

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
общеразвивающего вида «Июсский детский сад «Малышок»

Принято на педсовете
Протокол № 1 от 30.08 2022г.

Утверждаю
Заведующая МБДОУОВИДС «Малышок»
Вайгандт О.А. 
Приказ № 55 от 30.08 2022г.



Рабочая программа
Физического развития детей
(1,5-7 лет)

Разработала:
Меркель Т. И.

Пояснительная записка

Рабочая программа физического развития детей с 1,5 -7 лет разработана в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования МБДОУОВИДС «Малышок» на основе локального акта ДООУ «Положение о рабочей программе педагога».

Отношения к сфере дошкольного образования при реализации образовательных программ регулируются теперь на основании Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее - ФГОС ДО), основная миссия которого - преемственность целей, задач и содержание различных уровней образования при сохранении уникальности и самоценности дошкольного детства как важного социально значимого этапа в жизни человека.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия, активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); работа с семьей. Содержание занятий зависит от темы проекта или темы недели. Продолжительность занятий физическими упражнениями определяется в зависимости от возраста. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной, ритмичной, легкой ходьбе, бегу, умению прыгать с места и с разбега, разным видам метания, лазанья, движений с мячами. Дети обучаются четко, ритмично, в определенном темпе выполнять различные физические упражнения по показу и на основе словесного описания, а также под музыку.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

В физическом развитии большое место отводится физическим упражнениям, которые проводятся в игровой форме и подвижным играм. В программу старшей и подготовительной к школе групп, включено обучение детей отдельным спортивным упражнениям и элементам спортивных игр (баскетбола, футбола, хоккея, бадминтона, настольного тенниса; игр в городки, кегли и др.).

Программа «Малыши - крепыши» разработана в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования и основными положениями Профессионального стандарта педагога. Программа построена на использовании индивидуально дифференцированного подхода к каждому ребенку, в том числе с нарушениями развития. В основу Программы положен системно - деятельностный подход, создающий условия для формирования общей культуры личности детей: ценностей здорового образа жизни, развития физических

качеств, совершенствования двигательных навыков, воспитания инициативности и самостоятельности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности. В основе системно - деятельностного подхода лежит представление о том, что развитие всех сторон личности ребенка определяется характером организации его деятельности.

Цель программы - полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

1. Охрана и укрепление здоровья детей
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств
3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
5. Обеспечение физического и психического благополучия.

Для решения задач физического воспитания детей в детском саду используются следующие педагогические средства: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, физкультурные развлечения, спортивные праздники и досуги.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание и движение (гимнастики, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия).

Кроме того задачи, направленные на физическое развитие детей решаются индивидуально, в других видах деятельности, проводимые воспитателем в группе (динамические паузы, малоподвижные игры и др.).

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия. В детском саду имеется музыкально-спортивный зал для занятий. Всё это повышает интерес малышей к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет детям упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Методы и формы организации работы по физическому воспитанию Методы организации работы по физическому воспитанию

Основными методами, используемыми в процессе работы с дошкольниками являются:

- Словесный(беседа, объяснение, оценка, команда)
- Игровой метод.
- Наглядный метод (имитация, использование ориентиров).
- Соревновательный.

Формы организации работы по физическому воспитанию

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Подвижные игры
- Физкультминутки
- Спортивные игры
- Спортивные упражнения
- Физкультурные досуги
- **Спортивный праздник** Принципы организации занятий

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в ДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей. **Структура занятий**

В каждой группе проводятся физкультурные занятия, которые имеют свои временные рамки.

Занятия проводятся 3 раза в неделю.

Продолжительность занятий:

Разновозрастная группа 1,5-4 лет — 20 мин.

Разновозрастная группа 4-7 лет -30 мин.

Каждое занятие состоит из:

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части. Она включает в себя основные виды движений.

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

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Формы проведения физкультурных занятий:

1. ^Занятия по традиционной схеме.
2. Игровые занятия (состоящие из подвижных игр).
3. Занятия-тренировки в основных видах движений.
4. Занятия-соревнования.
5. Контрольно-проверочные занятия .
6. Сюжетно занятия.
7. Интегрированные занятия.

Способы, применяемые в образовательной области «Физическая культура»

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в обще развивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданные формы проведения гимнастики данное упражнение (равновесие - ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное - оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями

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

Образовательная область	Задачи
«Социально коммуникативное развитие»»	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
«Художественно эстетическое	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
«Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.
«Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Форма проведения утренней гимнастики.

Двигательная активность у детей в ДОУ начинается с утренней зарядки. Формы проведения гимнастики направлены на развитие основных видов ходьбы и бега, закрепление основных видов движений, а также на повторении и изучении новых подвижных игр.

Содержание работы по освоению образовательной области “Физическая культура”.

Разновозрастная группа с 1,5 - 4 лет:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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

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

Формировать представление том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура

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

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком. Мячей. Диаметр 15- 20 см.

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

Обучать хвату за перекладину во время лазания. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении, при выполнении движений на равновесие.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы « беги », « лови » , « стой » и др. Выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.

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

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, мячами, шарами. Развивать навыки лазания, ползания, ловкость.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила. Согласовывать движения. Ориентироваться в пространстве.

Основные виды движений

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Упражнение на равновесие. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы. Рейки; по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, право» и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; передезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека.

Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

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

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

Развивать умение заботиться о своем здоровье.

Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура.

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

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

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

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей.

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

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 20 минут.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

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

Основные виды движений

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнение на равновесие. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой

доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по Юм; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками : из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному; в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Разновозрастная группа 4-7 лет

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

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

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

Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.

Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

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

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

Раскрыть возможности здорового человека.

Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.

Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

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

Физическая культура

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх- эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнение на равновесие. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80- 120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость:

20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года —30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в-колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку' Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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

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

Учить активному отдыху.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

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

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

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

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

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

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

Упражнять в перелезании с пролета на пролег гимнастической стенки по диагонали.

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

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

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, хоккей, футбол).

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 40 мин.. **Основные виды движений**

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в

колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнение в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.				
Вводная часть	Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу			

	воспитателя.			
ОРУ	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 23	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 24	С мячом Л. И. Пензулаева стр. 25	С кубиком Л. И. Пензулаева стр. 26
Основные виды движений	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Бегите ко мне», «Пойдём в гости»	«Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»
Малоподвижные игры	«Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала».	«Найдем птичку»	«Сорви яблоко»	«Найдем жучка»

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с			

	перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 28	Без предметов Л. И. Пензулаева стр.29	Л. И. Пензулаева стр. 30	На стульчиках Л. И. Пензулаева стр. 31-32
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч»)4 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1Ползание «Крокодилчики» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники» (низкий, высокий)

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1 - 2-я неделя		3 - 4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	С ленточками Л. И. Пензулаева стр. 33	С обручем Л. И. Пензулаева стр. 34	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 36	С флажками Л. И. Пензулаева стр. 37

Основные виды движений	1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.)); 2. Прыжки на двух ногах «Воробышки»	1. Прыжки через «болото»; 2. прокати мяч «точный пас»;	1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов); 2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их. 3. Игровое задание «быстрые жучки» (ползание).	1. Игровое задание «Паучки» (ползание); 2. Упражнение в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«Птички»	«Кот и воробышки»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
Малоподвижные игры	«Найдем птичку»	«Где спрятался цыпленок»	«Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за комаром.

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы	1 - 2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С кубиками Л. И. Пензулаева стр. 39	С мячом Л. И. Пензулаева стр. 40	С кубиками Л. И. Пензулаева стр. 41	На стульчиках Л. И. Пензулаева стр. 42-43
Основные виды движений	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Прыжки со скамейке (высота 20 см.) на мат. 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга; 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.).	1. Ползание подоске с опорой на ладони и колени (игровое упражнение « Жучки на бревнышке»); 2. Упражнение в сохранении равновесии. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику»)

Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Котята и щенята»	«Снежинки-пушинки»	«Птица и птенчики»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика»	«Кошечка крадется»	«Найдем Снегурочку»	«Найдем птенчика»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			

ОРУ	Л. И. Пензулаева стр. 44	С обручем Л. И. Пензулаева стр. 45	С кубиком Л. И. Пензулаева стр. 46	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 47- 48
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия «Пройди не упади» (ходьба по доске ш-15 см. в умеренном темпе, свободно балансируя руками); 2. прыжки на двух ногах с приземлением на полусогнутые ноги «Из ямки в ямку».	1. прыжки на двух ногах между предметами, расположенными на расстоянии 50 см друг от друга; 2. прокатывание мяча между предметами «Зайки -прыгуны».	1. прокатывание мяча друг другу «Прокати – поймай»; 2. ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы «Медвежата».	1. ползание под дугу, не касаясь руками пола; 2. упражнение в сохранении равновесия « По тропинке» (ходьба по доскам – «тропинкам», ширина – 20 см.), свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Коршун и цыплята»	«Птица и птенчики»	«Найди свой цвет»	«лохматый пес»
Малоподвижн ые игры	«Найдем птенчика».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1 - 2-я неделя		3 - 4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	С кольцом Л. И. Пензулаева стр. 50	С малым обручем Л. И. Пензулаева стр. 51	С мячом Л. И. Пензулаева стр. 52	Без предметов Л. И. Пензулаева стр.53
Основные виды	1. упражнения в сохранении	1. прыжки на полусогнутых ногах	1. бросание мяча через шнур двумя руками	1. лазание под дугу в группировке «Под дугу»;

движений	равновесия «Перешагни не - наступи» (перешагивание через шнуры, расстояние между шнурами 30 см.); 2. прыжки из обруча в обруч без паузы (игровые упражнения «С пенька на пенек»).	«Веселые воробушки»; 2. прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками «Ловко и быстро!»	подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола;	2. упражнение в сохранении равновесии (ходьба по доске).
Подвижные игры	«Найди свой цвет»	«К куклам в гости»	«Воробушки и кот»	«Лягушки»
Малоподвижн ые игры	Упражнения «Назови и покажи», (какие спортивные атрибуты есть в группе и как мы играем в них)	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Доктора»	«Назови, кем работают родители» (игра с мячом)

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности

Темы	1-я неделя	2-я неделя	3 - 4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	С кубиком Л. И. Пензулаева стр. 55	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 56	С мячом Л. И. Пензулаева стр. 57-58	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 58-59
Основные виды движений	1. ходьба по доске боком приставным шагом (игровое упражнение «Ровным шагом»); 2. прыжки между предметами змейкой, продвигаясь вперед на двух ногах.	1. прыжки в длину с места (игровое упражнение «В канавку») 2. катание мячей друг другу «Точно в руки»	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками «Брось и поймай»; 2. ползание по скамейке «Муравьишки».	1. ползание на четвереньках в прямом направлении «Медвежата»; 2. упражнение в сохранении равновесия (ходьба по гимнастической скамейке (высота – 25 см.) в умеренном темпе, свободно балансируя руками.

Подвижные игры	Эстафетная игра «Собери набор»	«Подарки»	«Зайка серый умывается»	«Солнечный зайчик»
Малоподвижные игры	«Пузыри в стакане»	«Эхо»	«Найди зайку»	«Воздушный шар»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности			
Темы	1 - 2-я неделя	3-я неделя	4-я/5 -я неделя
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству.			

Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; враспынную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; враспынную между предметами, не задевая их			
ОРУ	На скамейке с кубиками Л. И. Пензулаева стр. 60	Л. И. Пензулаева стр. 61	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 62	С обручем Л. И. Пензулаева стр.63-64
Основные виды движений	1.упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры «Через канавку».	1. прыжки из кружка в кружок с приземлением на полусогнутые ноги; 2. прокатывание мячей «Точный пас»	1. бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; 2. ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	1. ползание на четвереньках между предметами (расстояние между ними 1 м.), не задевая их. 2. упражнение в сохранении равновесии «По мостику» (ходьба по гимнастической скамейке свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Тишина»	«По ровненькой дорожке»	«Мы потопаем ногами»	«Огуречик, огуречик»
Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Ходьба в колонне по одному	«Поезд»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3 - 4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.				
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	С кольцом от кольцеброса Л. И. Пензулаева стр.65	С мячом Л. И. Пензулаева стр. 66	С флажками Л. И. Пензулаева стр. 67	Без предметов Л. И. Пензулаева стр. 68
Основные виды	1. упражнения в сохранении	1. прыжки со скамейке на полусогнутые ноги	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя	1. лазание на наклонную лесенку;

движений	равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 30 см.); 2. прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между ними 30-40см.	«Парашютисты»; 2. прокатывание мяча друг другу.	руками4 2. ползание по скамейке на четвереньках.	2. ходьба по доске руки на пояс
Подвижные игры	«Поймай комара»	«Воробышки и кот»	«Пятнашки с ленточками»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	«Давайте вместе с нами»	«Солнышко лучистое»	«Воздушный шар»

Перспективное планирование от 1,5 до 4 лет.

Месяц неделя	Тема ООД	ООД (различные виды деятельности)
Сентябрь (1неделя)	Ходьба. Равновесие. Ходьба. Ориентировка в пространстве. Ходьба. Прыжки на двух ногах на месте. (на воздухе)	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями сохраняя равновесие. Воспитывать смелость. Закрепить умение ходить по уменьшенной площади опоры сохраняя равновесие: умение ориентироваться в пространстве при ходьбе в разных направлениях. Воспитывать умение играть вместе. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; в прыжках на двух ногах на месте. Воспитывать сдержанность.
Сентябрь (2неделя)	Прокатывание мяча. Прокатывание мяча. Прыжки. Равновесие. Прокатывание мяча. Прыжки. (на воздухе)	Развивать умение действовать по сигналу: энергично отталкивать мяч при прокатывании. Воспитывать интерес к совместным играм. Закреплять умение действовать по сигналу; энергично отталкивать мяч при прокатывании его друг другу. Учить прыжкам на двух ногах вокруг предмета. Воспитывать любовь к физической культуре. Повторить ходьбу и бег в колонне по одному небольшими подгруппами. Упражнять в равновесии, прокатывании мяча и прыжках. Воспитывать дружелюбие.
Сентябрь (3неделя)	Ползание. Ходьба. Бег в колонне по одному. Ползание. Ходьба между предметами «змейкой». Прыжки, прокатывание мяча.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени. Упражнять в ходьбе между предметами «змейкой». Воспитывать смелость. Учить во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя. Повторить упражнения с прыжками. Упражнять в прокатывании мячей. Воспитывать любовь к физической культуре.
Сентябрь (4неделя)	Ходьба и бег.	Продолжать упражнять в ходьбе и беге в заданном направлении. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры. Воспитывать доброжелательность.

	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями. Игровые упражнения с бегом. Упражнения в равновесии. (на воздухе)	Закрепить умение в ходьбе и беге между двумя параллельными линиями. Воспитывать любовь к физической культуре. Повторить игровые упражнения с бегом и упражнения с прыжками. Развивать ловкость. Воспитывать смелость в подвижной игре.
Октябрь (1неделя)	Равновесие. Прыжки через шнур. Равновесие. Прыжки из обруча в обруч. Ловля мяча двумя руками. Ходьба и бег по кругу. (на воздухе)	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры, развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Воспитывать смелость. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках на полусогнутые ноги. Воспитывать любовь к физической культуре. Упражнять в ходьбе и беге по кругу. Учить ловить мяч брошенный воспитателем. Воспитывать отзывчивость.
Октябрь (2неделя)	Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча. Прыжки из обруча в обруч. Проталкивание мяча до ориентира. Ходьба и бег. Прыжки. Равновесие. (на воздухе)	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. Воспитывать бережное отношение к физическому оборудованию. Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча, при проталкивании до ориентира в прямом направлении. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в прыжках и равновесии учить сохранять правильную осанку. Воспитывать представление о дружбе.
Октябрь (3неделя)	Прокатывание мяча. Ползание. Прокатывание мяча. Равновесие. Повторение игровых	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Воспитывать бережное отношение к игрушкам. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Упражнять в равновесии. Воспитывать трудолюбие. Закрепить навыки упражнений с бегом, прыжками и в равновесии. Учить играть дружно.

	упражнений с бегом, прыжками. (на воздухе)	Воспитывать смелость, доброту.
Октябрь (4неделя)	Ползание. Упражнение в равновесии. Ползание. Равновесие. Ходьба. Бег. Равновесие. (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с поворотами в другую сторону по сигналу воспитателя. Развивать координацию движений. Воспитывать интерес к труду. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с поворотами в другую сторону по сигналу. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. Воспитывать смелость в подвижной игре. Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом, в прыжках и равновесии. Воспитывать любовь к физической культуре.
Октябрь (5неделя)	Катание мячей. Игровые упражнения с мячом. Равновесие. Прыжки.	Продолжать закреплять навыки в катании мячей. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченному пространству. Воспитывать дружелюбие. Повторять игровые упражнения с мячом. Закрепить навыки в прыжках. Учить играть дружно. Воспитывать трудолюбие. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Воспитывать любовь к физической культуре.
Ноябрь (1неделя)	Ходьба. Прыжки на двух ногах с продвижением. Прыжки. Прокатывание мяча друг другу. Прыжки. Прокатывание мяча до ориентира.	Упражнять в беге, равновесии и прыжках. Развивать ловкость в игровых упражнениях «Огуречик». Воспитывать дружеские взаимоотношения. Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Воспитывать смелость в подвижной игре «Мыши в кладовой». Закрепить упражнения в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч , учить приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча до ориентира. Воспитывать смелость.
Ноябрь (2неделя)	Игровые упражнения с	Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Учить быстро, становиться в круг.

	прыжками и бегом. (на воздухе) Прокатывание мяча между предметами. Ползание между предметами. Прокатывание мяча между предметами. Ползание до предмета.	Воспитывать внимание, умение слушать воспитателя. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Закрепить умения действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Ноябрь (3неделя)	Игровые упражнения с прыжками, бегом, равновесие. (на воздухе) Ползание. Равновесие (ходьба по мостику). Ползание. Равновесие (ходьба по тропинке).	Повторить игровые упражнения с прыжками, бегом, в равновесии. Учить ходьбе в колонне по одному между предметами. Воспитывать быстроту реакции, смелость в подвижных играх. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя, ползании, развивая координацию движений в равновесии. Воспитывать любовь к физической культуре. Закреплять упражнения в ходьбе с выполнением задания. Развивать внимание, реакцию на сигнал воспитателя, в ползании, развивая координацию движения в равновесии. Воспитывать трудолюбие.
Ноябрь (4неделя)	Равновесие. Прыжки с продвижением. Равновесие. Прыжки на месте. Ходьба между предметами. Метание на дальность. (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Воспитывать смелость в подвижной игре «Коршун и птенчики». Закрепить упражнения в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве и прыжках на месте. Воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе и беге враспынную, в ходьбе между предметами; развивать глазомер при бросании снежков на дальность. Воспитывать дружелюбие.

Декабрь (1неделя)	Прокатывание мяча. Ползание под дугу. Прокатывание мяча. Ползание под шнур. Равновесие. Метание. (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мячей между предметами, умение группироваться при лазании под дугу. Воспитывать любовь к физической культуре и спорту. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мячей между предметами, умение группироваться при лазании под шнур. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Повторить ходьбу и бег по кругу, игровые упражнения на равновесие и метание. Воспитывать доброжелательное отношение.
Декабрь (2неделя)	Ползание по доске. Равновесие (ходьба по доске). Ползание по доске. Равновесие (ходьба по узкой дорожке). Игровые упражнения с метанием. Равновесие. (на воздухе)	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивать ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске. Воспитывать смелость в подвижной игре. Закрепить упражнения в ходьбе и беге врассыпную, развивать ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по узкой дорожке. Воспитывать смелость, доброту. Повторить игровые упражнения с метанием, в равновесии. Повторить игру «Зайка беленький». Воспитывать любовь к физической культуре и спорту.
Декабрь (3неделя)	Равновесие. Прыжки. Ходьба и бег по кругу. Метание. Прыжки. Прокатывание мяча.	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры, прыжки на двух ногах продвигаясь вперёд. Воспитывать смелость в подвижной игре. Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения, в метании. Воспитывать активность в игровых упражнениях. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прокатывании мяча, развивать ловкость и глазомер. Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Январь (2неделя)	Прыжки. Прокатывания мяча вокруг предмета.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча вокруг предмета, развивать

	Прыжки через линии. Метание в вертикальную цель. (на воздухе) Прокатывание мяча друг другу. Ползание до предмета.	координацию движения. Воспитывать смелость в игре «Птица птенчики». Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках через линии, в метании в цель, Воспитывать бережное отношение к физкультурному оборудованию. Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений. Воспитывать желание заниматься физической культурой.
Январь (3неделя)	Прокатывание мяча друг другу. Ползание под дугу. Метание на дальность. Катание на санках. (на воздухе) Ползание под дугу. Равновесие.	Закрепить умение действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании под дугу, развивая координацию движений. Воспитывать дружелюбие. Упражнять в метании снежков на дальность, в быстроте и ловкости при катании друг друга на санках. Воспитывать положительное отношение к ЗОЖ. Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Воспитывать смелость в подвижной игре «Лохматый пёс».
Январь (4неделя)	Ползание. Равновесие Метание в вертикальную цель. Катание на санках. (на воздухе) Равновесие. Прыжки.	Закрепить умение действовать по сигналу, ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу. В сохранении устойчивого равновесия при ходьбе с перешагиванием через предметы. Воспитывать желание заниматься физической культурой. Упражнять в метании снежков в вертикальную цель; развивать выносливость при катании друг друга на санках. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Повторить прыжки с продвижением вперёд. Воспитывать любовь к

		физической культуре.
Январь (5неделя)	Равновесие. Прыжки с продвижением вперед. Игровые упражнения с ходьбой и бегом. (на воздухе) Прыжки с высоты. Прокатывание мяча между предметами.	Закреплять навыки ходьбы и бега вокруг предметов; упражнять в равновесии и прыжках. Воспитывать дружелюбие. Повторить игровые упражнения «Веселые снежинки», «Зайка беленький». Воспитывать представление о здоровом образе жизни. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. Воспитывать трудолюбие.
Февраль (1неделя)	Прыжки с высоты. Прокатывание мяча друг другу. Игровые упражнения с прыжками и бегом. (на воздухе) Бросание мяча. Ползание под шнур.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; продолжать учить приземляться при прыжках на полусогнутые ноги; учить отталкивать мяч при прокатывании его друг другу. Упражнять в игровых упражнениях с прыжками и бегом. Воспитывать самостоятельность. Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола. Воспитывать смелость.
Февраль (2неделя)	Бросание мяча. Ползание под шнур. Игровые упражнения в равновесии, беге и прыжках . (на воздухе) Лазание под дугу. Равновесие.	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, в ползании под шнур; закрепить умение перебрасывать мяч через шнур. Воспитывать желание заниматься физкультурой. Повторить игровые упражнения в равновесии беге и прыжках. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Развивать ловкость. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии. Воспитывать дружелюбие.
Февраль (3 неделя)	Лазание под дугу. Равновесие. Равновесие.	Закрепить навыки ходьбы и бега с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в лазании под дугу; в равновесии при ходьбе между кубиками. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в

	Прыжки между предметами. Равновесие. Прыжки через шнур.	сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами. Воспитывать любовь к физкультуре. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед через шнуры.
Февраль (4неделя)	Игровые упражнения с ходьбой, прыжками и бегом. (на воздухе) Прыжки. Катание мячей друг другу. Прыжки. Катание мячей друг другу.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, развивая ловкость, В прыжках на двух ногах и беге враспынную. Воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча. Воспитывать умение играть дружно. Закрепить умение прыгать в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу.
Февраль (5 неделя)	Игровые упражнения с прыжками, бегом и на равновесие. (на воздухе) Бросание мяча. Ползание по доске. Бросание мяча. Ползание по скамейке.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и на равновесие. Воспитывать основы собственной безопасности. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча об пол и ловля его двумя руками, в ползании по доске. Воспитывать вежливость. Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу. Упражнять в бросании мяча об пол и ловля его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.
Март (1 неделя)	Игровые упражнения с прыжками. Игровые задания с бегом. (на воздухе) Ползание. Ходьба на повышенной опоре. Ползание. Ходьба с перешагиванием	Разучить игровые упражнения с прыжками. Повторить игровые задания с бегом; развивать ловкость в игре с мячом. Воспитывать самостоятельность. Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Закрепить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через

	через шнуры.	шнуры. Воспитывать любовь к физкультуре.
Март (2 неделя)	Игровые упражнения с бегом и прыжками. (на воздухе) Равновесие. Прыжки через шнуры. Равновесие. Прыжки в длину с места.	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Воспитывать смелость. Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов, в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках в длину с места.
Март (3 неделя)	Упражнения с бегом, прыжками и равновесием. (на воздухе) Прыжки. Прокатывание мячей. Прыжки. Бросание мяча об пол.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и равновесием. Воспитывать дружелюбие. Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Воспитывать смелость.
Март (4 неделя)	Игровые упражнения с прыжками и бегом. (на воздухе) Бросание мяча вверх. Ползание по гимнастической скамейке. Бросание мяча вверх. Ползание по доске.	Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Воспитывать понятие о здоровом образе жизни. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях. Воспитывать доброжелательность. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; повторить ползание по доске.
Апрель (1 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием в цель. (на воздухе) Ползание. Равновесие.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием в цель. Воспитывать чувство собственной безопасности. Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между

	Ползание. Равновесие.	предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Воспитывать самостоятельность.
Апрель (2 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе) Равновесие. Прыжки через шнуры. Равновесие. Прыжки из обруча в обруч.	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Повторить ходьбу и бег врассыпную, ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. Воспитывать любовь к физкультуре. Повторить ходьбу и бег врассыпную, ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. Воспитывать любовь к физкультуре и спорту.
Апрель (3 неделя)	Ходьба. Игровые упражнения с бегом и прыжками. (на воздухе) Прыжки. Прокатывание мячей друг другу. Прыжки. Прокатывание мячей.	Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Воспитывать любовь к подвижным играм. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. Воспитывать дружелюбие. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу. Воспитывать смелость.
Апрель (4 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе) Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке. Бросание мяча	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. Развивать ловкость. Воспитывать самостоятельность. Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке. Воспитывать желание заниматься спортом. Ходьба с выполнением заданий по сигналу

	вверх и ловля его двумя руками. Ползание по доске.	воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по доске. Воспитывать культуру поведения.
Май (1 неделя)	Ходьба и бег врассыпную. Прыжки. (на воздухе) Лазание. Равновесие. Лазание. Равновесие.	Повторить ходьбу и бег врассыпную с использованием всей площадки. Упражнять в беге, прыжках. Воспитывать доброжелательность. Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке. Повторить задания в равновесии. Воспитывать смелость. Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по гимнастической стенке. Повторить задания в равновесии. Воспитывать смелость.
Май (2 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием (по выбору детей). Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Май (3 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием (по выбору детей). Воспитывать дружеские взаимоотношения.
Май (4 неделя)	Игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием. (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием (по выбору детей). Воспитывать дружеские взаимоотношения.

Комплексно-тематическое планирование от 4 до 7 лет
СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Учащиеся должны знать: результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с поворотами и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостраховка при выполнении упражнений. Учащиеся должны уметь: выполнять упражнения по инструкции собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно.				
Цели и задачи:	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, бег на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием предметов вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
Материалы и оборудование:	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С осенними листочками	С обручем
Упражнения:	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом). 2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за	1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета. 2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3 Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед	1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа 2. Перебрасывание мяча через сетку 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с поворотами руками 2.Ходьба по наклонной доске по гимн стенке 3.Прыжки с места вдаль 4. Перебрасывание мяча в другую 5. Упражнение «крокодил»

	головой) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке	собой мяча двумя руками, с мешочком на голове	скамейки 4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.	
Н I	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
ДВ	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок» Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения «Дует, дует ветерок»	«Дерево, кустик, травка»

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я нед
Учащиеся	Учащиеся должны: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполнять физические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем классе; проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; испытывает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики.			
Цели	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием через брусочки; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешней и внутренней сторонах стопы.			
Материал	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками (подвесками)
Содержание	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Лазание по гимнастической стенке	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине поворота, перешагивание через мяч	1. Ходьба по узкой скамейке 2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед 3. Перебрасывание мяча с места и в движении 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед
Игры	«Удочка»	«Жмурки»	Эстафета «Сбор урожая»	«Перелет птиц»
Движения	«Съедобное – не съедобное»	«Затейники»	«Съедобное – не съедобное»	«Летает-не летает»

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Основные результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными двигательными умениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия, ползание на четвереньках, лазание по гимнастической скамейке, лазание по гимнастической стенке); выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой); выполняет элементарные физические упр. и игры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу; выполняет элементарные трудовые операции (уборка игрушек, мытье посуды); участвует в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; испытывает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождая их движениями; участвует в играх с использованием упражнений ритмической гимнастики и п/и.				
	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, вращение вправо, влево, в круг, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег с высоким подниманием бедра, поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палочкой
1-й этап	1. Прыжки через скамейку 2. Введение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, мешочек на голове	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимнастической скамейке, по кругу, справа и слева от себя и ладонями 2. Спрыгивание со скамейки 3. Ползание до флажка проползая под скамейкой, впереди себя 4. Лазание по гимнастической стенке различными способами
2-й этап	«Быстро возьми, быстро положи»	«Лошади»	«Хитрая лиса»	«Круговая лапта»
3-й этап	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«У жирафов»	«Две ладошки» (музыкальные)

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Основные результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений, самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на поверхности; знает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет активность, оказывает помощь взрослым и детям				
	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, в круг, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения			
	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками
Физические упражнения	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам – одна нога в середине)	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом 2. Прыжки с разбега на мяч 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках по спине внутрь (кошечка) и по спине
Сюжетные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Уголки»	«Два мороза»
Игры-драматизации	Ходьба	«Звериная зарядка»	«Береги мебель»	Игровое упражнение

ы	«Конькобежцы»			королева
---	---------------	--	--	----------

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я/5-я нед
Основные результаты развития интегративных качеств:	владеет умением передвигаться между препятствиями по их размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, преодоление препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические действия (мытьё рук прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться (используя свой шкаф); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с удовольствием; проявляет интерес к участию в музыкальных играх			
	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, в круг, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег			
	С палкой	С мячом	С гириями	С султанчиками
Физические упражнения	1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую	1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами	1. Ходьба по гимнастической скамейке на середине сделать поворот, чтобы пройти дальше, спрыгнуть с конца скамейки перешагиванием через рейку 2. Прыжки в длину с места 3. Метание мяча в вертикальный обруч 4. Пролезание в обруч прогнувшись боком
Игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Ловля обезьян»
Воспитательные моменты	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Четыре стихии».	«У жирафа»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Основные результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к закалкам; знает правила безопасности при выполнении прыжков на гимнастической скамейке; выполняет команды «вперёд и через препятствия», владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры				
	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, в направлении движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три круга, ходьба с выполнением заданий			
	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками
	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание по пластунские до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастической скамейке, мешочком на голове, руками 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке
Игры	«Ключи»	«Удочка»	«У солдат порядок строгий»	«Цветные автомобили»
Виды деятельности	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Море волнуется»	Игровое упражнение: «Снайперы»	«Светофор»

MAPT

Содержание организованной образовательной деятельности

	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Основные результаты развития интегративных качеств:	знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на гимнастической скамейке вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила поведения в процессе игры			
	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 2 мин. с перешагиванием через брусочки; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешней и внутренней стопе			
	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками
Физические упражнения	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками над головой 2 Прыжки со скамейки 3. Лазание по гимнастической скамейке различными способами
Игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Гуси-лебеди»	«Медведь и лиса»
Воспитательные моменты	Психогимнастика «Ласкушенька»	«Море волнуется»	«Воздушный шар»	«Самомассаж» лисы

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Успеваемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на гимнастической скамейке вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила и меняться ролями в процессе игры				
Физическая часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали направо, налево			
	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочком
Игровые виды деятельности	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе 2. Перебрасывание мяча спиной и ловля его руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на пролет 4. Прыжки через скакалку
Дидактические игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с мячом»
Физические упражнения	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто у кого»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности

Виды деятельности	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ожидаемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на препятствиях; владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет играть и меняться ролями в процессе игры				
Физическая подготовка	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на четвереньках спиной вперед			
Средства	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку
Формы организации деятельности	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловя его руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скакалку продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической скамейке
Игры	«Разведчики»	«Парашют» (с бегом)	Эстафета «Собери портфель»	Эстафета «Дружные пары»
Физкультурные упражнения	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	Игра с парашютом

Перспективное планирование от 4 до 7 лет.

Месяц, неделя	Тема ООД	ООД (различные виды деятельности)
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков
	«Ходьба и бег колонной по одному, бег врассыпную, прыжки, перебрасывание мяча.»	- продолжать учить детей ходьбе и бегу колонной по одному, бегу врассыпную; -развивать прыжки с продвижением вперед, умение перебрасывать мяч друг другу; -воспитывать интерес к подвижным играм
	«Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, пролезание в обруч боком. Упражнение на равновесие и прыжки»	-учить ходьбе и бегу с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; -продолжать учить пролезать в обруч боком, не задевая за его край; -развивать умение держать равновесие, выполнять прыжки; -воспитывать любовь к физическому развитию.
	«Поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному, бег с преодолением препятствий, прыжки с высоты, перебрасывание мяча»	-разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; -повторить бег с преодолением препятствий; -развивать координацию движений при перебрасывании мяча; -воспитывать у детей усердность
	«Ходьба парами; лазанье в обруч; прыжки»	-продолжать учить ходьбе парами; -повторить лазанье в обруч; -развивать умение держать равновесие, выполнять прыжки; -воспитывать целеустремленность
	«Ходьба с изменением направления движения, прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; ползание по гимнастической скамейке; ведение мяча между предметами»	-учить ходьбе с изменением направления движения, бегу между предметами; -повторить прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; -развивать умение ползать по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами; -воспитывать интерес к подвижным играм

	«Ходьба с выполнение действий по сигналу воспитателя; прыжки»	-продолжать учить выполнять ходьбу выполнением действий по сигналу воспитателя; -развивать умение держать равновесие выполняя прыжки; -воспитывать целеустремленность
	«Бег и ходьба по кругу, взявшись за руки , с поворотом в другую сторону; прыжки на правой и левой ноге; игры с мячом»	-учить в ходьбе и беге по кругу , взявшись за руки с поворотом в другую сторону; -развивать прыжки на правой и левой ноге, с продвижением вперед; -упражнять в ползании и переброске мяча; -воспитывать интерес к играм с мячом
	«Ходьба и бег врассыпную; упражнения с мячом; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранения устойчивого равновесия»	-продолжать учить детей ходьбе и бегу врассыпную; -учить ловить мяч; -развивать ловкость и глазомер; -повторить ползание по гимнастической скамейке; -упражнять в сохранении устойчивого равновесия; -воспитывать любовь к физическому развитию
	«Ходьба и бег между предметами; ходьба и бег по наклонной доске; прыжки с ноги на ногу; забрасывание мяча в кольцо»	-продолжать учить детей ходьбе и бегу между предметами; -развивать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; -упражнять в прыжках с ноги на ногу; -учить забрасывать мяч в кольцо;
	«Ходьба и бег между предметами; перебрасывание мяча друг другу; задание в равновесии»	- продолжать учить ходьбе и бегу между предметами; -развивать умение перебрасывать мяч друг другу; -повторить задание в равновесии; -воспитывать целеустремленность
	«Непрерывный бег; лазанье на гимнастическую стенку; ходьба на повышенной опоре; задания в прыжках и с мячом»	-упражнять детей в непрерывном беге -учить в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; - Развивать сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре; -повторить задания в прыжках и с мячом;

		-воспитывать любовь к физическому развитию
	«Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; ходьба по канату(шнуру)с мешочком на голове; прыжки и перебрасывание мяча»	-продолжать учить 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; -развивать ловкость и глазомер; -воспитывать целеустремленность
	«Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; прыжки в высоту с разбега; метание мешочков в цель; ползание между предметами»	- повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; -разучить прыжок в высоту с разбега; -развивать метание мешочков в цель, ползании между предметами; - воспитывать интерес к подвижным играм
	«Ходьба и бег по кругу; ходьба по повышенной опоре; прыжки; метание»	-повторить ходьбу и бег по кругу; -учить сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре; -развивать прыжки и метание в цель; - воспитывать целеустремленность
	«Ходьба и бег между предметами ;прыжки с короткой скакалкой; упражнения в прокатывание обручей»	-повторить ходьбу и бег между предметами; -разучить прыжки с короткой скакалкой; -развивать и упражнять в прокатывании обручей; - воспитывать любовь к физическому развитию
	«Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы; прыжок в длину с разбега; упражнения в перебрасывании мяча»	-упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; -разучить прыжок в длину с разбега; -развивать и упражнять в перебрасывании мяча; - воспитывать интерес к подвижным играм
	«Ходьба с изменением темпа движения ;ползание по гимнастической скамейке на животе; прыжки между предметами»	-продолжать учить в ходьбе с изменением темпа движения; -развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; -повторить прыжки между предметами

		-воспитывать любовь к физическому развитию
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков
	Диагностическая обследование	-выявление умений и навыков