Мяч водящему», «Не попадись». Игровое упражнение с прыжками		Метание: подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после отскока, отбивание мяча о пол одной рукой на месте.
14	Занятие №21 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ориентировку в пространстве, ловкость в беге. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег в рассыпную. ПИгры.		Выносной материал для игр
15	Занятия №22, 23	Повторить ходьбу с изменением темпа движения. Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель. Упражнять в равновесии.	Ходьба на носках, на пятках, «гусиным» шагом легкий бег, бег в среднем темпе. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м (4—5 раз). Лазанье - подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола (3—4 раза). Равновесие — ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс, голову и спину держать прямо (2—3 раза).		Обручи разных размеров
16	Занятие №24 Подвижные игры на свежем воздухе	Учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.	Ходьба и бег в рассыпную. ПИ по желанию детей		Выносной материал
17	Занятия №25, 26	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. Воспитывать настойчивость, самостоятельность.	Ходьба и бег между кубиками на носках, на пятках, легкий бег, быстрый. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге (расстояние 3—4 метра). Повторить два раза. Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах, расстояние между ними 2—2,5 м..	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег в рассыпную, ведение мяча, ползание по гимнастической скамейке, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ходьба по канату,	Кубики разных размеров, мячи, гимнастическая скамья

18	Занятие №27 Подвижные игры на свежем воздухе	Учить ориентироваться в пространстве. Развивать силу, ловкость.	Ходьба на носках, бег в колонне по одному. П/игры.	перебрасывание мяча друг другу, прыжки, игры в волейбол, перестроение в шеренгу, колонну, ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку	
19	Занятия №28, 29	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии. Развивать координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. Воспитывать настойчивость, самостоятельность, активность, умение взаимодействовать друг с другом.	Ходьба на носках руки вверх; на пятках руки за голову в полуприседе, руки на поясе. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг (2—3 раза). Прыжки по прямой (расстояние 2 м) — два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, и так до конца дистанции. В свою колонну вернуться шагом (2—3 раза). Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах на расстоянии 3 метров одна от другой.		Гимнастическая скамейка, мячи
20	Занятие №30 Подвижные игры на свежем воздухе	Воспитывать у детей желание участвовать в играх. Развивать быстроту и ловкость.	«Мяч о стенку» «Поймай мяч» «Не задень» П/Игры «Мышеловка», «Угадай по голосу»	Выносной материал	
21	Занятия №31, 32	Развивать внимательность, силу, ловкость. Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимна- стической скамейке и ведении мяча между предметами. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	Ходьба на носках, на пятках, легкий бег спиной вперед. Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно, на расстояние 4—5 метров. Повторить 2—3 раза. Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков), повторить 2—3 раза. ЗВедение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4—5 метров), повторить 2—3 раза.	Мячи, предметы, гимнастическая скамейка	
22	Занятия №33 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	Игровые упражнения «Мяч водящему», «По мостику», «Ловишки с ленточками», «Затейники»	Выносной материал	

		Ориентироваться в пространстве, развивать силу, ловкость			
23	Занятия №34, 35	Развивать ловкость и быстроту. Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами. Воспитывать активность, умение взаимодействовать друг с другом.	Ходьба на носках, на пятках с высоким подниманием колен, бег спиной вперед, змейкой. Равновесие: ходьба на носках между кеглями. Прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 метра), повторить 2 раза. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг). Ведение мяча в ходьбе (диаметр мяча 6—8 см), повторить 2 раза.		Мячи, гимнастическая скамейка
24	Занятие №36 Игры - эстафеты на улице	Развивать смекалку, быстроту, ловкость. Воспитывать ведущую роль в игре-эстафете, осознанно относиться к выполнению правил игры.	Эстафеты		Выносной материал
25	Занятия №37, 38	Развивать ловкость. Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. Воспитывать усердие.	Ходьба на носках с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, дыхательные упражнения, быстрый бег, легкий бег змейкой. Ходьба по наклонной доске, прямо, руки в стороны, переход на гимнастическую скамейку. Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки на двух ногах, между набивными мячами (общая дистанция 4 м). Переброска мячей (диаметр 20-25 см) друг другу в парах произвольным способом (по выбору детей). Игра «Сделай фигуру»	Владеет соответствующими возрастными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу, лазание разными способами, перебрасывание мяча друг другу, ходьба по гимнастической скамейке, ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание)	Доска, мячи, кегли
26	Занятие № 39 Подвижные игры на улице	Развивать ловкость координацию движений, глазомер. Разучить игровые упражнения с бегом	Игры «Не задень», «Мороз Красный нос»		

		и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.		
27	Занятия №40,41	Развивать двигательные навыки и способности. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. Воспитывать упорство и усердие.	Ходьба и бег врассыпную, бег змейкой, дыхательные упражнения. Прыжки правым, левым боком. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге (расстояние 5 м); повторить 2—3 раза. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание на четвереньках между предметами. П/И «Удочка», «Не оставайся на полу»	Мячи, флажки
28	Занятие №42 Подвижные игры на свежем воздухе с мячами	Развивать ориентировку в пространстве, ловкость в беге. Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель. Воспитывать самостоятельность и упорство.	«Метко в цель». «Кто быстрее до снеговика», «Пройдем по мосточку», «Мороз Красный нос»	Мячи
29	Занятия №43, 44	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Развивать ловкость и глазомер. Воспитывать интерес к занятиям.	Ходьба на носках, на пятках; в полуприседе, с высоким подниманием колен, бег спиной вперед. Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах (двумя руками снизу), с расстояния 2,5 м. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки (хват рук с боков), 2—3 раза. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на пояс), 2—3 раза. «Охотник и зайцы», «Летает – не летает»	Мячи, гимнастическая скамейка
30	Занятие № 45 Подвижные игры на улице	Учить детей самостоятельно организовывать знакомые		

		подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.			
31	Занятия №46, 47	Развивать ловкость и быстроту. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. Воспитывать смелость.	Обычная ходьба, подскоки, дыхательные упражнения, бег сильным захлестыванием ног назад. Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек (2-3 раза). Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы (кубики, набивные мячи) Прыжки на двух ногах между предметами (расстояние между предметами 40 см). П/И «Хитрая лиса»		Флажки
32	Занятие №48 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ориентировку в пространстве, ловкость в беге. Упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель. Воспитывать интерес к подвижным играм.	П/И «Смелые воробышки», «Метко в цель»		
33	Занятия №49, 50	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их. Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Воспитывать усердие.	Обычная ходьба, подскоки, дыхательные упражнения, бег сильным захлестыванием ног назад. Равновесие — ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м) 2-3 раза. Метание — броски мяча в шеренгах.	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание, ползание под дугами, пролезание в обруч, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, лазание, ходьба, прыжки, ведение мяча); проявляет активность при участии в подвижных играх	Мячи, кубики, доска
34	Занятие №51 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ориентировку в пространстве, ловкость в беге. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Первая группа детей, разбившись на пары (катают друг друга на санках. Вторая группа выполняет шаги на лыжах вправо и влево Игры «Сбей кеглю» Метают снежки		Санки, лыжи, кегли
35	Занятия №52,53	Развивать силу, ловкость.	Ходьба на носках; на пятках; с высоким		Мячи, дуги

		<p>Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.</p> <p>Воспитывать усердие.</p>	<p>подниманием колен; гусиным шагом, бег в разных направлениях. 1. Прыжки в длину с места (расстояние 40 см), повторить 6-8 раз.</p> <p>Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч.</p> <p>Броски мяча вверх.</p> <p>П/И «Кто быстрее добежит до флажка»</p>	
36	Занятие №54	<p>Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>Продолжать учить ходить на лыжах ступающим шагом за ведущим в умеренном темпе.</p> <p>Воспитывать старание, усердие.</p>	<p>Ходьба на лыжах, упражнять в метании снежков на дальность</p>	Лыжи
37	Занятия №55, 56	<p>Развивать ловкость, быстроту.</p> <p>Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.</p> <p>Воспитывать дружеские отношения с друг с другом.</p>	<p>Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; гусиным шагом, бег в разных направлениях.</p> <p>Прыжки в длину с места (расстояние 50 см), 8-10 раз.</p> <p>Переползание через предметы (гимнастическая скамейка) и подлезание под дугу в группировке.</p> <p>Перебрасывание мячей (большого диаметра) друг другу, двумя руками снизу, расстояние между детьми 2,5 м.</p> <p>П/И «Совушка»</p>	Шнуры для ОРУ, мячи
38	Занятие №57	<p>Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>Продолжать учить ходить на лыжах скользящим шагом за ведущим в умеренном темпе.</p> <p>Воспитывать старание, усердие.</p>	<p>Ходьба и бег в умеренном темпе, броски снежков в цель.</p> <p>Ходьба скользящим шагом на лыжах за инструктором.</p> <p>Бег между снежными постройками.</p>	Лыжи
39	Занятия №58, 59	<p>Учить выполнять задания по сигналу инструктора.</p> <p>Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.</p>	<p>Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; гусиным шагом, бег в разных направлениях.</p> <p>Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах, расстояние между детьми 3 м.</p> <p>Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке.</p> <p>Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки</p>	Мячи, предметы

			на пояс.		
40	Занятие № 60	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах за инструктором. Повторить игровые упражнения с бегом и бросании снежков. Воспитывать активность и усердие.	Передвижение на лыжах скользящим шагом		Лыжи
41	Занятия №61, 62	Развивать ловкость, смелость. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Воспитывать усердие и настойчивость.	Ходьба на носках, на пятках, в чередовании с обычной ходьбой; бег на скорость. Лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз (2 раза); 2Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой (2 раза). Прыжки через шнуры (6—8 штук) на двух ногах без паузы; расстояние между шнурами 50 см (2—3р). Ведение мяча до обозначенного места.		Мячи, шнуры
42	Занятие №63	Развивать глазомер, ловкость. Продолжать учить ходить на лыжах скользящим шагом за ведущим в умеренном темпе. Воспитывать старание, усердие.	Ходьба и бег между ледяными постройками в среднем темпе за ведущим. Шаги на лыжах вправо и влево переступанием		Лыжи
43	Занятия №64, 65	Развивать ловкость и быстроту. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Обычная ходьба, подскоки, дыхательные упражнения, бег сильным захлестыванием ног назад. Ходьба по гимнастической скамейке (ширина 20 см, высота 30 см), руки в стороны (2-3 раза). Прыжки через бруски (6—8 шт., высота бруска до 10 см) без паузы (2-3 раза). Бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы (5—6 раз).		Мячи, гимнастическая скамейка, флажки
44	Занятие №66 На свежем	Развивать быстроту и ловкость.	Ходьба и бег между ледяными постройками в		Лыжи

	воздухе	Продолжать учить передвигаться скользящим шагом. Воспитывать интерес к занятиям.	среднем темпе за ведущим. на лыжах вправо и влево переступанием. Игровые упражнения. «Точный пас», «По дорожке».	
45	Занятия №67, 68	Развивать ловкость, выносливость. Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча об пол. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба на носках, на пятках, бег змейкой до 1,5 мин Прыжки в длину с места (расстояние 50 см), 8-10 раз. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м), 2-3 раза. Лазанье — подлезание под дугу (высота 40 см), не касаясь руками пола, в группировке, 2—3 раза.	Мячи, дуги
46	Занятие №69 На свежем воздухе	Развивать меткость, ловкость. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег змейкой между ледяными постройками. Игровые упражнения с бегом, прыжками и метание снежков на дальность	Выносной материал
47	Занятия №70, 71	Развивать физические навыки и способности. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении. 1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) с расстояния 2,5 м (5-6 раз). Подлезание под палку (шнур) (высота 40 см), 2-3 подряд. Перешагивание через шнур (высота 40 см).	Мешочки, шнур
48	Занятие №72 На свежем воздухе	Развивать меткость, ловкость. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег змейкой между ледяными постройкам на санках. Игровые упражнения с бегом, прыжками и метание снежков на дальность	
49	Занятия №73, 74	Развивать смелость, ловкость. Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; гусиным шагом, бег в разных направлениях. Лазанье на гимнастическую стенку	Мячи

		пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. Воспитывать самостоятельность.	разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой в среднем темпе (2—3 раза). Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места (дистанция 6 м), 2—3 раза. 4Отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант, большого диаметра) на расстояние 8 м.	
50	Занятие №75	Развивать ловкость, смелость, глазомер. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег змейкой между ледяными постройками катание на санках с горки Игровые упражнения с бегом, прыжками и метание снежков на дальность	Санки
51	Занятия №76, 77	Развивать ловкость, глазомер. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; гусиным шагом, бег в разных направлениях. 1. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс (2—3 раза). Прыжки из обруча в обруч (обручи лежат на полу на расстоянии 40 см один от другого), 2—3 раза. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами.	Обручи, мешочки
52	Занятие №78 На свежем воздухе	Развивать ловкость, быстроту, меткость. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Воспитывать интерес к занятиям.	П/И «Кто дальше», «Точный пас», «Мороз Красный нос»	Выносной материал
53	Занятия №79, 80	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании	Обычная ходьба, подскоки, дыхательные упражнения, бег сильным захлестыванием ног назад. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс, 2—3 раза. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—6	Шнур, канат, мешочки

		мяча. Развивать ловкость и глазомер. Воспитывать усердие, самостоятельность.	штук), положенные в ряд, 3 раза. Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол (10-12 раз).	
54	Занятие №81	Воспитывать у детей стремление участвовать в играх	Подвижные игры по желанию детей.	
55	Занятия №82, 83	Развивать смелость, ловкость, быстроту. Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; гусиным шагом, бег в разных направлениях. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс, 2—3 раза. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—6 штук), положенные в ряд, 3 раза. Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол (10-12 раз).	Платочки, мячи
56	Занятия №84	Учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.	Ходьба и бег по сигналу инструктора Подвижные игры с мячами	Мячи
57	Занятия №85, 86	Развивать ловкость, быстроту, смелость. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Обычная ходьба, подскоки, дыхательные упражнения, бег сильным захлестыванием ног назад. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, 2-3 раза. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться крутом и пройти дальше. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге, 2-3 раза	Платочки, гимнастическая скамейка, обручи
58	Занятие №87	Развивать быстроту, глазомер, ловкость. Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. Воспитывать самостоятельность.	Игровые упражнения. «Ловкие ребята» «Кто быстрее» (эстафета с прыжками)	
59	Занятия №88, 89	Развивать физические качества.	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен;	Платочки, шнур, мешочки

		Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. Учить метать мешочки в горизонтальную цель, закреплять умение подниматься по гимнастической стенке. Воспитывать самостоятельность.	гусиным шагом, бег в разных направлениях. 1 Лазанье под шнур боком, не касаясь его, 4-6 раз. Метание мешочков в горизонтальную цель (расстояние 3 м). Равновесие — ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой	
60	Занятия №90 На свежем воздухе	Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Воспитывать умение соблюдать элементарные правила	Игровые упражнения. «Канатоходец», «Удочка» — игровое упражнение с прыжками.	Выносной материал для игр
61	Занятия №91,92	Развивать выносливость, ловкость. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег враспынную; ходьба на носках, на пятках. Равновесие: ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах Метание: отбивание мяча о пол правой и левой руками в движении. Лазание: влезание на наклонную лесенку, лазание по гимнастической стенке	Гимнастические палки, обручи, мячи, гимнастическая скамья
62	Занятие №93 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег по кругу. ПИгры по желанию детей	
63	Занятия №94, 95	Развивать смекалку, ловкость. Повторить ходьбу и	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен;	Предметы, гимнастическая скамья, мячи

		<p>бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. Упражнять в ходьбе и беге с чередованием бросание мяча в кольцо. Учить в прыжки через препятствия. Воспитывать самостоятельность.</p>	<p>гусиным шагом, бег в разных направлениях. 1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной (2—3 раз). Прыжки на двух ногах на расстояние 2 м, затем перепрыгивание через предмет, далее прыжки на двух ногах и снова перепрыгивание через предмет. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками (8-10 раз)</p>	
64	Занятие №96 Подвижные игры на свежем воздухе	<p>Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Учить работать в команде. Воспитывать умение соблюдать элементарные правила</p>	<p>Самостоятельные игры детей</p>	
65	Занятия №97, 98	<p>Развивать ловкость, силу, выносливость. Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно. Прыжки правым, левым боком. Прыжки на месте через короткую скакалку, продвигаясь вперед на расстояние 8-ю м; 3 раза. Прокатывание обручей друг другу с расстояния 3 м. Пролезание в обруч. П/И «Удочка»</p>	<p>Скакалка, обручи</p>
66	Занятие №99 Подвижные игры на свежем воздухе	<p>Развивать ориентировку в пространстве развивать ловкость в беге. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Ходьба и бег по сигналу инструктора</p>	<p>Выносной материал</p>
67	Занятия №100,101	<p>Развивать ловкость, быстроту, выносливость. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении</p>	<p>Учить метать мешочки в горизонтальную цель, закреплять умение подниматься по гимнастической стенке произвольным способом, ходьба по гимнастической рейке приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек, 2 раза. Прыжки —</p>	<p>Кубики, мячи</p>

		равновесия и прыжках. Воспитывать усердие.	перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед (расстояние 3-4 м), 2-3 раза. Ходьба на носках между набивными мячами, руки на пояс, 2—3 раза.	
68	Занятия №102 Подвижные игры на свежем воздухе	Учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.	Игры по желанию детей	
69	Занятия №103,104	Развивать физические качества. Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. Воспитывать усердие и самостоятельность.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, разложенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расстояние 4 м) до флажка (2—3 раза). Броски мяча (диаметр 8-10 см) о стену с расстояния 2 м одной рукой, ловля мяча двумя руками.	Мячи, флажки, гимнастическая скамейка
70	Занятие №105 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ориентировку в пространстве развивать ловкость в беге. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Игровые упражнения. «Проведи мяч» «Пас друг другу» «Отбей волан»	Мячи, воланы
71	Занятия №106,107	Развивать ловкость, быстроту. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба на носках с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, дыхательные упражнения, быстрый бег, легкий бег змейкой. Прыжки в длину с разбега (5-6 раз). Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; 5-6 раз. Лазанье под дугу (обруч), 5-6 раз.	Предметы, кубики, мячи, обручи
72	Занятие №108 Эстафета между двумя командами	Развивать быстроту, ловкость. Учить выполнять ведущую роль в игре-эстафете,	Эстафета между двумя командами	Материал для эстафет

		осознанно относиться к выполнению правил игры. Воспитывать командный дух.		
--	--	---	--	--

Подготовительная группа

№ п/п	Тема занятий	Программное содержание	Организованная образовательная деятельность (различные виды деятельности) по направлениям	Планируемые результаты интегративных качеств	Материал и оборудование литературно – музыкального сопровождения
1	Занятия №1, 2	Развивать точность движений при перебрасывании мяча. Упражнять в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу, в сохранении равновесия, правильной осанки при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать старание и усердие.	Ходьба по гимнастической скамейке приставляя пятку к носку. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета». Перебрасывание мяча друг другу из-за головы двумя руками. П/и «Медведи и пчелка». «Гномик».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Гимнастическая скамейка, мячи, шнуры, мешочки
2	Занятие №3 Подвижные игры с мячом на свежем воздухе	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий. Развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий – перепрыгивание через бруски, положенные на расстоянии трех шагов ребенка (два шага в беге и на третий шаг перепрыгивание) (4–5 брусков; высота бруска 6—10 см). Игровые упражнения «Перебрось – поймай». Дети строятся в две шеренги, расстояние между шеренгами 4 м. В руках игроков одной шеренги мячи (диаметр 10–12 см). По сигналу воспитателя дети перебрасывают мячи двумя руками из-за головы через шнур, натянутый на высоте поднятой вверх руки ребенка. Игроки другой шеренги ловят мячи после отскока от пола (земли). «Не попадись».	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.	Мячи, кегли

			Подвижная игра «Фигуры».		
3	Занятия №4, 5	Развивать ловкость, быстроту. Упражнять в ходьбе, беге колонной по одному, закрепить упражнения на скамейке, упражнять в прыжках, перебрасывании мяча.	Ходьба по гимнастической скамейке с хлопком под коленом. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с места. П/и «Бабка Ежка», «Разминка».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Скамейка, мячи, ориентиры, набивные мячи
4	Занятие №6 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты). Развивать точность броска; упражнять в прыжках.	Ходьба в колонне по одному; перестроение в колонну по два в движении; бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты). Игровые упражнения «Кто самый меткий?» «Перепрыгни – не задень». Подвижная игра «Совушка».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Мячи, веревка
5	Занятия №7,8	Упражнять в равновесии, соблюдении дистанции. Развивать координацию движений в прыжках, закрепить упражнения с мячом и лазании под шнур.	«Тигры бегут по дорожке» Бег врассыпную медленно 150 м. «Самый быстрый тигр». Бег нас скорость 30 м. «Тигры играют в мяч». Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. П/и «Цепи кованые», «Водяной».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Флажки, мячи, шнур, ориентиры
6	Занятие №9 Подвижные игры на свежем воздухе	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя. Развивать точность в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию воспитателя; бег, перепрыгивая через предметы, поставленные по двум сторонам зала; переход на ходьбу. Игровые упражнения «Успей выбежать». «Мяч водящему». Подвижная игра «Не попадись».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Мячи
7	Занятия №10,11	Упражнять в ходьбе, беге с четким фиксированием поворотов. Развивать ловкость	Ползание по гимнастической скамейке на животе. Спрыгивание с высоты (40 см). Прыжки через	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной	Мячи, скамейка, ориентиры, гимнастические палки

		в упражнениях с мячом, координацию в заданиях на равновесие. Закрепить ползание по скамейке	гимнастические палки, положенные на пол. П/и «Кот Васька и мыши», «Подснежник».	активности	
8	Занятие №12 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать быстроту. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; бег в умеренном темпе (продолжительность до 2 минут); персход на ходьбу. Игровые упражнения «Лягушки», «Не попадись». Подвижная игра «Ловишки с ленточками». Игра «Эхо».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Ленточки
9	Занятия №13,14	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу, в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, в равновесии при ходьбе по канату приставным шагом, закрепить прыжки через шнур. Воспитывать выносливость.	Ходьба по канату приставным шагом. Прыжки попеременно правой и левой ногами через шнуры, положенные на пол. П/и «Котята», «Гномик».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Гимнастические палки, скамейка, шнур, обручи, ориентиры
10	Занятие №15 Подвижные игры на свежем воздухе	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Ходьба в колонне по одному между кеглями, стараясь не задеть их, ходьба, с перешагиванием попеременно правой и левой ногой через шнуры; бег с перепрыгиванием через бруски (кубики). Игровые упражнения «Мяч о стенку». Играющие выстраиваются перед стеной (заборчиком) и бросают мяч о стену, ловя его после отскока от земли (с хлопком, приседанием и т.д.). «Будь ловким». Прыжки на двух ногах между предметами (кубики, набивные мячи). Подвижная игра «Мышеловка». Игра малой подвижности «Затейники».	Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Кегли, шнуры, кубики
11	Занятия №16,17	Закрепить навыки	.Ходьба с выполнением	Ребенок технически	Кегли (кубики),

		<p>ходьбы, бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре и прыжках. Развивать ловкость в упражнении с мячом. Воспитывать самостоятельность.</p>	<p>упражнений для рук и ног. Медленный бег. Комплекс ОРУ. «У медведя дом большой». П/и «Кто быстрее до предмета».</p>	<p>правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.</p>	<p>стойки, скамейка, мячи, шнур</p>
12	<p>Занятие №18 Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>Развивать ловкость, быстроту. Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом. Воспитывать старание, смелость.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу (птицы, лягушки, зайчика). Игровые упражнения «Не задень». Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.</p>	
13	<p>Занятия №19,20</p>	<p>Упражнять в ходьбе, беге с изменением направления движения, отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Развивать силу, ловкость, быстроту. Воспитывать доброжелательно отношение друг к другу.</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть. Прыжки вверх из глубокого приседа. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. П/и «Бабка Ежка», рел. «Десять мух».</p>	<p>У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности</p>	<p>Набивные мячи, бруски, бубен, обручи, скамейка гимнастическая</p>
14	<p>Занятие №21 Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.</p>	<p>Подвижная игра «По местам»</p>	<p>Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	
15	<p>Занятия №22,23</p>	<p>Упражнять в</p>	<p>Ходьба по гимнастической</p>	<p>Ребенок технически</p>	<p>Скамейка, мячи,</p>

		<p>ходьбе, беге с выполнением заданий, ведение мяча, ползании по скамейке, сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры. Развивать ловкость, глазомер. Воспитывать усердие.</p>	<p>скамейке, хлопок под коленом на шаг. Прыжки через скакалку. Отбивание мяча попеременно правой и левой рукой. П/и «Медведь и пчелы», «Дровосеки».</p>	<p>правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.</p>	<p>Ориентиры</p>
16	<p>Занятие №24 Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>Развивать ловкость, быстроту. Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.</p>	<p>Ходьба с изменением направления движения по обозначенным ориентирам; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя выполнение поворотов прыжков направо (налево); ходьба и бег врассыпную. Игровые упражнения «Передай мяч», «С кочки на кочку»</p>	<p>Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	<p>Предметы для ориентира</p>
17	<p>Занятия №25, 26</p>	<p>Уметь выполнять упражнения под музыку, закрепить навык ходьбы, бега со сменой темпа движений, упражнять в беге врассыпную, в ползании с опорой на колени и ладони, равновесии. Развивать ловкость, внимание. Воспитывать самостоятельность.</p>	<p>Ходьба врассыпную, по сигналу построиться в колонну друг за другом. Медленный бег. Ходьба по бревну руки в стороны. Прыжки на месте на двух ногах. П/и «Найди себе пару».</p>	<p>У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности</p>	<p>Скамейка, мячи, Кегли, бревно</p>
18	<p>Занятие №27 Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>Повторить ходьбу в колонне по одному" с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Развивать смелость. Быстроту.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя «Аист!» остановиться на одной ноге, слегка поджав вторую ногу, руки в стороны; продолжение ходьбы; на сигнал «Лягушки!» присесть, положив руки на колени; на сигнал «Зайки!» прыжки на двух ногах на месте. Бег в умеренном темпе (продолжительность до 1,5 минуты), без остановки, затем пере ход на обычную ходьбу. Игровые упражнения</p>	<p>Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	<p>Атрибуты для игр</p>

			«Пройди — не задень», «Пас на ходу»		
19	Занятия №28, 29	Развивать смелость, ловкость, быстроту, внимание. Закрепить навык ходьбы, бега по кругу. Воспитывать усердие.	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Метание мешочков в вертикальную цель. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из – за головы. П/и «Зайка», «Разминка».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Канат (шнур), шнуры, мячи, стойки (ориентиры)
20	Занятие №30 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную; на сигнал педагога «Цапля!» остановиться и поднять одну ногу, согнутую в колене, руки за голову, удерживая равновесие; переход на обычную ходьбу. На сигнал «Бабочки!» бег врассыпную, помахивая руками «как крылышками». Ходьба и бег проводятся в чередовании. Игровые упражнения «Пройди — не урони». Ходьба «змейкой» между предметами (6-8 кубиков или набивных мячей; расстояние между предметами 1 м) «Из кружка в кружок».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Кубики, набивные мячи
21	Занятия №31, 32	Развивать выносливость, ловкость. Упражнять в ходьбе, беге с изменением направления движений, прыжках из обруча в обруч. Воспитывать самостоятельность.	Прыжки из обруча в обруч (в шахматном порядке). Подлезание под шнур правым и левым боком. Прыжки в высоту с разбега. П/и «Водяной», «Цепи кованные».	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Обручи, мячи, мешочки, ориентиры
22	Занятие №33 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения. Игровые упражнения «Пас на ходу», «Кто быстрее», «Пройди — не урони».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	

23	Занятия №34, 35	Развивать внимание, силу, ловкость. Упражнять в ходьбе, беге змейкой, закрепить ведение мяча, упражнять в лазании под дугу, равновесии.	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Ведение мяча П/и «Медведь и пчелы», «Дровосеки».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Кубики, кегли, мячи, дуги
24	Занятие №36 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас». Развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. Игровые упражнения «Точный пас», «Кто дальше бросит?» Задание: метание снежков на дальность. «По дорожке проскользи».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
25	Занятия №37, 38	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу воспитателя; Бег с перепрыгиванием через предметы Игровое упражнение «Кто, где живет» Прыжки через короткую скакалку Ползание по гимнастической скамейке Броски мяча друг другу стоя в шеренгах. «Горящий мяч» «Чехарда» Хоровод «Большой хоровод»	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Мячи, скакалки, предметы
26	Занятие №39 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».	Игровое упражнение «Между санками». По кругу ставят санки (расстояние между санками 1 м). Ходьба, затем бег в умеренном темпе между санками сначала вправо по кругу, затем влево. Игровые упражнения «Кто быстрее».	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Санки
27	Занятия №40, 41	Развивать ловкость, стойкость, быстроту. Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с	Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками, бег враспынную. Ходьбу и бег повторить в чередовании и с выполнением различных упражнений. ОРУ	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и	Мячи, дуги, кубики

		продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	с кубиками Ведение мяча в прямом направлении Лазанье под дугу Равновесие П.И. «Мы – веселые ребята». П.И. «По местам». «Летает — не летает». Ходьба в колонне по одному.	упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
28	Занятие №42 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать ловкость, стойкость, быстроту. Упражнять в ходьбе и беге. Воспитывать интерес к двигательным действиям.	Игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	
29	Занятия №43, 44	Развивать смелость, быстроту. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие, повторить прыжки на правой и левой ноге. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег в рассыпную Ходьба с изменением направления движения, по сигналу воспитателя выполнение поворотов прыжков направо (налево); ОРУ без предметов Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет Прыжки на двух ногах через шнур Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом Бросание мяча о стенку «Хитрая лиса». Игра малой подвижности «Кем мы будем мы не скажем, а вот действия покажем»	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Шнуры
30	Занятие №45 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	Из снежков (их лепят дети и воспитатель) выкладывается дорожка длиной 3—5 метров (расстояние между снежками 1,5 м). Ходьба и бег между снежками (бег в умеренном темпе); упражнения в ходьбе и беге чередуются. Игровые упражнения «Хоккеисты».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Санки
31	Занятия №46, 47	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге в рассыпную; в сохранении равновесия при	Ходьба и бег с различными положениями рук, бег в рассыпную ОРУ Равновесие Прыжки на двух ногах между предметами	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать	Мячи

		<p>ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p>	<p>Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Подвижная игра «Хитрая лиса». Подвижная игра «Совушка». Ходьба в колонне по одному. «Отгадай загадку и покажи отгадку»</p>	<p>подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	
32	<p>Занятие №48 Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>Повторить ходьбу между постройками из снега. Упражнять в скольжении по ледяной дорожке. Разучить игру «По местам!»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному между постройками из снега; ходьба и бег врассыпную. Игровые упражнения «По ледяной дорожке», «По местам»</p>	<p>Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	
33	<p>Занятия №49, 50</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании эстафету с мячом. Развивать ловкость, быстроту, внимание. Воспитывать интерес к двигательной активности.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на следующий сигнал ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны. ОРУ Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне Ползание по скамейке на ладонях и коленях «Два Мороза». Ходьба в колонне по одному. Самомассаж «Зима»</p>	<p>У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности</p>	<p>Мячи, предметы</p>
34	<p>Занятие №51 Подвижные игры на свежем воздухе</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя. Повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.</p>	<p>«Быстро по местам». По кругу ставят санки (на один меньше количества играющих). Дети выполняют ходьбу между санками «змейкой», затем бег в умеренном темпе, а на сигнал «По местам!» быстро садятся на любые санки. Кто не успел сесть, тот проиграл. Игровое задание повторяется.</p>	<p>Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	<p>Санки</p>

			Игровые упражнения «Точная подача», «Попрыгунчики».		
35	Занятия №52, 53	Повторить ходьбу с изменением темпа движения, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения, бег врассыпную; чередование ходьбы и бега. ОРУ Подбрасывание мяча правой и левой рукой Ползание по гимнастической скамейке на животе Равновесие «Дед Мороз». Ходьба в колонне по одному.	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Мячи
36	Занятие №54 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	«Снежинки». Дети образуют круг. Ходьба по кругу; на сигнал воспитателя «Ветер!» дети-снежинки ускоряют шаг и переходят на бег в умеренном темпе. На сигнал «Ветер стих!» постепенно замедляют движение и останавливаются. «Гонка санок», «Загони шайбу».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Санки, клюшки, шайба
37	Занятия №55, 56	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в прыжках на двух ногах через препятствия.	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу воспитателя в другую сторону; бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя. ОРУ с палкой Ходьба по рейке гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки произвольно. Прыжки через препятствия (набивные мячи) с энергичным взмахом рук. Ведение мяча с одной стороны зала на другую. (Ведение мяча одной рукой по ходу движения). «День и ночь» Ходьба в колонне по одному.	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Гимнастические палки, мячи набивные
38	Занятие №57 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий. Повторить игровые упражнения на	Игра «Фигуры». Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе; бег по всей площадке, на сигнал «Фигуры!» остановиться и показать какую-либо	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен	Санки

		санках, с клюшкой и шайбой.	«фигуру»: птичку, зайчика, спортсмена и др. Игровые упражнения «Гонки санок», «Пас на клюшку».	организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
39	Занятия №58, 59	Развивать ловкость, силу. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий для рук в прыжках в длину с места. Упражнять ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя выполняя задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег враспынную. ОРУ с кубиком Прыжки в длину с места «Поймай мяч». Ползание по прямой на четвереньках «Льдинки, ветер и мороз»»	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Кубики
40	Занятие №60 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет». Повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	Ходьба и бег с выполнением задания «Найди свой цвет». Игровые упражнения «Не попадись». Игра «Белые медведи»	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Разноцветные кубики
41	Занятия №61, 62	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры). Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под шнур. Воспитывать старание.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба с перешагиванием через шнуры. Бег с перепрыгиванием через набивной мяч. Ходьба в рассыпную. ОРУ Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя руками. Лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием кубиков. Подвижная игра «Пингвины на льдине». Ходьба в колонне по одному.	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Мячи, шнур
42	Занятие №63 Подвижные	Повторить упражнения в беге	«Бегуны». Дети становятся на линии старта в шеренгу.	Может оценить усилия других детей,	Атрибуты для игр

	игры на свежем воздухе	на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	По команде «Марш» бег на скорость (дистанция 10 м) (расстояние между детьми не менее двух шагов), повернуться кругом и от линии финиша повторить задание. Игра «Лягушки в болоте».	упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
43	Занятия №64, 65	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения: ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны. ОРУ «Мы спортсмены» Ползание по гимнастической скамейке Равновесие Прыжки через короткую скакалку Эстафета «Тренировка хоккеиста» (бег – перепрыгивание через препятствие – подлезание в обруч) Игра малой подвижности по выбору детей. «Что нам нравится зимой»	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Скакалки, обручи
44	Занятие №66 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в беге, в прыжках. Развивать ловкость в заданиях с мячом.	Игры «Мы — веселые ребята», «Охотники и утки», «Тихо — громко»	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
45	Занятия №67, 68	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. Закреплять навык энергичного отталкивания от	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров» Общеразвивающие упражнения с обручем Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке Броски мяча Прыжки на двух ногах Подвижная игра «Ключи».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Обручи, мячи

		пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча.	Подвижная игра «Два Мороза». Ходьба в колонне по одному. Игра «Из чего сделано» (с мячом)		
46	Занятие №69 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	«Кто скорее до мяча», «Пас ногой», «Ловкие зайчата».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Мяч
47	Занятия №70, 71	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком. Упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч. Развивать меткость, глазомер. Воспитывать усердие.	Ходьба в колонне по одному затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба и бег врассыпную. Общеразвивающие упражнения с палкой. Прыжки. Переброска мячей друг другу. Лазанье пол дугу. Подвижная игра «У солдат порядок строгий». Игра с речевым сопровождением «Игра идёт!» (Мы лётчики, пилоты)	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Мяч. дуги
48	Занятие №72 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. Развивать быстроту, ловкость.	Игры «Салки — перебежки», «Удочка» (с прыжками), «Горелки».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Мяч, атрибуты для игр
49	Занятия №73, 74	Развивать быстроту, ловкость. Повторить ходьбу со сменной темпа движения; упражнять в попеременном	Ходьба в колонне по одному широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу. Подпрыгивания попеременно на правой и	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Мешочки

		подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. Воспитывать интерес к занятиям.	левой ноге в движении Построение в две шеренги. ОРУ Лазанье на гимнастическую стенку Равновесие — ходьба парами «Попади в круг» «Военные на учениях» (эстафета) Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Колонна, круг, шеренга».		
50	Занятие №75 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Игры «Быстро в шеренгу», «Перешагни — не задень», «С кочки на кочку».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Атрибуты для игр
51	Занятия №76, 78	Развивать быстроту, ловкость, силу. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную с нахождением своего места в колонне (в чередовании). ОРУ – игровое упражнение «Уборка» (1,2,3,4 – убираем мы в квартире) Ползание на четвереньках между предметами Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками Прыжки из обруча в обруч Подвижная игра «Стирка» (эстафета). Игра малой подвижности «Кем мы будем, мы не скажем, а вот действия покажем».	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Предметы, обручи
52	Занятие №79 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. Развивать быстроту, ловкость.	«Слушай сигнал». Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поверот!» повернуть в другую сторону и продолжить ходьбу (поворот выполняется без	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и	Мячи

			остановки); бег врассыпную, на сигнал «Стоп»! остановиться. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Игры Пас ногой», «Пингвины».	упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
53	Занятия №80, 81	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками Ходьба и бег врассыпную ОРУ 1. Равновесие 2. Прыжки 3. Эстафета с мячом Подвижная игра «Перенесем мамины покупки». Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности. «Назови ласковой слово для мамы»	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Кубики, кегли
54	Занятие №82 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. Развивать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному; бег в колонне по одному. «Перебежки». Игры «Пройди — не задень», «Кто дальше прыгнет».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Кегли
55	Занятия №83, 84	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. Развивать ловкость. Воспитывать усердие.	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег врассыпную. ОРУ с лентами Прыжки Перебрасывание мяча через сетку Ползание под шнур Подвижная игра «Чей кружок быстрее соберется». Ходьба в колонне по одному. Игра «Веревочка»	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Ленты, мячи
56	Занятие №85 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	Игровые упражнения Игровые упражнения с мячом «Передача мяча в колонне» (передача мяча двумя руками назад); дети стоят в одном шаге друг от друга. Подвижная игра	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать	Мячи

			«Лягушки в болоте» (с прыжками).	подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
57	Занятия №86, 87	Развивать смелость, ловкость, быстроту. Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба на носках ходьба и бег враспынную. ОРУ Метание мешочков Ползание Равновесие Подвижная игра «Гуси лебеди». Ходьба в колонне по одному Игра «Горелки».	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Мешочки
58	Занятие №88 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость. Развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку. Повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	«Пас на ходу». Играющие распределяются на пары и становятся на исходную линию. У одного ребенка в паре мяч (большой диаметр). По сигналу педагога дети шагом передвигаются на другую сторону площадки, перебрасывая мяч друг другу в ходьбе (дистанция 10 м). Побеждает пара, быстро и без потери мяча справившаяся с заданием. Повторить 2-3 раза. «Брось — поймай»	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Мячи
59	Занятия №89, 90	Развивать смелость, быстроту, смекалку. Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Воспитывать усердие.	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу педагога. Общеразвивающие упражнения без предметов Лазанье на гимнастическую стенку Равновесие Прыжки на правой и левой ноге Подвижная игра «Горшки». Игра малой подвижности «Ярмарка».	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	
60	Занятие №91 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать самостоятельность в выборе игр. Воспитывать доброжелательное	Игры по желанию детей	Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой	

		отношение друг к другу.		сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
61	Занятия №92, 93	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Воспитывать самостоятельность.	Игровое упражнение «Быстро возьми». ОРУ Равновесие Прыжки на двух ногах Переброска мячей в шеренгах Подвижная игра «Хитрая лиса». Ходьба в колонне по одному Игра малой подвижности «Весна пришла» (стучат все громче дятлы)	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Мячи
62	Занятие №94 Подвижные игры на свежем воздухе	Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий. Повторить упражнения с мячом, в прыжках. Развивать быстроту, ловкость, силу.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен (как петушки) в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на поясе (как мышки) в чередовании; бег враспынную. Игровые упражнения «Ловкие прыгуны», «Проведи мяч».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Мячи
63	Занятия №95, 96	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. Развивать меткость, быстроту. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Ходьба и бег в колонне по одному с изменением направления; ходьба и бег враспынную. ОРУ (1,2 стоит ракета, 3,4 скоро взлет) Прыжки в длину с разбега. Броски мяча друг другу в парах. Ползание на четвереньках Подвижная игра «Звездочка». (В небе звездочки блестят) Ходьба в колонне по одному. Пальчиковая гимнастика «Планеты Солнечной системы» (По порядку все планеты назовёт из вас...)	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Мячи
64	Занятие №97 Подвижные игры на свежем воздухе	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом. Упражнять в заданиях с мячом. Развивать физические качества.	«По местам». Дети строятся в три колонны. Воспитатель ставит перед каждой колонной цветной кубик. По сигналу все разбегаются. На сигнал «По местам!» быстро построиться, найдя	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и	Кегли, мячи

		Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	свое место в колонне. Игры «Кто быстрее», «Пас ногой», «Кто выше прыгнет».	упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
65	Занятия №98, 99	Развивать меткость. Глазомер. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. Воспитывать усердие.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, ходьба и бег в рассыпную. Общеразвивающие упражнения Метание мешочков на дальность Ползание по гимнастической скамейке Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки на двух ногах Подвижная игра «Ловиши». «Ау-ау-аукаем, Весну приаукиваем» Ходьба в колонне по одному.	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Мешочки, гимнастическая скамья
66	Занятие №100 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать самостоятельность в выборе подвижных игр. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Игры по выбору детей	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	
67	Занятия №101, 102	Развиваем смелость, силу, выносливость. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. Воспитываем старательность.	Игровое задание «По местам» ОРУ Бросание мяча в шеренгах. Прыжки в длину с разбега. Равновесие Подвижная игра «Салки с ленточкой». Ходьба в колонне по одному.	У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности	Мячи
68	Занятие №103	Развивать сноровку,	Игры «Не промахнись».	Может оценить	Обруч, мешочки,

	Подвижные игры на свежем воздухе	силу, ловкость, глазомер, меткость. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.	Дети выстраиваются в 2—3 круга, у каждого в руках два мешочка. В центре каждого круга на расстоянии 2,5 м от детей лежит обруч. По сигналу воспитателя дети бросают мешочки в цель (обруч), стараясь попасть в него. «По мостику». Из шнуров или реек выкладывается дорожка (ширина 15—20 см). Воспитатель предлагает детям пройти по ней на носках, руки на пояс, с сохранением устойчивого равновесия и правильной осанки (2—3 раза).	усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	шнуры
69	Занятия №104, 105	Развивать физические качества. Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег в рассыпную. Общеразвивающие упражнения с лентами Равновесие Прыжки с ноги на ногу Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока Подвижная игра «Салют». Ходьба в колонне по одному	Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.	Ленты, мячи
70	Занятие №106 Подвижные игры на свежем воздухе	Развивать физические качества. Учить работать в команде. Воспитывать командный дух.	«Канатоходец». Играющие (первая группа) строятся в две колонны. От линии старта на расстоянии 3 м обозначается линия финиша и ставятся два предмета (кегля, кубик). В руках у игроков, стоящих первыми в колоннах, по мешочку (с песком). По сигналу воспитателя дети кладут мешочки на голову, руки в стороны и передвигаются быстрым шагом. Дойдя до линии финиша, берут мешочек в руки, огибают предмет и бегом возвращаются в свою колонну, передают мешочек следующему игроку и встают в конец своей колонны. «Удочка» — игровое упражнение с прыжками. Эстафета с мячом «Быстро передай».	Может оценить усилия других детей, упорен в достижении своей цели положительного результата. Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.	Канат, мешочки, мячи
71	Занятия №107,	Развивать	Ходьба в колонне по	Ребенок технически	Гимнастические

108	<p>скоростные качества, ловкость. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в прыжках в высоту. Воспитывать упорство, усердие.</p>	<p>одному Ходьба и бег враспынную. Общеразвивающие упражнения с палками Лазанье по гимнастической Равновесие Прыжки на двух ногах между кеглями Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Не оставайся на земле». Игра малой подвижности «Летает — не летает».</p>	<p>правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность. Необходимые усилия.</p>	палки
-----	---	--	---	-------

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Автор составитель	Наименование издания	Издательство	Год издания
Вареник Е. Н., Кудрявцева С. Г., Сергиенко Н. Н.	Занятия по физкультуре с детьми 3–7 лет: Планирование и конспекты.	М.: ТЦ «Сфера»	2009
Вареник Е. Н.	Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5–7 лет	М.: ТЦ «Сфера»	2009
Воронова Е. К.	Формирование двигательной активности детей 5 – 7 лет: игры – эстафеты	Волгоград: Учитель	2012
Пензулаева Л. И.	Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.	М.: Мозаика Синтез	2010
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа	М.: Мозаика Синтез	2014
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Средняя группа	М.: Мозаика Синтез	2014
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Старшая группа	М.: Мозаика Синтез	2014
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа	М.: Мозаика Синтез	2014
Подольская Е.И.	Необычные физкультурные занятия для дошкольников	Волгоград: Учитель	2011
Подольская Е.И.	Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет	Волгоград: Учитель	2012
Степаненкова Э. Я.	Методика проведения подвижных игр.	М.: Мозаика Синтез	2008
Степаненкова Э. Я.	Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет.	М.: Мозаика Синтез	2013

Утробина К.К.	Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-4 лет	М.: ГНОМ и Д	2003
Ковалько В. И.	Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы).	М.: ВАКО	2005
Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А..	Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ.	СПб.: Детство – пресс	2012
Новикова И. М.	Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников.	М.: Мозаика-Синтез	2010
Полтавцева Н. В., Стожарова М. Ю., Краснова Р. С., Гаврилова И. А.	Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни.	М.: ТЦ Сфера	2012

**Материально-техническое обеспечение образовательной области
«Физическое развитие»**

Тип оборудования	Наименование	Количество, шт
Технические средства обучения	Музыкальный центр	1
Учебно-наглядные пособия	Плакат «Спорт» для изучения видов спорта.	1
	Набор карточек «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием.	1
	Дид. картинки «Азбука здоровья» для ознакомления детей с основами ЗОЖ.	1 набор
	Дидактическая игра «Мир спорта» (виды, схемы, инвентарь и пр.).	1 набор
	Дидактическая игра «Команда чемпионов» для ознакомления с видами спорта.	1
	Наглядно-дид. пособия «Овощи», «Фрукты» для применения на праздниках на тему «Осень»	2 набора
Пособия для изучения видов спорта	Ракетки для бадминтона	6
	Мяч волейбольный	2
	Мяч футбольный	2
	Мяч баскетбольный	6
	Баскетбольные щиты с кольцами	2
Пособия для подвижных игр	Маски	6
	Накидки	2
	Колокольчики	5
	Ленточки	20
	Платочки и др.	20
Для ходьбы, бега и равновесия	Скамейки гимнастические	4
	Бревно гимнастическое напольное	2

	Доска с ребристой поверхностью	4
	Коврик, дорожка массажные, со следочками	4
	Кубы деревянные	6
Для прыжков	Скакалки	24
	Обруч малый	20
	Шнур длинный гимнастический	2
Для катания, бросания, ловли	Кегли (наборы)	2
	Мешочек с грузом малый	25
	Мяч резиновый	25
	Мяч для мини-баскетбола	5
	Кольцеброс (набор)	2
Для ползания и лазанья	Гимнастическая стенка	4
	Дуги для подлезания	4
	Модули	2
	Канат	2
Для общеразвивающих упражнений	Кубики	30
	Лента цветная (короткая)	25
	Мяч массажный	25
	Мяч малый	25
	Мяч средний	25
	Мяч большой	25
	Палка гимнастическая короткая	25
	Гантели детские	25
Нетрадиционное (нестандартное)	Массажеры для рук	25
	Эспандер ручной	25
	Султанчики и т.д.	50