

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 24 общеразвивающей направленности» города Можги

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете
протокол № 1
от _____

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующим Муниципальным автономным
дошкольным образовательным учреждением
«Детский сад № 24 общеразвивающей
направленности» города Можги
приказ _____
_____ Н.А. Ладыгина

СОГЛАСОВАНО:

старший воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 24»
_____ (Мамаева Н.Л.)
« ____ » _____

ДЕЛО № _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
с детьми 3-7 лет на 2024-2025 учебный год

Разработал:

инструктор по физической культуре:
Прохорова Т.Э.

г. Можга, 2024 г.

Содержание

I. Целевой раздел	Стр.
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Планируемые результаты реализации Рабочей программы	5
II. Содержательный раздел	
2.1. Задачи и содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»	6
2.2. Тематическое перспективно-календарное планирование занятий в разных возрастных группах дошкольного возраста	24
2.3. Содержание коррекционно-развивающей работы	113
III. Организационный раздел	
3.1. Примерный перечень оборудования для формирования развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале	113
3.2. Календарный план воспитательной работы	124

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- Приказ МОиН РФ от 17.10.2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022 г.) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2022 № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 года № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Государственная программа Удмуртской Республики «Развитие образования», утвержденная постановлением правительства Удмуртской Республики от 4 сентября 2013 г. № 391;
- Устав Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 24 общеобразовательной направленности» города Можги, утвержденный

Постановлением Главы Администрации муниципального образования «Город Можга» от 07.08.2015г.;

- Образовательная программа дошкольного образования Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 24 общеразвивающей направленности» города Можги.

Срок реализации Рабочей программы – 1 год.

Образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

Цель Рабочей Программы: разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи реализации Программы:

1. обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
2. приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
3. построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
4. создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
5. охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
6. обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
7. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
8. достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

Принципы построения Рабочей программы:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников;
- 4) признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;

- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.2. Планируемые результаты реализации Программы

Планируемые результаты освоения детьми основной части образовательной программы:

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
 - ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

Планируемые результаты на этапе завершения освоения (к концу дошкольного возраста):

- у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

Планируемые результаты освоения детьми части, формируемой участниками образовательных отношений (региональный компонент):

- Знает подвижные игры народов Поволжья (русские, татарские, удмуртские).
- Проявляет инициативу в придумывании новых вариантов игр
- Знает выдающихся спортсменов Удмуртии (Г.Кулакова, А.Загитова, А.Кириленко, М. Вылегжанин и др.)
- Знает виды спорта, культивируемые в Удмуртии.

II. Содержательный раздел

2.1 Задачи и содержание образовательной деятельности по образовательным областям для детей от 3 лет до 7 лет

от 3 лет до 4 лет:

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности:

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;
- ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3 - 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;
- ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, врассыпную, "змейкой", с поворотом

и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

- бег: бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50 - 60 сек; быстрый бег 10 - 15 м; медленный бег 120 - 150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2 - 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); спрыгивание (высота 10 - 15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2 - 5 см);

- упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

- музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

- педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, враспынную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) *Подвижные игры*: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) *Спортивные упражнения*: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке. Катание на санках, лыжах может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности.

4) *Формирование основ здорового образа жизни*: педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) *Активный отдых*.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

от 4 лет до 5 лет:

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности:

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

- ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

- бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1 - 1,5 мин; пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; медленный бег 150 - 200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

- прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

- упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

- музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

- педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) *Подвижные игры:* педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) *Спортивные упражнения:* педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке. Катание на санках, лыжах может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности.

4) *Формирование основ здорового образа жизни:* педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) *Активный отдых.*

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

от 5 лет до 6 лет:

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности:

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей)

туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

1) *Основная гимнастика* (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5 - 6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

- ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

- бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5 - 2 мин; медленный бег 250 - 300 м; быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза; челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

- прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

- упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

- музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с

хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

- педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) *Подвижные игры*: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) *Спортивные игры*: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3 - 5 м).

4) *Спортивные упражнения*: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках, лыжах может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

5) *Формирование основ здорового образа жизни:* педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

6) *Активный отдых.*

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

от 6 лет до 7 лет:

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности:

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

- бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

- ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

- ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

- бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2 - 3 минут; быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

- прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; выпрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

- прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

- упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки

на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;
- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;
- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

- музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг полки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из

двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

- педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны 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; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) *Подвижные игры*: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) *Спортивные игры*: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

4) *Спортивные упражнения*: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в

зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках, лыжах может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500 - 600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом; повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».

5) *Формирование основ здорового образа жизни:* педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

6) *Активный отдых.*

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования,

наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

2.2. Тематическое перспективно-календарное планирование занятий в разных возрастных группах дошкольного возраста

Младшая группа

Дата проведения	сентябрь	сентябрь
Тема занятия	ХОРОШО У НАС В САДУ	МЫ ТАКИЕ РАЗНЫЕ
Программное содержание	- учить ходить и бегать между двумя параллельными линиями; упражнять в ходьбе по скамейке - развивать равновесие, ориентировку в пространстве - воспитывать организованность, интерес к физкультурным занятиям	-учить прыгать на двух ногах с продвижением вокруг предмета; упражнять в прыжках на двух ногах на месте; в ходьбе по массажным дорожкам - развивать мышцы стопы, прыгучесть, ориентировку в пространстве - воспитывать выносливость, организованность, культуру правильной осанки
Этапы занятия	Занятие №1-2	Занятие №3-4
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени Ползание на четвереньках Бег друг за другом	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени, боком приставным шагом Ползание на четвереньках Бег друг за другом, «лошадка»
ОРУ	№1 с листочками	№2 с большим мячом
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 2,5 м, ширина – 25см) (поточно) 2. Ходьба по скамейке (длина -3м) (поточно)	1. Прыжки на двух ногах на месте (фронтально) 2. Прыжки на двух ногах вокруг предмета (фронтально) 3. Ходьба по массажным дорожкам (поточно)
Подвижные игры	«Солнышко и дождик» Цель: упражнять в прыжках с продвижением вперед, учить занимать свой «домик» по сигналу	«Догони мячи» Цель: продолжать учить бегать за мячом, брать его и класть в корзину
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Дыхательное упражнение «Ветер»	«Мяч по кругу» Цель: учить, как можно быстрее передавать друг другу мяч, стоя в кругу Дыхательное упражнение «Каша кипит»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	сентябрь	октябрь
Тема занятия	ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО И ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО	У ПРИРОДЫ НЕТ ПЛОХОЙ ПОГОДЫ
Программное содержание	- учить прокатывать мяч друг другу, сидя ноги врозь; упражнять в прокатывании мяча, стоя на коленях; в прыжках на двух ногах вокруг предмета - развивать мелкую моторику рук, меткость, силу прокатывания -воспитывать интерес к упражнениям с мячом	- продолжать учить ползать с опорой на колени и ступни; учить ходить змейкой между предметами -развивать умение ориентироваться в пространстве, согласованность движений -воспитывать интерес к физкультурным занятиям
Этапы занятия	Занятие №5-6	Занятие №7-8
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, широким шагом Ползание на четвереньках, на «высоких» четвереньках Бег друг за другом, «лошадка»	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед Ползание на четвереньках, на «высоких» четвереньках Бег друг за другом, «лошадка»
ОРУ	№3 с малым мячом	№4 без предметов
Основные виды движений	1. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях (фронтально) 2. Прыжки на двух ногах вокруг предмета (фронтально) 3. Прокатывание мяча друг другу, сидя ноги врозь (фронтально)	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени (поточно) 2. Ходьба змейкой между предметами (поточно)
Подвижные игры	«Грачи и автомобиль» Цель: учить бегать врассыпную по сигналу, развивать реакцию	«Наседка и цыплята» Цель: учить подлезать под шнур, развивать согласованность движений, упражнять в беге
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Самолет» Дыхательное упражнение «Паровозик»	Игровое упражнение «Кошка» Дыхательное упражнение «Петух»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	октябрь		октябрь	
Тема занятия	ЧТО НАМ ОСЕНЬ ПРИНЕСЛА		НАШИ ПЕРНАТЫЕ ДРУЗЬЯ	
Программное содержание	- учить прокатывать мяч в прямом направлении двумя руками до ориентира; упражнять в перепрыгивании через шнур, лежащий на полу - развивать прыгучесть, ориентировку в пространстве -воспитывать целеустремленность, выдержку		-учить ползать змейкой между предметами; упражнять в ползании прямо; в прокатывании мячей друг другу, стоя на коленях - развивать ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук - воспитывать организованность, взаимопомощь	
Этапы занятия	Занятие №9-10		Занятие №11-12	
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, боком приставным шагом Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, змейкой		Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, боком приставным шагом Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, широким шагом	
ОРУ	№5 без предметов		№6 с большим мячом	
Основные виды движений	1. Перепрыгивание через шнур, положенный на пол, с приземлением на согнутые ноги (фронтально) 2. Прокатывание мяча в прямом направлении: - двумя руками, энергично отталкивая (фронтально) - до ориентира (поточно)		1. Прокатывание мячей друг другу (фронтально) 2. Ползание на четвереньках: —прямо (5м) (фронтально) —«змейкой» между предметами (поточно)	
Подвижные игры	«Мы веселые ребята» Цель: упражнять в перебежках с увертыванием, воспитывать целеустремленность		«По ровненькой дорожке» Цель: упражнять в беге, ходьбе с приседаниями по сигналу, в прыжках с продвижением вперед	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Пальчиковая гимнастика «Месим глину» Дыхательное упражнение «Вот сосна стоит высокая»		Игровое упражнение «Карусель» Дыхательное упражнение «Машина»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	октябрь	ноябрь
Тема занятия	ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ	ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ
Программное содержание	-учить ходить и бегать между двумя линиями; упражнять в ползании на четвереньках под шнур -развивать равновесие, скоростную реакцию, гибкость - воспитывать культуру правильной осанки	- продолжать учить ходить и бегать между двумя линиями; упражнять в прыжках с продвижением вперед - развивать равновесие, прыгучесть -воспитывать культуру правильной осанки
Этапы занятия	Занятие №13-14	Занятие №15-16
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с остановкой по сигналу	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени, спиной вперед Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с остановкой по сигналу
ОРУ	№7 с ленточками	№8 без предметов
Основные виды движений	1. Ползание на четвереньках под шнур (высота 50см) (поточно) 2. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20см) (поточно)	1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15см) (поточно) 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на расстояние 1,5м (фронтально)
Подвижные игры	«Ловишки с ленточкой» Цель: учить бегать по залу с увертыванием, развивать реакцию	«Совушка-сова» Цель: учить бегать и замирать по сигналу, развивать реакцию, воспитывать выдержку
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Найди игрушку» Цель: развивать внимание, сообразительность, двигательную реакцию Дыхательное упражнение «Хлопки»	Игровое упражнение «Птица» Дыхательное упражнение «Гуси летят»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь		ноябрь	
Тема занятия	ГОРОД МОЙ		ТРАНСПОРТ	
Программное содержание	- упражнять в прыжках с продвижением вперед; продолжать учить ходить по ребристой доске - развивать мышцы стопы, прыгучесть, силу отталкивания - воспитывать дисциплинированность, выносливость		-учить прыгать из обруча в обруч с продвижением вперед; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении -развивать мышцы рук, прыгучесть, равновесие -воспитывать интерес к физкультурным занятиям	
Этапы занятия	Занятие №17-18		Занятие №19-20	
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, широким шагом Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, с остановкой по сигналу		Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, широким шагом Ползание на высоких четвереньках Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, с остановкой по сигналу	
ОРУ	№9 с мешочками		№10 с малыми мячами	
Основные виды движений	1.Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (поточно) 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 1,5-2м) (фронтально)		1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (3 обруча) (поточно) 2. Прокатывание мячей в прямом направлении	
Подвижные игры	«Совушка – сова» Цель: учить бегать и замирать по сигналу, развивать реакцию, воспитывать выдержку		«Мишенька – медведь» Цель: совершенствовать комбинации двигательных и речевых импровизаций	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Цапля» Дыхательное упражнение «Петух»		Игровое упражнение «Цапля» Дыхательное упражнение «Волки воют»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	декабрь	декабрь
Тема занятия	ВАЖНЫЕ ПРОФЕССИИ	ЗИМУШКА - ЗИМА
Программное содержание	- учить бросать мяч друг другу двумя руками; упражнять в ползании на четвереньках - развивать мелкую моторику, точность броска мяча, скоростную реакцию - воспитывать дух соперничества	- упражнять в ползании на четвереньках с подлезанием под дугу; упражнять в ходьбе между двумя линиями - развивать согласованность движений, равновесие - воспитывать положительные эмоции
Этапы занятия	Занятие №21-22	Занятие №23-24
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, «смешной человечек» Прыжки на одной ноге Бег друг за другом, широким шагом, «лошадки»	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, «смешной человечек» Прыжки на одной ноге, на двух ногах Бег друг за другом, широким шагом, «лошадки»
ОРУ	№11 с большим мячом	№12 с ленточками
Основные виды движений	1. Ловить и бросать мяч друг другу (расстояние 0,5м) (фронтально в парах) 2. Ползание на четвереньках в прямом направлении. Игровое задание «Кто быстрее?» (фронтально, конкурс)	1. Ползание под дугой высотой 50см на четвереньках (поточно) 2. Ходьба между двумя линиями (ширина -20см), руки на поясе (поточно)
Подвижные игры	«Снежинки и ветер» Цель: учить выполнять движения в соответствии с текстом, упражнять в беге врассыпную, с поворотом вокруг себя	«Удочка» Цель: учить перешагивать по кругу через вращающуюся скакалку
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Зимние забавы» Цель: совершенствование двигательных и речевых комбинаций Дыхательное упражнение «Лыжник»	«Море волнуется» Цель: учить замирать по сигналу, развивать выносливость, фантазию, учить выдерживать статическое напряжение
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь		декабрь	
Тема занятия	НОВЫЙ ГОД У ВОРОТ		ИГРУШКИ. КНИГИ	
Программное содержание	- учить бросать мяч друг другу двумя руками; упражнять в ползании на четвереньках - развивать мелкую моторику, точность броска мяча, скоростную реакцию - воспитывать дух соперничества		- упражнять в ползании на четвереньках с подлезанием под дугу; упражнять в ходьбе между двумя линиями - развивать согласованность движений, равновесие - воспитывать положительные эмоции	
Этапы занятия	Занятие №25-26		Занятие №27-28	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, «смешной человечек» Прыжки на одной ноге Бег друг за другом, широким шагом, «лошадки»		Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, «смешной человечек» Прыжки на одной ноге, на двух ногах Бег друг за другом, широким шагом, «лошадки»	
ОРУ	№11 с большим мячом		№12 с ленточками	
Основные виды движений	3. Ловить и бросать мяч друг другу (расстояние 0,5м) (фронтально в парах) 4. Ползание на четвереньках в прямом направлении. Игровое задание «Кто быстрее?» (фронтально, конкурс)		3. Ползание под дугой высотой 50см на четвереньках (поточно) 4. Ходьба между двумя линиями (ширина -20см), руки на поясе (поточно)	
Подвижные игры	«Рыбки и сачок» Цель: учить увертываться во время бега, развивать скорость бега, пространственную ориентировку		«Снежинки и ветер» Цель: продолжать учить выполнять движения в соответствии с текстом, развивать двигательные фантазии	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Рыбка в аквариуме»		Дыхательное упражнение «Дуем на снежинку»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	январь		январь	
Тема занятия	ПОСУДА		МЕБЕЛЬ	
Программное содержание	- упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке - развивать прыгучесть, ритмичность прыжков - воспитывать организованность, интерес к физической культуре		- учить прокатывать мяч в прямом направлении; упражнять в прокатывании мяча в парах - развивать навык мягкого приземления при спрыгивании на полусогнутые ноги - воспитывать чувство товарищества	
Этапы занятия	Занятие №29-30		Занятие №31-32	
Вводная	Ходьба друг за другом по кругу, на носочках, на пятках, спиной вперед, широко расставляя ноги в стороны, широким шагом Бег друг за другом, с разворотом по сигналу Восстановление дыхания		Ходьба друг за другом по кругу, на носочках, на пятках, спиной вперед, широко расставляя ноги в стороны, широким шагом Бег друг за другом, с разворотом по сигналу Восстановление дыхания	
ОРУ	№1 с гимнастическими палками		№2 с большими мячами	
Основные виды движений	Круговая тренировка: 1. Ходьба по гимнастической скамье 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прыжки на двух ногах через гимнастические палки (4шт.)		<u>1-ая подгруппа: (поточно)</u> 1.Прыжки со скамьи (мягко приземляться) 2. Катание мячей в прямом направлении <u>2-ая подгруппа: (фронтально в парах)</u> 1. Прокатывание мячей друг другу из положения сидя, ноги врозь Смена подгрупп	
Подвижные игры	«Мышка в норке» Цель: учить бегать враспынную с пролезанием в обруч, стоящий вертикально		«Федорино горе» Цель: упражнять в умении выполнять упражнения в соответствии с текстом	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«По ровненькой дорожке» Цель: совершенствование двигательных и речевых комбинаций Упражнение на расслабление «Камни»		Игровое упражнение «Мытье посуды» Дыхательное упражнение «Чайник кипит»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	январь	февраль
Тема занятия	ОДЕЖДА, ОБУВЬ, ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ	ЖИЛИЩЕ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА
Программное содержание	- упражнять в подлезании под дугу, в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади - развивать равновесие, согласованность движений - воспитывать культуру правильной осанки	- упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в подлезании под шнур, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед - развивать прыгучесть, равновесие, координацию движений - воспитывать интерес к физическим упражнениям
Этапы занятия	Занятие №33-34	Занятие №35-36
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени Ползание на четвереньках Бег друг за другом	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени, боком приставным шагом Ползание на четвереньках Бег друг за другом, «лошадка»
ОРУ	№3 без предметов	№4 с султанчиками
Основные виды движений	1. Подлезание под дугу (высота 50см) (поточно) 2. Ходьба по ограниченной площади: по скамейке, руки на поясе, по мостику, руки свободно балансируют (поточно)	Круговая тренировка: 1. Ходьба по скамейке со спрыгиванием в конце 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола 3. Прыжки на двух ногах между кубиками
Подвижные игры	«Найди свой домик» Цель: упражнять в беге, развивать внимание, ориентировку в пространстве	«Кот и собака» Цель: упражнять в умении передавать мяч по кругу в быстром темпе
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Мастерим мебель»	Игровое упражнение «Кошка»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль	февраль
Тема занятия	РУССКАЯ КУХНЯ	ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ
Программное содержание	- продолжать учить прыгать со скамейки на полусогнутые ноги, упражнять в ходьбе по ограниченной площади, в прыжках с продвижением вперед - развивать разнообразные виды движений - воспитывать самостоятельность	- учить прокатывать мяч вокруг предмета в одну, затем в другую стороны, упражнять в прыжках со скамейки, в подлезании под шнур - развивать ловкость рук, выразительность движений - воспитывать умение соблюдать правила, внимательность
Этапы занятия	Занятие №37-38	Занятие №39-40
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, широким шагом Ползание на четвереньках, на «высоких» четвереньках Бег друг за другом, «лошадка»	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед Ползание на четвереньках, на «высоких» четвереньках Бег друг за другом, «лошадка»
ОРУ	№5 с платочками	№6 с большим мячом
Основные виды движений	<u>1-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги на мат 2. Ходьба по скамейке (ширина – 20см), приставляя пятку к носку <u>2-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч Смена подгрупп	<u>1-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Прокатывание мяча вокруг предмета 2. Прокатывание мяча вокруг предмета в одну и другую сторону, подталкивая его рукой. <u>2-ая подгруппа (поточно)</u> 1. Прыжки со скамейки, движение рук свободное 2. Подлезание под шнур (высота -40см) Смена подгрупп
Подвижные игры	«Платочек» Цель: учить увертываться во время бега, осаливать платочком	«Мы веселые ребята» Цель: упражнять в перебежках с увертыванием, воспитывать целеустремленность
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Ножницы»	Пальчиковая гимнастика «Месим глину» Дыхательное упражнение «Вот сосна стоит высокая»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль	март
Тема занятия	ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА	МАМИН ПРАЗДНИК
Программное содержание	- продолжать учить прокатывать мяч друг другу, упражнять в перешагивании через кубики, в подлезании под дуги, в ходьбе по ребристой доске - развивать навыки подлезания, ручную ловкость - воспитывать организованность, интерес к упражнениям с мячом	- упражнять в прыжках из обруча в обруч, в ходьбе по ребристой доске, в беге наперегонки - развивать скоростные качества, прыгучесть, ориентировку в пространстве - воспитывать дух соперничества, коллективизм
Этапы занятия	Занятие №41-42	Занятие №43-44
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, широким шагом Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, с остановкой по сигналу	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени, спиной вперед Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с остановкой по сигналу
ОРУ	№7 с большим мячом	№8 с ленточками
Основные виды движений	<u>1-ая подгруппа: (фронтально в парах)</u> 1.Прокатывание мячей друг другу (расстояние -3м) <u>2-ая подгруппа: (поточно)</u> 1.Подлезание под дуги (высота 40-50см) 2.Ходьба по ребристой доске. 3. Ходьба с перешагиванием через кубики.	1.Прыжки из обруча в обруч (поточно) 2. Ходьба по ребристой доске (поточно) 3. Игровое упражнение «Добеги до кегли» (в двух командах – эстафета)
Подвижные игры	«Самолеты» Цель: упражнять в умении выполнять движения в соответствии с текстом	«Заморожу» Цель: упражнять в умении увертываться, догонять и осаливать
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик»	Упражнение на расслабление «Разморозу»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март	март
Тема занятия	ВЕСЕННЕЕ ПРОБУЖДЕНИЕ	ЖИВОТНЫЕ И ПТИЦЫ ВЕСНОЙ
Программное содержание	- упражнять в ходьбе между кубиками, в спрыгивании со скамейки, в прокатывании мяча в прямом направлении, в прыжках с продвижением вперед - развивать активность, творчество в двигательной деятельности -воспитывать культуру движений	- учить перебрасывать мяч двумя руками друг другу через шнур, упражнять в прыжках со скамейки, упражнять в прокатывании мяча в парах, в подлезании под шнур - развивать навыки ползания, мелкую моторику рук, меткость - воспитывать культуру правильной осанки
Этапы занятия	Занятие №45-46	Занятие №47-48
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, «смешной человечек» Прыжки на одной ноге Бег друг за другом, широким шагом, «лошадки»	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, широким шагом Ползание на высоких четвереньках Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, с остановкой по сигналу
ОРУ	№9 с малым мячом	№10 с массажными мячами
Основные виды движений	1. Ходьба между кубиками (4-5шт.) (поточно) 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед (поточно) 3. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги (поточно) 4. Прокатывание мяча в прямом направлении двумя руками (поточно)	<u>1-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Прыжки со скамейки 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. <u>2-ая подгруппа: (поточно)</u> 3. Прокатывание мячей друг другу в положении сидя 4. Перебрасывание мяча друг другу через шнур двумя руками
Подвижные игры	«Яблочко для мамы» Цель: упражнять в умении передавать друг другу мяч, стоя в кругу	«Медведь» Цель: учить увертываться во время бега, догонять и осаливать, продолжать учить выполнять движения в соответствии с текстом
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Покачай малышку»	Игровое упражнение «Велосипед»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март	апрель
Тема занятия	НАСЕКОМЫЕ	ВОЗДУХ
Программное содержание	- упражнять в ходьбе между кубиками, в прыгивании со скамейки, в прокатывании мяча в прямом направлении, в прыжках с продвижением вперед - развивать активность, творчество в двигательной деятельности -воспитывать культуру движений	- учить перебрасывать мяч двумя руками друг другу через шнур, упражнять в прыжках со скамейки, упражнять в прокатывании мяча в парах, в подлезании под шнур - развивать навыки ползания, мелкую моторику рук, меткость - воспитывать культуру правильной осанки
Этапы занятия	Занятие №49-50	Занятие №51-52
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, смешной человечек» Прыжки на одной ноге Бег друг за другом, широким шагом, «лошадки»	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, широким шагом Ползание на высоких четвереньках Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, с остановкой по сигналу
ОРУ	№9 с малым мячом	№10 с массажными мячами
Основные виды движений	1. Ходьба между кубиками (4-5шт.) (поточно) 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед (поточно) 3. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги (поточно) 4. Прокатывание мяча в прямом направлении двумя руками (поточно)	<u>1-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Прыжки со скамейки 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. <u>2-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Прокатывание мячей друг другу в положении сидя 2. Перебрасывание мяча друг другу через шнур двумя руками
Подвижные игры	«Медведь» Цель: учить увертываться во время бега, догонять и осаливать, продолжать учить выполнять движения в соответствии с текстом	«Цветочки растут» Цель: упражнять в беге, ходьбе по кругу, взявшись за руки
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Велосипед»	Дыхательное упражнение «Цветочки пахнут»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	апрель		апрель	
Тема занятия	ВОДА		КАМНИ, ГЛИНА, ПЕСОК	
Программное содержание	- учить перебрасывать мяч двумя руками через шнур, подлезать под шнур с мячом в руках, упражнять в ходьбе по доске, лежащей на полу - развивать умение точно передавать мяч, согласованность движений, равновесие - воспитывать чувство взаимовыручки, товарищества		- упражнять в ходьбе между кубиками, в ползании на четвереньках под дугой, в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках с продвижением вперед на 2 ногах через шнуры - развивать ловкость, быстроту движений, выносливость - воспитывать культуру движений	
Этапы занятия	Занятие №53-54		Занятие №55-56	
Вводная	Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, спиной вперед, широким шагом Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Бег друг за другом, с остановкой по сигналу		Ходьба друг за другом, на носочках, на пятках, высоко поднимая колени, спиной вперед Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с остановкой по сигналу	
ОРУ	№11 с большим мячом		№12 со скакалками	
Основные виды движений	<u>1-ая подгруппа: (поточно)</u> 1. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками 2. Подлезание под шнур, держа мяч двумя руками <u>2-ая подгруппа: (поточно)</u> 3. Подлезание на четвереньках, «как жучки» (3-4м) 4. Ходьба по доске, положенной на пол, руки на поясе.		Круговая тренировка: (поточно) 1. Ходьба между кубиками, руки на поясе 2. Ползание на четвереньках под дугой (4м) 3. Ходьба с перешагиванием через предметы 4. Прыжки на 2 ногах через шнуры с продвижением вперед	
Подвижные игры	«Жуки» Цель: учить выполнять имитационные движения по команде		«Ловишки с ленточкой» Цель: упражнять в беге по залу с увертыванием, развивать реакцию	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Птица»		«Найди игрушку» Цель: развивать внимание, сообразительность, двигательную реакцию	
Индивидуальная работа				

Средняя группа

Дата проведения	сентябрь		сентябрь	
Тема занятия	О НАСТОЯЩИХ МАЛЬЧИКАХ И ДЕВОЧКАХ		КТО РАБОТАЕТ В ДЕТСКОМ САДУ	
Программное содержание	- упражнять в беге и ходьбе между двумя линиями; в прыжках на двух ногах с поворотом вокруг обруча с продвижением вперед; - развивать прыгучесть, равновесие, ориентировку в пространстве -воспитывать организованность		- учить прокатывать мяч друг другу, стоя на коленях, упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на четвереньках - развивать силу отталкивания, мышцы рук, согласованность движений - воспитывать интерес к упражнениям с мячом	
Этапы занятия	Занятие №1-2		Занятие №3-4	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, смешной человечек, спиной вперед, гусеница Прыжки с продвижением вперед, лошадка Бег друг за другом, змейкой		Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, смешной человечек, спиной вперед, гусеница Прыжки с продвижением вперед, лошадка Бег друг за другом	
Общеразвивающие упражнения	№1 с листочками		№2 без предметов	
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (расстояние 15см) (поточно) 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг обруча (фронтально) 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 10см) (поточно) 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (фронтально)		1. Подпрыгивание на месте на двух ногах (фронтально) 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях (фронтально в парах) 3. Повтор подпрыгивания (фронтально) 4. Ползание на четвереньках (поточно)	
Подвижные игры	«Дождик» Цель: упражнять в умение ориентироваться в пространстве, учить концентрации внимания		«У медведя во бору» Цель: упражнять в умении выполнять движения в ритм стиха, в беге с увертыванием	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Деревья и птицы» Цель: учить выполнять движения в соответствии с текстом Гимнастика для глаз «Ветер»		«Фрукты, овощи, ягоды» Цель: упражнять в ловле и броске мяча воспитателю, закрепить знания Расслабление, лежа на спине «Волшебная палочка»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	сентябрь	октябрь
Тема занятия	ТЕРРИТОРИЯ ДЕТСКОГО САДА	ОСЕНЬ
Программное содержание	-учить подбрасывать мяч вверх двумя руками и ловить его двумя руками; упражнять в прокатывании мяча друг другу двумя руками, стоя на коленях, в подлезании под шнур, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед -развивать мелкую моторику рук, координацию движений, прыгучесть - воспитывать интерес к упражнениям с мячом	-учить ползать под шнур, не касаясь руками пола; упражнять в ходьбе по ребристой доске, с перешагиванием через предметы - развивать согласованность движений, координацию движений, равновесие -воспитывать культуру правильной осанки
Этапы занятия	Занятие №5-6	Занятие №7-8
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьей, смешной человечек, спиной вперед, гусеница Прыжки с продвижением вперед, на одной ноге Бег друг за другом, змейкой	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьей, смешной человечек, спиной вперед, гусеница Боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, змейкой
ОРУ	№3 с большим мячом	№4 без предметов
Основные виды движений	1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками (фронтально) 2. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, стоя на коленях (фронтально в парах) 3. Ползание под шнур, не касаясь пола руками (поточно) 4. Прыжки на двух ногах между кеглями (поточно)	Круговая тренировка: 1. Ползание под шнур, не касаясь руками пола 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе 3. Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики Игровое упражнение «Допрыгай до обруча» (конкурс)
Подвижные игры	«Найди свой домик» Цель: упражнять в беге, развивать внимание, ориентировку в пространстве	«Кот и собака» Цель: упражнять в передаче мяча по кругу, не роняя его, развивать мелкую моторику рук. Точность передачи
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Все спортом занимаются» Цель: учить выполнять движения в соответствии с текстом Гимнастика для глаз «Яркий свет» Дыхательное упражнение «Регулировщик»	Игровое упражнение «Сердитая кошка» Дыхательное упражнение «Петух»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	октябрь	октябрь
Тема занятия	УРОЖАЙ СОБИРАЙ	ПТИЦЫ ПЕРЕЛЕТНЫЕ И ЗИМУЮЩИЕ
Программное содержание	- учить ходить по гимнастической скамейке с приседанием на середине скамейки; с мешочком на голове; упражнять в прыжках с продвижением вперед и в перепрыгивании -развивать равновесие, прыгучесть, ловкость, скоростную реакцию -воспитывать культуру правильной осанки	- учить прокатывать мяч двумя руками по скамейке; упражнять в прокатывании мяча друг другу, стоя на коленях; в прыжках из обруча в обруч - развивать мелкую моторику рук, силу отталкивания, ловкость рук -воспитывать целеустремленность, выдержку
Этапы занятия	Занятие №9-10	Занятие №11-12
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, смешной человечек Ползание на высоких четвереньках, на низких четвереньках Бег друг за другом, змейкой	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, смешной человечек, спиной вперед Боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, змейкой
ОРУ	№5 без предметов	№6 с малым мячом
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть (поточно) 2. Ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове (поточно) 2 подгруппа: 3. Прыжки на двух ногах до предмета (фронтально) 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше (поточно) Смена подгрупп	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (поточно) 2. Прокатывание мяча друг другу, стоя на коленях (фронтально в парах) 3. Прокатывание мяча по мостику (доске) двумя руками перед собой (поточно)
Подвижные игры	«Зайцы и волк» Цель: упражнять в беге с увертыванием, в прыжках с продвижением вперед	«Грачи и автомобиль» Цель: упражнять в умение бегать и останавливаться по сигналу, в беге с увертыванием
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Танец медвежат» Дыхательное упражнение «Волк»	«Машина – стоп!» Цель: учить останавливаться по сигналу и сохранять равновесие
Индивидуальная работа		

Дата проведения	октябрь	ноябрь
Тема занятия	TRANСПОРТ	ПРОФЕССИИ ВЗРОСЛЫХ
Программное содержание	- продолжать учить подбрасывать мяч двумя руками вверх и ловить его двумя руками; упражнять в ползании под дуги; в ходьбе с перешагиванием через предметы -развивать равновесие, ловкость рук, прыгучесть -воспитывать выносливость, организованность	-учить подлезать под шнур с мячом в руках; упражнять в ходьбе с перешагиванием; в прокатывании мяча по дорожке - развивать ловкость рук, согласованность рук и ног, равновесие -воспитывать дух соперничества, взаимопомощь
Этапы занятия	Занятие №13-14	Занятие №15-16
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом. Ползание на высоких четвереньках. Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад.	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, в полуприседе. Ползание на высоких четвереньках, «пауки». Бег друг за другом, с высоким подниманием коленей.
ОРУ	№7 без предметов	№8 с большим мячом
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками (фронтально) 2 подгруппа: 2. Ползание под дуги (поточно) 3. Ходьба по доске с перешагиванием через кубики (поточно) 4. Прыжки на двух ногах через гимнастические палки (поточно) Смена подгрупп	Круговая тренировка: 1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках 2. Ходьба по доске с перешагиванием через кубики (мяч в руках) 3. Прокатывание мяча по дорожке Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на 2 ногах с продвижением вперед) (конкурс)
Подвижные игры	«Волк-волчок» Цель: совершенствование в ориентировке в пространстве, быстрота реакции	«Стой машина, стой пешеход» Цель: упражнять в беге с остановками по сигналу
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Лыжник» Дыхательная гимнастика «Дуем на снежинку»	Дыхательное упражнение «Насос» Упражнение на расслабление «Винт»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь	ноябрь
Тема занятия	ГОРОД МОЙ	ПУТЕШЕСТВИЕ В ДЕРЕВНЮ
Программное содержание	- учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу и из-за головы; упражнять в прыжках с продвижением вперед; - развивать точность броска мяча, ловкость рук - воспитывать взаимовыручку, выносливость	-учить ползать по гимнастической скамейке на животе; упражнять в ходьбе с перешагиванием, в прыжках на двух ногах -развивать равновесие, силу рук, мышцы живота - воспитывать выносливость, выдержку, целеустремленность
Этапы занятия	Занятие №17-18	Занятие №19-20
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Прыжки боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Прыжки боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, широким шагом
ОРУ	№9 с большим мячом	№10 с ленточками
Основные виды движений	1. Перебрасывание мячей двум руками снизу (расстояние 1,5м) (фронтально в парах) 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через шнуры (мячи в руках) (поточно) 3. Перебрасывание мячей друг другу 2 руками из-за головы (расстояние -2м) (фронтально в парах)	Круговая тренировка 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине 4. Прыжки на 2 ногах до кубика
Подвижные игры	«Мышеловка» Цель: упражнять во вбегании и выбегании в круг по сигналу, развивать внимание	«Совушка-сова» Цель: развитие представлений о животных, выразительности движений, быстроты реакции
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Колобок» Расслабление, лежа на спине «Девочки и мальчики»	Игровое упражнение «Птица» Гимнастика для глаз «Сова»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь		декабрь	
Тема занятия	ЗИМУШКА – ЗИМА		ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ ЗИМОЙ	
Программное содержание	-учить прыгать через подушечки (прыжок в длину с места); упражнять в прокатывании мяча между предметами, в ходьбе по шнуру - развивать прыгучесть, силу отталкивания, равновесие - воспитывать стремление улучшить результат		-упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками и ловле его, в ходьбе по скамейке с мешочком на голове, в прокатывании мяча -развивать точность прокатывания, ловкость рук, равновесие - воспитывать культуру правильной осанки	
Этапы занятия	Занятие №21-22		Занятие №23-24	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед Прыжки с продвижением вперед Бег друг за другом, широким шагом		Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед, боком приставным шагом Прыжки с продвижением вперед, подскоками Бег друг за другом, широким шагом	
ОРУ	№11 с султанчиками		№12 с малыми мячами	
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе (поточно) 2. Прыжки через подушечки (фронтально) 2 подгруппа: 3. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в одну линию (фронтально) 4. Смена подгрупп		1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове (поточно) 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 3. Игра «Переправься через замерзшую речку» 4. Игровое упражнение «Сбей сосульку»	
Подвижные игры	«Волк-волчок» Цель: совершенствование в ориентировке в пространстве, быстрота реакции		«Волк и заяц» Цель: упражнять в умении осаливать и уворачиваться	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Лыжник» Дыхательная гимнастика «Дуем на снежинку»		Упражнение на расслабление «Медведь в берлоге»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	декабрь		декабрь	
Тема занятия	ВОЛШЕБНЫЙ ПРАЗДНИК		КАК ЛЮДИ ЖИЛИ РАНЬШЕ	
Программное содержание	-учить прыгать через подушечки (прыжок в длину с места); упражнять в прокатывании мяча между предметами, в ходьбе по шнуру - развивать прыгучесть, силу отталкивания, равновесие - воспитывать стремление улучшить результат		-упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками и ловле его, в ходьбе по скамейке с мешочком на голове, в прокатывании мяча -развивать точность прокатывания, ловкость рук, равновесие - воспитывать культуру правильной осанки	
Этапы занятия	Занятие №25-26		Занятие №27-28	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед Прыжки с продвижением вперед Бег друг за другом, широким шагом		Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед, боком приставным шагом Прыжки с продвижением вперед, подскоками Бег друг за другом, широким шагом	
ОРУ	№11 с султанчиками		№12 с малыми мячами	
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе (поточно) 2. Прыжки через подушечки (фронтально) 2 подгруппа: 3. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в одну линию (фронтально) 4. Смена подгрупп		1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове (поточно) 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 3. Игра «Переправься через замерзшую речку» 4. Игровое упражнение «Сбей сосульку»	
Подвижные игры	«Мячик, мячик, поскачи» Цель: упражнять в умении бросать мяч в стенку и пытаться ловить его		«Баба - Яга» Цель: упражнять в прыжках на одной ноге с продвижением вперед, воспитывать выносливость	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Велосипед»		Игровое упражнение «Новогодняя звезда» Расслабление на полу, лежа на животе « Волшебная рукавица Деда Мороза»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	январь		январь	
Тема занятия	ДОМА РАЗНЫХ НАРОДОВ		ОТКУДА ЧТО ПРИШЛО?	
Программное содержание	- учить ходьбе по наклонной лестнице, приставным шагом по шведской стенке, упражнять в прыжках на правой и левой ногах - развивать равновесие, ловкость -воспитывать выносливость		- продолжать учить перебрасывать мяч друг другу стоя в шеренгах, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, с перешагиванием через кубики - развивать равновесие - воспитывать культуру правильной осанки	
Этапы занятия	Занятие №29-30		Занятие №31-32	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед Прыжки с продвижением вперед Бег друг за другом		Ходьба на носочках, на пятках, по- медвежьей, смешной человек, спиной вперед, гусеница Боковой галоп, подскоками Бег друг за другом	
Общеразвивающие упражнения	№1		№2	
Основные виды движений	1 подгруппа: (поточно) 1. Ходьба по наклонной лестнице вверх с переходом на шведскую стенку, вниз 2. Ходьба приставным шагом по шведской стенке 2 подгруппа: (фронтально) 3. Прыжки на правой и левой ногах до кубика (2м)		1 подгруппа: (поточно) 1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине поворот кругом) 2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы 2 подгруппа (в парах) 4. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах	
Подвижные игры	«Найди свой домик» Цель: упражнять в беге, развивать внимание, ориентировку в пространстве		«Ловишки с ленточкой» Цель: упражнять в беге с увертыванием, развивать скоростную реакцию, изворотливость	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Строим дом»		Игровое упражнение «Ножницы» Дыхательное упражнение «Глиняная дудочка»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	январь		январь	
Тема занятия	КАКИЕ БЫВАЮТ ИГРУШКИ		НАША СТРАНА РОССИЯ	
Программное содержание	- продолжать учить перебрасывать мяч друг другу и ловить (точность передачи) - упражнять в перешагивании через различные предметы - развивать точность передачи, координацию движений - воспитывать стремление улучшить результат		-учить прыгать через подушечки (прыжок в длину с места), упражнять в прокатывании мяча между предметами, в ходьбе по шнуру - развивать прыгучесть, силу отталкивания, равновесие - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №33-34		Занятие №35-36	
Вводная	Чередование ходьбы на носках, пятках, прыжков на одной ноге с продвижением вперед, быстрого бега и ходьбы.		Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Прыжки боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, широким шагом	
Общеразвивающие упражнения	№3		№4	
Основные виды движений	1. Передача и ловля мяча друг другу двумя руками снизу. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.		1 подгруппа: 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги носку другой, руки на поясе (поточно) 2. Прыжки через подушечки (фронтально) 2 подгруппа: 3. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в одну линию (фронтально) 4. Смена подгрупп	
Подвижные игры	«Пастух и стадо»		«Цветные автомобили»	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика				
Индивидуальная работа				

Дата проведения	февраль	февраль
Тема занятия	ЖИЛИЩЕ И ТРУД РУССКИХ ЛЮДЕЙ	ОДЕЖДА РУССКИХ ЛЮДЕЙ
Программное содержание	-учить прыгать через подушечки (прыжок в длину с места), упражнять в прокатывании мяча между предметами, в ходьбе по шнуру - развивать прыгучесть, силу отталкивания, равновесие - воспитывать стремление улучшить результат	- учить отбивать мяч одной рукой о пол и ловить его двумя руками, упражнять в прыжках на двух ногах, в ходьбе на носках между предметами, в перебрасывании мяча друг другу - развивать ритмичность, мелкую моторику рук - воспитывать интерес к упражнениям с мячом
Этапы занятия	Занятие №37-38	Занятие №39-40
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Прыжки боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, широким шагом	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад
Общеразвивающие упражнения		
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги носку другой, руки на поясе (поточно) 2. Прыжки через подушечки (фронтально) 2 подгруппа: 3. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в одну линию (фронтально) 4. Смена подгрупп	1. Отбивание мяча одной рукой о пол, ловля двумя руками 1 подгруппа(поточно) 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь- ноги вместе) 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в ряд 2 подгруппа: (в парах) 4. Перебрасывание мячей друг другу снизу
Подвижные игры	«Русские узоры» Цель: упражнять в умении занимать место по сигналу, развивать реакцию	«Лягушки» Цель: упражнять в умении подпрыгивать с продвижением вперед
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Ножницы»	Игровое упражнение «Плавание на байдарках»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль	март
Тема занятия	ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА	МАМИН ПРАЗДНИК
Программное содержание	-упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками и ловле его, в ходьбе по скамейке с мешочком на голове, в прокатывании мяча - развивать точность прокатывания, ловкость рук, равновесие -воспитывать культуру правильной осанки	- учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу, упражнять в ползании на четвереньках по гимнастической стенке -развивать ловкость - воспитывать интерес к упражнениям с мячом
Этапы занятия	Занятие №41-42	Занятие №43-44
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, по-медвежьи, смешной человек, спиной вперед, гусеница Прыжки с продвижением вперед, лошадка Бег друг за другом	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад
Общеразвивающие упражнения	№3 с мячами	№4 с мячами
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове (поточно) 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 3. Игра «Переправься через замерзшую речку» 4. Игровое упражнение «Сбей сосульку»	1 подгруппа: (в парах) 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу 2 подгруппа: (поточно) 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через подушечки
Подвижные игры	«Олени и охотники» Цель: упражнять в увертывании от обруча и умении осаливать обручем	«Хоровод» Цель: упражнять в беге и ходьбе по кругу, взявшись за руки
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Упражнение на релаксацию «Большие камни»	Дыхательное упражнение «Воздушный шар»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март		март	
Тема занятия	КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ		ВЕСНА - КРАСНА	
Программное содержание	- учить отбивать мяч одной рукой и ловить его двумя руками, упражнять в ползании по гимнастической скамейке с заданиями, в прыжках на 2 ногах вдоль шнура - развивать ловкость, двигательную реакцию - воспитывать выдержку, смелость		- учить прыгать в высоту с места, упражнять в ползании под шнуром, в ходьбе между предметами, по гимнастической скамейке - развивать равновесие - воспитывать смелость, бесстрашие	
Этапы занятия	Занятие №45-46		Занятие №47-48	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, в полуприседе Ползание на «высоких» четвереньках, «пауки» Бег друг за другом, с высоким пониманием колена		Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад	
Общеразвивающие упражнения	№5		№6	
Основные виды движений	1 подгруппа: (фронтально) 1. Отбивание мяча о пол 2 подгруппа: (поточно) 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2-3 раза) 3. Прыжки на 2 ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева		1 подгруппа: (поточно) 1. Ползание под шнуром боком, не касаясь пола руками 2. Ходьба между стойками, высоко поднимая колени 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, встать и пойти дальше, прыгнуть 2 подгруппа: (поточно) 4. Прыжки в высоту с места	
Подвижные игры	«Самолеты» Цель: упражнять в умении выполнять движения в соответствии с текстом		«Яблоки для мамы» Цель: упражнять в умении передавать друг другу мяч, стоя в кругу	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик»		Игровое упражнение «Покачай малышку»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	март	апрель
Тема занятия	ВЕСЕННИЕ ПРОИШЕСТВИЯ	ВОДА
Программное содержание	- упражнять в ходьбе по наклонной доске, в прыжках на 2 ногах из обруча в обруч, в беге по доске, в перепрыгивании через предметы - развивать прыгучесть, быстроту - воспитывать соревновательный дух	- упражнять в ходьбе по скамейке с заданиями, в ползании по гимнастической скамейке, в прыжках из обруча в обруч - развивать равновесие, координацию движений - воспитывать выносливость
Этапы занятия	Занятие №49-50	Занятие №51-52
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед Прыжки с продвижением вперед на двух ногах Бег друг за другом, широким шагом	Ходьба на носочках, на пятках, по – медвежьи, смешной человек, спиной вперед, гусеница Прыжки с продвижением вперед на одной ноге Бег друг за другом, змейкой
Общеразвивающие упражнения	№7	№8
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек» 3. Игровое задание «Пробеги по мостику» 4. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч	Круговая тренировка: 1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, встать и пойти дальше, спрыгнуть 4. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч
Подвижные игры	«ёУ медведя во бору» Цель: упражнять в умении догонять и уворачиваться во время бега	«Снежинки и ветер» Цель: упражнять в умении выполнять движения в соответствии с текстом
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Эхо» Цель: развивать двигательные фантазии	Игровое упражнение «Птица»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	апрель		апрель	
Тема занятия	ВОЗДУХ		ПОЧВА	
Программное содержание	- учить метанию мешочков в цель правой и левой рукой, упражнять в перебрасывании мяча друг другу из-за головы, в прыжках на двух ногах между кубиками - развивать меткость, двигательную реакцию - воспитывать стремление улучшить результат		- учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу, упражнять в ползании на четвереньках по гимнастической скамейке - развивать ловкость -воспитывать интерес к упражнениям с мячом	
Этапы занятия	Занятие №53-54		Занятие №55-56	
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Прыжки боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, широким шагом		Ходьба на носочках, на пятках, приставляя пятку к носку другой ноги, спиной вперед Прыжки с продвижением вперед на двух ногах Бег друг за другом, широким шагом	
Общеразвивающие упражнения	№9 с кубиками		№10 с маленькими мячами	
Основные виды движений	1 подгруппа: (в парах) 1. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях 3. Прыжки на двух ногах между кубиками, расставленными в шахматном порядке 2 подгруппа: (поточно) 4. Метание мешочков в цель правой и левой рукой		1 подгруппа: (в парах) 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу 2 подгруппа:(поточно) 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через подушечки	
Подвижные игры	«Медведь» Цель: продолжать учить уворачиваться во время бега		«Белки на деревьях» Цель: упражнять в умении запрыгивать на высоту по сигналу	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Подснежники»		«Мяч по кругу» Цель: упражнять в умении предавать мяч по кругу на скорость, называя – кто , где живет	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	апрель	май
Тема занятия	ТАКИЕ РАЗНЫЕ ИНТЕРЕСЫ	МОЯ СЕМЬЯ
Программное содержание	- учить прокатывать мяч между предметами, упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч, в ходьбе и беге по гимнастической скамейке - развивать прыгучесть, ориентировку в пространстве - воспитывать организованность	- учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу и из-за головы; упражнять в прыжках с продвижением вперед - развивать точность броска мяча, ловкость рук - воспитывать взаимовыручку, выносливость
Этапы занятия	Занятие №57-58	Занятие №59-60
Вводная	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Ползание на высоких четвереньках Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад	Ходьба на носочках, на пятках, широким шагом, боком приставным шагом Прыжки, боковой галоп, подскоками Бег друг за другом, с захлестыванием ног назад
Общеразвивающие упражнения	№11	№12
Основные виды движений	1 подгруппа: (поточно) 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 2. Прыжки через короткие шнуры 3. Ходьба и бег по скамейке со спрыгиванием 2 подгруппа: (поточно) 4. Прокатывание мяча между предметами, выставленными в одну линию	1. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5 м) (фронтально в парах) 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через шнуры (мячи в руках) (поточно) 3. Перебрасывание мячей друг другу 2 руками из-за головы (расстояние 2м) (фронтально в парах)
Подвижные игры	«Мы – листочки» Цель: упражнять в умении выполнять движения в соответствии с текстом	«Мышеловка» Цель: упражнять в вбегании и выбегании в круг по сигналу, развивать внимание
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Бутон цветка»	Игровое упражнение «Колобок» Расслабление, лежа на спине «Девочки и мальчики»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	сентябрь		сентябрь	
Тема занятия	ТАКАЯ РАЗНАЯ ОСЕНЬ		О НАСТОЯЩИХ МАЛЬЧИКАХ И НАСТОЯЩИХ ДЕВОЧКАХ	
Программное содержание	- учить бросать мяч двумя руками друг другу с отбиванием мяча о пол посередине и ловить его после отскока двумя руками; упражнять в ходьбе с перешагиванием через воротца, в прыжках на двух ногах -развивать ловкость рук, согласованность движений -воспитывать чувство товарищества		- упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, в подбрасывании мяча вверх и ловле двумя руками, в подпрыгивании вверх - развивать мышцы живота, силу рук, ловкость рук -воспитывать выносливость, выдержку, интерес к физкультурным занятиям	
Этапы занятия	Занятие №1-2		Занятие №3-4	
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки		Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	
ОРУ	№1 с большим мячом		№2 с большим мячом	
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Ходьба с перешагиванием через воротца (высота 50см) (поточно) 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед змейкой между предметами (поточно) 2 подгруппа: 3. Перебрасывание мячей двумя руками, после удара о пол – поймать мяч двумя руками (фронтально в парах) Смена подгрупп		1 подгруппа: 1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара в ладоши 2 подгруппа: 2. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват сбоку Смена подгрупп	
Подвижные игры	«Охотники и зайцы» Цель: упражнять в метании в движущуюся цель, развивать внимание		«Найди свой домик» Цель: упражнять в беге, развивать внимание, ориентировку в пространстве	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Дождик» Цель: разучивание ритмического сопровождения движениями народной потешки, развитие памяти, координации движений Релаксация «Прогулка по осеннему лесу»		«Все спортом занимаются» Цель: учить выполнять движения в соответствии с текстом Гимнастика для глаз «Яркий свет» Дыхательное упражнение «Регулировщик»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	октябрь	октябрь
Тема занятия	ДЕТИ И ВЗРОСЛЫЕ В ДЕТСКОМ САДУ	КЕМ БЫТЬ
Программное содержание	-учить лазать по гимнастической стенке, подъем на 5-7 реек и спуск; упражнять в пролезании в обруч, в перешагивании через кубики, в прыжках на двух ногах с мешочком между коленей -развивать согласованность рук и ног, равновесие -воспитывать смелость, организованность	- продолжать учить отбивать мяч правой и левой руками с продвижением вперед; упражнять в ходьбе по дорожкам; в прыжках с мячом между коленей -развивать ритмичность движений, прыгучесть, равновесие -воспитывать культуру правильной осанки, интерес к баскетболу
Этапы занятия	Занятие №5-6	Занятие №7-8
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
ОРУ	№3 без предметов	№4 с малым мячом
Основные виды движений	1 подгруппа - круговая тренировка: 1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо (мешочек в руках) (поточно) 2. Перешагивание через кубики с мешочком на голове (поточно) 3. Прыжки на двух ногах с мешочком между коленей (поточно) 2 подгруппа: 4. Лазание по гимнастической стенке (поточно) Смена подгрупп	1. Ходьба по массажным дорожкам (поточно) 2. Отбивание мяча о пол правой и левой руками поочередно с продвижением вперед (фронтально) 3. Эстафета «Пингвины» (прыжки с зажатым между коленей мячом)
Подвижные игры	«Большие и малые колеса» Цель: развитие концентрации внимания, координации слухового анализатора	«Спортивные гонки» Цель: разучить и помочь детям запомнить движения, соответствующие разным видам спорта
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Самолет» Цель: учить ходить между другими детьми и объединяться по - двое, по - трое Дыхательное упражнение «Паровоз»	«Художник» Цель: учить выкладывать при помощи скакалки какую-либо картинку фигуру Дыхательное упражнение «Пожарные»

Индивидуальная работа		
-----------------------	--	--

Дата проведения	октябрь	октябрь
Тема занятия	КАК ПРИШЛИ НА СТОЛ ПРОДУКТЫ	ТРАНСПОРТ
Программное содержание	- учить бросать мяч двумя руками от груди друг другу; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики; в прыжках с продвижением вперед - развивать мелкую моторику рук, согласованность движений -воспитывать желание работать в парах, взаимовыручку	-учить бросать мяч в вертикальную цель; упражнять в переползании через препятствие; в пролезании через обруч боком - развивать меткость, силу броска, согласованность движений -воспитывать стремление улучшить результат, целеустремленность, решительность
Этапы занятия	Занятие №9-10	Занятие №11-12
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
ОРУ	№5 с султанчиками	№6 с флажками
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики (поточно) 2. Прыжки на двух ногах через шнуры прямо, боком (поточно) 2 подгруппа: 3. Броски мяча двумя руками от груди друг другу (фронтально в парах) Смена подгрупп	1 подгруппа: 1. Переползание на четвереньках через препятствие – валик (поточно) 2. Пролезание через обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола (поточно) 2 подгруппа: 3. Метание в цель правой и левой рукой (поточно) Смена подгрупп

Подвижные игры	«Жнецы» Цель: упражнять в умении выполнять движения в соответствии с текстом	«Большие и малые колеса» Цель: развитие концентрации внимания, координации слухового анализатора
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «В ржаном поле»	«Самолет» Цель: Учить ходить между другими детьми и объединяться по –двое, по-трое Дыхательной упражнение «Паровоз»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь		ноябрь	
Тема занятия	ГОРОД МОЙ		ПРИРОДА РОДНОГО КРАЯ	
Программное содержание	- учить выполнять различные виды ходьбы по гимнастической скамейке; упражнять в пролезании через обруч боком -развивать равновесие, координацию движений, согласованность рук и ног -воспитывать смелость, уверенность		- продолжать учить вести мяч с последующим забрасыванием мяча в корзину; упражнять в отбивании мяча о пол правой и левой руками -развивать мышцы стопы, ритмичность движений, ловкость рук - воспитывать интерес к баскетболу	
Этапы занятия	Занятие №13-14		Занятие №15-16	
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки		Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	
ОРУ	№7 с кубиками		№8 с большим мячом	
Основные виды движений	1 подгруппа: 1.Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком) (поточно) 2 подгруппа: 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на		1. Ходьба по массажным дорожкам (поточно) 2. Отбивание мяча на месте о пол правой и левой руками (фронтально) 3. Ведение мяча с последующим забрасыванием в корзину (поточно в двух колоннах)	

	голове (поточно) 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться, присесть, перешагнуть через кубик (поточно) Смена подгрупп	
Подвижные игры	Валэз быжтиз кут «Поймай коня за хвост»	Узы-боры бичасько «Собираю ягоды»
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Танец медвежат» Дыхательное упражнение «Волки воют»	Дыхательное упражнение «Дровосек» Гимнастика для глаз «Полярная сова»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь		ноябрь	
Тема занятия	УДМУРТИЯ МОЙ КРАЙ РОДНОЙ		ПУТЕШЕСТВИЕ НА СЕВЕР	
Программное	- учить прыгать на правой и левой ноге между предметами;		-учить ползать по гимнастической скамейке с опорой на	

содержание	упражнять в ходьбе на носочках, в отбивании мяча о пол правой и левой руками -развивать прыгучесть, равновесие, ритмичность отбиваний -воспитывать выносливость, культуру правильной осанки	предплечья и колени; упражнять в ведении мяча с продвижением вперед, в подтягивании на животе по гимнастической скамейке -развивать силу рук, равновесие, ритмичность отбиваний -воспитывать смелость, внимательность
Этапы занятия	Занятие №17-18	Занятие №19-20
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
ОРУ	№9 с гимнастическими палками	№10 без предметов
Основные виды движений	1 подгруппа: 1. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по 2 раза (поточно) 2. Ходьба на носках, руки за голову, между кубиками (поточно) 2 подгруппа: 3. Отбивание мяча об пол одной рукой (фронтально) Смена подгрупп	1 подгруппа: 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками (поточно) 2. Ползание по гимнастической скамье с опорой на предплечья и колени (поточно) 2 подгруппа: 3. Ведение мяча с продвижением вперед (фронтально) Смена подгрупп
Подвижные игры	Вумурт «Водяной»	Игра народов Севера «Перетяни»
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Крокодил» Упражнение на расслабление «Большие камни»	«Море волнуется» Цель: продолжать учить замирать и принимать различные позы по сигналу, сохраняя равновесие Дыхательное упражнение «Ветер»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь		декабрь	
Тема занятия	ПУТЕШЕСТВИЕ НА ЮГ		ПУТЕШЕСТВИЕ В ГОРЫ	

Программное содержание	- упражнять в прыжках на одной ноге между предметами, в подлезании под шнур, в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове - развивать прыгучесть, гибкость, культуру движений - воспитывать интерес к различным видам спорта	- упражнять в ведении мяча с последующим забрасыванием в корзину; учить играть в баскетбол -развивать двигательную реакцию, ловкость, быстроту -воспитывать спортивный азарт, интерес к баскетболу
Этапы занятия	Занятие №21-22	Занятие №23-24
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
ОРУ	№11 с малым мячом	№12 в парах
Основные виды движений	Круговая тренировка: 5. Подлезание под шнур прямо, боком, не касаясь руками пола (поточно) 6. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (поточно) 7. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (поточно)	1. Ходьба по массажным дорожкам (поточно) 2. Ведение мяча с последующим забрасыванием мяча в кольцо (поточно в 2 колоннах)
Подвижные игры	«Мяч капитану» Цель: упражнять в бросках мяча на точность и скорость	Элементы игры «Баскетбол»
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Лодочка»	
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь		январь	
-----------------	---------	--	--------	--

Тема занятия	НОВЫЙ ГОД У ВОРОТ	МУЗЫКА ЗИМНИХ ВЬЮГ
Программное содержание	- упражнять в прыжках на одной ноге между предметами, в подлезании под шнур, в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове - развивать прыгучесть, гибкость, культуру движений - воспитывать интерес к различным видам спорта	- упражнять в ведении мяча с последующим забрасыванием в корзину; учить играть в баскетбол -развивать двигательную реакцию, ловкость, быстроту -воспитывать спортивный азарт, интерес к баскетболу
Этапы занятия	Занятие №25-26	Занятие №27-28
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
ОРУ	№11 с малым мячом	№12 в парах
Основные виды движений	Круговая тренировка: 1. Подлезание под шнур прямо, боком, не касаясь руками пола (поточно) 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (поточно) 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (поточно)	1. Ходьба по массажным дорожкам (поточно) 2. Ведение мяча с последующим забрасыванием мяча в кольцо (поточно в 2 колоннах) 3. Игра «Баскетбол»
Подвижные игры	«Заяц без логова» Цель: упражнять в беге с заданием, развивать мышление, сосредоточенность	«Баба - Яга» Цель: упражнять в прыжках на одной ноге с продвижением вперед, воспитывать выносливость
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Эхо» Цель: учить дублировать движение, показанное водящим и интонацию, сказанного слова водящим Дыхательное упражнение «Подыши одной ноздрей»	Игровое упражнение «Новогодняя звезда» Расслабление на полу, лежа на животе « Волшебная рукавица Деда Мороза»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	январь		январь	
Тема занятия	ЖИЛИЩЕ ЧЕЛОВЕКА		МАТЕРИАЛЫ	
Программное содержание	- учить ходьбе по наклонной лестнице, приставным шагом по шведской стенке, упражнять в прыжках на правой и левой ногах - развивать равновесие, ловкость - воспитывать выносливость		-учить подбрасывать мяч двумя руками и ловить его после хлопка, упражнять в прыжках на правой и левой ногах, в ползании по гимнастической скамейке с заданиями - развивать согласованность рук и ног - воспитывать интерес к упражнениям с мячом	
Этапы занятия	Занятие №29-30		Занятие №31-32	
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки		Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	
ОРУ	№13		№14	
Основные виды движений	1 подгруппа: (поточно) 1. Ходьба по наклонной лестнице вверх с переходом на шведскую стенку, вниз 2. Ходьба приставным шагом по шведской стенке 2 подгруппа: (фронтально) 3. Прыжки на правой и левой ногах до кубика (2м)		1 подгруппа: 1. Подбрасывание мяча двумя руками, ловля после хлопка (фронтально) 2. Прыжки попеременно на право и левой ноге до обозначенного места с мячом в руках (поточно) 2 подгруппа: (поточно) 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	
Подвижные игры	«Капканы» Цель: упражнять в беге на скорость, развивать реакцию, учить действовать в паре согласованно		«Пирожок» Цель: упражнять в беге с увертыванием, с осаливанием, развивать реакцию, внимание	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Танец медвежат» Дыхательное упражнение «Волки воют»		Игровое упражнение «Колобок» Дыхательное упражнение «Глиняная дудочка»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	январь	февраль
Тема занятия	ПОСУДА	НАША РОДИНА - РОССИЯ
Программное содержание	-продолжать упражнять в прыжках в длину с места, в ползании под дугами, прокатывая мяч головой, в ведении мяча правой и левой руками - развивать прыгучесть, согласованность рук и ног, ритмичность движений -воспитывать интерес к игре в баскетбол	- учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу, упражнять в ползании на четвереньках по гимнастической стенке -развивать ловкость - воспитывать интерес к упражнениям с мячом
Этапы занятия	Занятие №33-34	Занятие №35-36
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
Общеразвивающие упражнения	№1	№4 с мячами
Основные виды движений	1 подгруппа: (поточно) 1. Прыжки в длину с места с мячом в руках 2. Ползание под дугами, прокатывая мяч головой 3. Пролезание в обруч боком с мячом в руках 2 подгруппа: 4. Ведение мяча правой и лево руками	1 подгруппа: (в парах) 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу 2 подгруппа: (поточно) 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через подушечки
Подвижные игры	«Броуновское движение» Цель: развитие ширины кругозора, позволяющего видеть с собой нужные предметы и производить с ними заранее обозначенные действия	Русская народная игра «Пчелки и ласточка»
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Веселая тарелочка» Цель: воспитание звуковой чуткости, развитие ловкости в передаче предмета Расслабление, лежа на спине «Волшебная рукавичка»	Дыхательное упражнение «Воздушный шар»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль		февраль	
Тема занятия	КАК ЖИЛИ НАШИ ПРЕДКИ		СОВРЕМЕННАЯ ТЕХНИКА (цифровая, бытовая)	
Программное содержание	- учить прыгать в высоту с разбега, упражнять в метании мешочков в вертикальную цель правой и левой руками, в ползании на четвереньках и по – пластунски -развивать согласованность рук и ног, меткость, прыгучесть - воспитывать целеустремленность, решительность		-упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками и ловле его, в ходьбе по скамейке с мешочком на голове, в прокатывании мяча - развивать точность прокатывания, ловкость рук, равновесие -воспитывать культуру правильной осанки	
Этапы занятия	Занятие №37-38		Занятие №39-40	
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки		Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	
Общеразвивающие упражнения	№2		№3 с мячами	
Основные виды движений	1 подгруппа: (поточно) 1. Прыжок в высоту с разбега (высота – 30см) 2 подгруппа: (поточно) 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками 3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями (поточно) 4. Ползание по скамье с опорой на ступни и ладони		5. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове (поточно) 6. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 7. Игра «Переправься через замерзшую речку» 8. Игровое упражнение «Сбей сосульку»	
Подвижные игры	«Змейка» Цель: развивать двигательную реакцию, упражнять в беге, в прыжках с продвижением вперед, в подскоках		«Олени и охотники» Цель: упражнять в увертывании от обруча и умении осаливать обручем	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Ягодки рябины» Релаксация, лежа на спине «Хохломские узоры»		Упражнение на релаксацию «Большие камни»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	февраль		март	
-----------------	---------	--	------	--

Тема занятия	ЗАЩИТНИКИ ОТЕЧЕСТВА	МАМА ДОРОГАЯ
Программное содержание	- учить отбивать мяч одной рукой и ловить его двумя руками, упражнять в ползании по гимнастической скамейке с заданиями, в прыжках на 2 ногах вдоль шнура - развивать ловкость, двигательную реакцию -воспитывать выдержку, смелость	- учить прыгать в высоту с места, упражнять в ползании под шнуром, в ходьбе между предметами, по гимнастической скамейке - развивать равновесие - воспитывать смелость, бесстрашие
Этапы занятия	Занятие №41-42	Занятие №43-44
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
Общеразвивающие упражнения	№5	№6
Основные виды движений	1 подгруппа: (фронтально) 1. Отбивание мяча о пол 2 подгруппа: (поточно) 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2-3 раза) 3. Прыжки на 2 ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева	1 подгруппа: (поточно) 1. Ползание под шнуром боком, не касаясь пола руками 2. Ходьба между стойками, высоко поднимая колени 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, встать и пойти дальше, спрыгнуть 2 подгруппа: (поточно) 4. Прыжки в высоту с места
Подвижные игры	«Самолеты» Цель: упражнять в умении выполнять движения в соответствии с текстом	«Яблоки для мамы» Цель: упражнять в умении передавать друг другу мяч, стоя в кругу
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Стойкий оловянный солдатик»	Игровое упражнение «Покачай малышку»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март		март	
Тема занятия	ВОЗДУХ		ВОДА	
Программное содержание	- упражнять в ходьбе по скамейке с заданиями, в ползании по гимнастической скамейке, в прыжках из обруча в обруч - развивать равновесие, координацию движений - воспитывать выносливость		- учить отбивать мяч одной рукой о пол и ловить его двумя руками, упражнять в прыжках на двух ногах, в ходьбе на носках между предметами, в перебрасывании мяча друг другу - развивать ритмичность, мелкую моторику рук - воспитывать интерес к упражнениям с мячом	
Этапы занятия	Занятие №45-46		Занятие №47-48	
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки		Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	
Общеразвивающие упражнения	№8		№7	
Основные виды движений	Круговая тренировка: 1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, встать и пойти дальше, прыгнуть 4. Прыжки на 2 ногах из обруча в обруч		1. Отбивание мяча одной рукой о пол, ловля двумя руками 1 подгруппа(поточно) 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь- ноги вместе) 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в ряд 2 подгруппа: (в парах) 4. Перебрасывание мячей друг другу снизу	
Подвижные игры	«Северный и южный ветер» Цель: упражнять в беге с увертыванием, воспитывать взаимовыручку, упражнять в умении осаливать		«Лягушки» Цель: упражнять в умении подпрыгивать с продвижением вперед	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Насос» Дыхательное упражнение «Воздушный шар»		Игровое упражнение «Плавание на байдарках»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	март		апрель	
Тема занятия	ВЕСНА		ПУТЕШЕСТВИЕ В КОСМОС	
Программное содержание	- учить метанию мешочков в цель правой и левой рукой, упражнять в перебрасывании мяча друг другу из-за головы, в прыжках на двух ногах между кубиками - развивать меткость, двигательную реакцию - воспитывать стремление улучшить результат		-учить метать теннисный мяч в вертикальную цель, упражнять в прыжках через скакалку, в прокате обруча друг другу, в ползании по-пластунски - развивать силу броска, меткость, ловкость рук, согласованность рук и ног - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №49-50		Занятие №51-52	
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки		Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	
Общеразвивающие упражнения	№9 с кубиками		№10	
Основные виды движений	1 подгруппа: (в парах) 1. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях 3. Прыжки на двух ногах между кубиками, расставленными в шахматном порядке 2 подгруппа: (поточно) 4. Метание мешочков в цель правой и левой рукой		1 подгруппа(фронтально) 1. Прыжки через скакалку на месте 2 подгруппа: (поточно) 2. Метание теннисного мяча в вертикальную цель 3. Прокат обруча друг другу в парах 4. Ползание по – пластунски (поточно)	
Подвижные игры	«Медведь» Цель: продолжать учить уворачиваться во время бега		«Ловишки с марсианами» Цель: упражнять в беге с увертыванием	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Подснежники»		Игровое упражнение «Ракета» Релаксация Звездное небо»	
Индивидуальная работа				

Дата проведения	апрель		апрель	
Тема занятия	БУДЬ ПРИРОДЕ ДРУГОМ		ПОЧВА	

Программное содержание	- упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с заданиями, в прыжках в высоту, в прыжках в длину с места, в подбрасывании мяча друг другу и ловле после отскока - развивать прыгучесть, двигательную реакцию, ловкость -воспитывать выносливость	- учить перебрасывать мяч друг другу двумя руками снизу и из-за головы; упражнять в прыжках с продвижением вперед - развивать точность броска мяча, ловкость рук - воспитывать взаимовыручку, выносливость
Этапы занятия	Занятие №53-54	Занятие №55-56
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
Общеразвивающие упражнения	№11	№12
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке через кубики прямо, боком (поточно) 2. Прыжки в высоту (поточно) 3. Подбрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола (фронтально) 4. Прыжки в длину с разбега (поточно)	1. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5 м) (фронтально в парах) 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через шнуры (мячи в руках) (поточно) 3. Перебрасывание мячей друг другу 2 руками из-за головы (расстояние 2м) (фронтально в парах)
Подвижные игры	«Хитрая лиса» Цель: упражнять в беге с увертыванием	«На земле не стоять» Цель: научить правильному реагированию на команду, предусмотренную игрой
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Цапля» Релаксация «На лугу»	«Мышка» Цель: учить контролировать эмоции, не показывать мимикой и жестами о наличии предмета Игровое упражнение «Гусеница»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	май		май	
Тема занятия	МОЯ СЕМЬЯ		ЧТО ТАКОЕ ДЕНЬГИ?	

Программное содержание	- упражнять в метании мешочка на дальность, упражнять в ползании по гимнастической скамейке с заданиями, в перебрасывании мяча друг другу из-за головы, в прыжках на 2 ногах до предмета - развивать силу броска - воспитывать стремление улучшить результат	- учить подбрасывать мяч вверх двумя руками и ловить его двумя руками; упражнять в прокатывании мяча друг другу двумя руками, стоя на коленях, в подлезании под шнур, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед - развивать мелкую моторику рук, координацию движений - воспитывать интерес к упражнениям с мячом
Этапы занятия	Занятие №57-58	Занятие №59-60
Вводная	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки	Комплекс корригирующей ходьбы и бега сигнальные карточки
Общеразвивающие упражнения	№14	№12
Основные виды движений	1. Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на ступни и ладони 3. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы 4. Прыжки на 2 ногах до флажка, между предметами, поставленными в ряд	1. Подбрасывание мяча вверх его двумя руками (фронтально) 2. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, стоя на коленях (фронтально в парах) 3. Ползание под шнур, не касаясь пола руками (поточно) Прыжки на двух ногах между кеглями (поточно)
Подвижные игры	«Мама, папа, я – спортивная семья» Цель: упражнять в участии в эстафетах	«Мама, папа, я – спортивная семья» Цель: упражнять в участии в эстафетах
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Игровое упражнение «Фото семьи»	Игровое упражнение «Фото семьи»
Индивидуальная работа		

Подготовительная группа

Дата проведения	сентябрь	1 неделя 1 занятие	сентябрь	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	ТАКАЯ РАЗНАЯ ОСЕНЬ			
Программное содержание	- упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, с соблюдением дистанции; в отбивании мяча в ходьбе «змейкой»; в прыжках на двух ногах; - развивать мышцы кисти; координацию движений в прыжке; - воспитывать организованность, умение сохранять осанку при выполнении упражнений		- упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в равновесии; в метании мешочка; в ползании на четвереньках «по - медвежьи»; - развивать точность при метании мешочка; координацию; - воспитывать организованность, умение сохранять осанку при выполнении упражнений	
Этапы занятия	Занятие №1		Занятие №2	
Вводная	Построение в шеренгу. Прыжком перестроение в колонну. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой на носках, руки вверх; высоко поднимая колени, руки в стороны; на наружных сводах стоп, руки на поясе. Бег в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную; бег с остановкой на сигнал. Для выполнения ОРУ в ходьбе перестроение в колонну по два. Размыкание.		Построение в шеренгу. Прыжком перестроение в колонну. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой на носках, руки за голову; высоко поднимая колени, руки к плечам; на наружных сводах стоп, руки за спину. Бег в колонне в чередовании с ходьбой в рассыпную; бег с остановкой на сигнал. Для выполнения ОРУ в ходьбе перестроение в колонну по два. Размыкание.	
ОРУ	№1 с большим мячом		№1 с большим мячом	
ОВД	1.Отбивание мяча в ходьбе «змейкой», огибая предметы, одной рукой, ловля – двумя; 2-3 раза. <u>2. 1 подгруппой поточно</u> Ползание на четвереньках «змейкой», огибая предметы, вперед и назад; 2-3 раза. <u>2 подгруппой поточно</u> Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед «змейкой», огибая предметы, расставленные на расстоянии 50см друг от друга. Расстояние 5-6м; 2-3 раза		1.Стоять на одной ноге, закрыв глаза (на полу, на подушке) ;4-6 раз 2. Метание набивного мешочка в горизонтальную цель правой и левой рукой произвольным способом с расстояния 3м; 6-8 раз 3. Ползание по шнуру (6м)на четвереньках «по - медвежьи»: ступни на шнуре, ладони справа и слева от шнура; 3 раза	
Подвижные игры			. «Быстро возьми» Цель: упражнять в беге, различных видах ходьбы, в прыжках Дети движутся в колонне по кругу заданным способом. В кругу лежат предметы количеством на один меньше, чем детей. Нужно быстро схватить предмет.	
Игры малой, средней	Сбей грушу (на скамейке).		«У кого мяч».	

подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Цель: упражнять в равновесии, броске мяча, метании. Одна минута спокойной ходьбы Релаксация	
Индивидуальная работа		

Дата проведения	сентябрь	2 неделя 1 занятие	сентябрь	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	О НАСТОЯЩИХ МАЛЬЧИКАХ И НАСТОЯЩИХ ДЕВОЧКАХ			
Программное содержание	- упражнять в прыжке в длину с места; отбивании мяча; в ползании на четвереньках «змейкой». - развивать точность при переброске мяча; координацию движений в прыжке - воспитывать организованность, умение сохранять осанку при выполнении упражнений		- упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, с соблюдением дистанции; закреплять навыки равновесия при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в прыжках в длину - развивать точность при переброске мяча; координацию движений в прыжке - воспитывать организованность, умение сохранять осанку при выполнении упражнений	
Этапы занятия	Занятие №3		Занятие №4	
Вводная	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание приставным шагом. Перестроение в колонну переступанием. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой на носках, руки вверх; выпадами, руки на пояс; перекатом с пятки на носок; «змейкой», огибая предметы. Бег в колонне с заданиями на сигнал: упор присев, остановка, смена направления бега. Для выполнения ОРУ в ходьбе перестроение в колонну по два. Размыкание.		Построение в шеренгу. Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Перестроение в колонну переступанием. Обычная ходьба в колонне в чередовании с перекрестной ходьбой; ходьбой с выпадами приставляя ногу; перекатом с пятки на носок, руки на пояс. Бег в колонне с заданиями: «змейкой» огибая предметы; с высоким подниманием коленей; враспынную. Для выполнения ОРУ в ходьбе перестроение в колонну по два. Размыкание.	
ОРУ	№1 с гимнастической палкой		№1 с обручем	
ОВД	<u>подгруппой поточно</u> Метание набивного мешочка (масса 200г) в вертикальную		<u>Фронтально</u> Перебрасывание мяча стоя в шеренгах, расстояние 2,5м,	

	цель правой и левой рукой произвольным способом с расстояния 3,5-4 м; 6-8 раз. <u>подгруппой поточно</u> С небольшого разбега ударить по мячу ногой и сбить предмет. Расстояние 2-2,5 м; 6-8 раз <u>подгруппой поточно</u> <u>Прыжок в длину с места, расстояние 90 см; 5-6 раз</u>	двумя руками снизу; 16-20 раз. <u>поточно</u> Пролезание в ряд обручей боком в группировке (6 обручей): в один – правым боком, в другой – левым боком; 2 раза <u>поточно</u> Прыжки на двух ногах из обруча в обруч, которые положены в ряд на расстоянии 40 см друг от друга (8 шт.); 2 раза
Подвижные игры		.
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Смелый охотник Цель: упражнять в беге, ползании. Одна минута спокойной ходьбы Релаксация	«Ручейки и озера» Цель: упражнять в беге и перестроении Одна минута спокойной ходьбы Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	октябрь	1 неделя 1 занятие	октябрь	1 неделя 2 занятие
-----------------	---------	--------------------	---------	--------------------

Тема занятия	ЭТИКЕТ	
Программное содержание	- упражнять в отбивании мяча; в лазании по гимнастической стенке; в ходьбе по гимнастической скамейке на носках; - развивать согласованность движений рук, ловкость, силу броска - воспитывать решительность, стремление улучшить результат	- упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке на носках; в ползании по гимнастической скамейке; в ударе ногой по мячу; - развивать быстроту реакции, ловкость, мышцы стоп, спины; - воспитывать дисциплинированность, решительность, чувство коллективизма
Этапы занятия	Занятие №5	Занятие №6
Вводная	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание приставным шагом. Перестроение в колонну переступанием. Ходьба в колонне с различным положением рук (вверх, в стороны, за голову, вперед и др.); перекрестная ходьба. Бег в колонне с выполнением заданий: широким шагом; боковым галопом; с захлестыванием голеней; с поворотом на сигнал.	Построение в шеренгу. Повороты кругом, размыкание и смыкание приставным шагом. Обычная ходьба в колонне в чередовании: с перекрестной ходьбой; с выпадами, приставляя ногу, на выпад – хлопок перед собой; высоко поднимая колени, руки в стороны. Бег в колонне с выполнением заданий на сигнал: упор присев, стойка на носках, руки вверх; поворот на 360; смена направления бега.
ОРУ	№1 с мячом – «ежом»	№1 на гимнастической скамейке
ОВД	<u>фронтально</u> Отбивание мяча на месте правой и левой рукой; 16-20 раз подгруппой поточно Лазанье по гимнастической стенке до верха произвольным способом, переход на 3 пролета, спуск, не пропуская реек; 3 раза <u>подгруппой поточно</u> Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны, на середине перешагнуть гимнастическую палку, лежащую поперек скамейки; 3 раза	<u>Подгруппой поточно</u> Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны, на середине перешагнуть гимнастическую палку, лежащую поперек скамейки; 3 раза <u>Подгруппой поточно</u> Ползание на гимнастической скамейке на животе <u>Подгруппой поточно</u> Ползание на гимнастической скамейке на четвереньках; 2 раза
Подвижные игры	«Чье звено быстрее соберется» Цель: упражнять в умении работать в группе, внимательность	
Игры малой, средней подвижности, игровые	«Найди и промолчи» Цель:	«День и ночь» Цель: тренировать в броске и ловле мяча.

упражнения, дыхательная гимнастика		Одна минута спокойной ходьбы Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	октябрь	2 неделя 1 занятие	октябрь	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	ГОРОД МОЙ			
Программное содержание	- упражнять в умении сохранять равновесие при выполнении упражнений на гимнастической скамейке; в метании мешочка на дальность; в бросках мяча вверх одной рукой и ловле его - развивать глазомер, согласованность движений рук, ловкость, силу броска - воспитывать решительность, стремление улучшить результат		- упражнять в умении сохранять равновесие при выполнении упражнений на гимнастической скамейке; в ползании по шнуру; в лазании по гимнастической скамейке; - развивать согласованность движений рук, ловкость, мышцы опорно – двигательного аппарата; - воспитывать решительность, стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №7		Занятие №8	
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Ходьба обычная, на носках, на пятках, высоко поднимая колени. Бег в медленном темпе 3 минуты.		Построение в шеренгу. Повороты кругом. Размыкание и смыкание приставным шагом. Перестроение в колонну переступанием. Обычная ходьба в чередовании: с ходьбой перекатом с пятки на носок; с ползанием на четвереньках, перешагивая шнуры; с ходьбой на носках. Руки вверх. Обычный бег в колонне с выполнением заданий: «змейкой», огибая предметы; перешагивая шнуры; боковой галоп, перешагивая шнуры; прыжки на двух ногах через шнуры, продвигаясь вперед.	
ОРУ	№30 с мячом ежом		№1 с коротким шнуром	
ОВД	Игровая форма.		Полоса препятствий:	

	5. М/п игра «У кого мяч» 6. С/п игра «Ручейки и озера» 7. С/п игра «День и ночь» 8. В/п игра «Чье звено быстрее соберется» 9. С/п игра «Смелый охотник» 6. М/п игра «Найди и промолчи»	4. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны, на середине перешагнуть предмет высотой 20 см (модуль) 5. Ползание по шнуру на четвереньках, «по – медвежьи»: ступни на шнуре, ладони на полу. 6. Лазание по гимнастической стенке до верха, произвольным способом, переход на 3 пролета, спуск не пропуская реек 7. Прыжки с мата на мат (4 мата), расстояние 90см 8. Ползание на гимнастической скамейке на животе, подтягивая себя руками
Подвижные игры		«Охотники и утки» Цель: развитие глазомера, ловкости
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика		«Ловкие пальцы» Цель: развитие мелкой моторики ног.

Дата проведения	октябрь	3 неделя 1 занятие	октябрь	3 неделя 2 занятие
-----------------	---------	--------------------	---------	--------------------

Тема занятия	ПРИРОДА РОДНОГО КРАЯ	
Программное содержание	-упражнять в метании в горизонтальную цель, в прыжках на двух ногах; в ходьбе по доске с мешочком на голове; - развивать равновесие; глазомер;	- обучать ползанию по – пластунски; - упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; в прыжках на двух ногах через шнур
Этапы занятия	Занятие №9	Занятие №10
Вводная	Построение в шеренгу. Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Перестроение в колонну прыжком. В движении перестроение через центр парами, противоходом через центр в колонну. Ходьба в колонне с различными положениями рук; перекрестная ходьба; ходьба спиной вперед, ходьба скрестным шагом. Легкий бег в колонне чередовать: с бегом, высоко поднимая колени; с бегом с захлестом голени, с бегом врассыпную, с бегом подскоками. Для выполнения ОРУ в ходьбе перестроение в колонну по два. Размыкание.	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание приставным шагом. Перестроение в колонну. В движении перестроение через центр парами, противоходом через центр в колонну. Ходьба в колонне в чередовании: с ходьбой на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спину; выпадами. Руки на пояс; ползанием на четвереньках; ходьбой перекатом с пятки на носок. Бег в колонне с выполнением заданий на сигнал: поворот; подпрыгивание вверх с хлопком; смена направления бега; бег парами.
ОРУ	С гимнастической палкой №1	С мячом №1
ОВД	<u>Поточно</u> 1.Метание в горизонтальную цель мешочка (массой 200гр.) правой и левой рукой способом от плеча с расстояния 4-5м; 8-10 раз <u>фронтально поточно</u> 2.Ходьба по доске (ширина 25-30см, длина 2,5-3м), руки в стороны, с мешочком на голове (массой 200гр.); 3-4 раза <u>поточно</u> 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед с мешочком (масса 200гр.), зажатым коленями, расстояние 4-5м; 3-4 раза	<u>Фронтально</u> 1.отбивание мяча о пол одной рукой и ловля двумя в ходьбе; 15-20 раз <u>Поточно</u> 2.Ползание «по - пластунски» вперед и назад; расстояние 5-6м; 2-3 раза <u>поточно</u> Прыжки на вух ногах через шнур, положенный вдоль зала, справа и слева от него с продвижением вперед; расстояние 5-6м; 3-4м Одна минута спокойной ходьбы Релаксация
Подвижные игры	Удмуртская народная игра «Водяной».	Удмуртская народная игра «Водяной».
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения,	Релаксация	«Ловкие пальцы» Цель: развивать плоскостопие, творческое воображение.

дыхательная гимнастика		
Индивидуальная работа		

Дата проведения	октябрь	4 неделя 1 занятие	октябрь	4 неделя 2 занятие
Тема занятия	УДМУРТИЯ – МОЙ КРАЙ РОДНОЙ			
Программное содержание	- учить ведению мяча в прямом направлении; упражнять; в ходьбе по гимнастической скамейке; закреплять ползание по - пласунски; -развивать ловкость рук, мышцы рук, мышцы ног, равновесие -воспитывать интерес к физкультурным занятиям		- обучать напрыгиванию на гимнастическую скамейку; упражнять в прокатывании мяча; закреплять ведение мяча в прямом направлении; -развивать умение мягко приземляться, ритмичность отбиваний; - воспитывать смелость, решительность, интерес к баскетболу	
Этапы занятия	Занятие №11		Занятие №12	
Вводная	Построение в шеренгу. Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Перестроение в колонну прыжком. Ходьба в колонне, мяч перед грудью в согнутых руках; ходьба на носках, мяч вверх; на наружных сводах стоп, мяч за головой; высоко поднимая колени, мяч в прямых руках перед собой. Бег в колонне, мяч перед грудью в согнутых руках; боковой галоп, мяч вперед; подскоки, мяч вверх; легкий бег, на сигнал – остановка, отбить мяч об пол одной рукой, поймать двумя. Для выполнения ОРУ в ходьбе перестроение в колонну по два. Размыкание.		Построение в шеренгу. Перестроение в круг, расчет на 1-й, 2-й; перестроение в два круга по расчету. Перестроение в колонну по два. Для выполнения ОРУ – размыкание. Ходьба парами с заданиями: на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки на поясе; в полуприседе, руки за спиной; перекрестная ходьба. Бег парами в чередовании с ходьбой парами; бегом в рассыпную; боковым голопом в парах, взявшись за руки.	
ОРУ	с мячом №1		с коротким шнуром №1	

Основные виды движений	<u>Подгруппой поточно</u> 1.Ведение мяча правой и левой рукой в прямом направлении, расстояние 5-6м, 3-4 раза 2.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимать прямую ногу вперед и делать под ней хлопок; 2-3 раза <u>поточно</u> 3.Ползание «по - пластунски» с переползанием через препятствия, расстояние 5-6м; 3-4 раза	<u>поточно</u> 1.Ведение мяча правой и левой рукой в прямом направлении, расстояние 5-6м; после ведения бросок мяча в баскетбольную корзину произвольным способом; 2-3 раза <u>поточно</u> 2.Прокатывание мяча в коридор из трех дуг, подлезание под дуги на коленях и предплечьях; 2-3 раза <u>фронтально</u> 3.Напрыгивание на гимнастическую скамейку и спрыгивание за линию, начерченную перед скамейкой, или в обручи, разложенные на полу на расстоянии 40-30см; 6-8 раз
Подвижные игры	Удмуртская народная игра Сукур така «Слепой баран»	Удмуртская народная игра Сукур така «Слепой баран»
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика		«Поменяемся местами» Цель: развитие внимательности
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь	1 неделя 1 занятие	ноябрь	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	НАША РОДИНА – РОССИЯ			

Программное содержание	-обучать ходить по линии спиной вперед; - упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч, расположенных в шахматном порядке; - закреплять метание в вертикальную цель	- обучать подлезанию под шнур на гимнастической скамейке; - упражнять в лазании по гимнастической стенке; - закреплять ходьбу по гимнастической скамейке;
Этапы занятия	Занятие №13	Занятие №14
Вводная	Построение в шеренгу. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й, перестроение по расчету в 3 шеренги. Повороты на месте. Перестроение в колонну. В движении перестроение через центр парами; движение противходом, через центр в одну колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в ходьбе в колонну по два. Ходьба в колонне с заданиями: высоко поднимая колени, руки в стороны; на носках, руки вверх; скрестным шагом; выпадами вперед, приставляя ногу, на выпад – хлопок перед собой. Бег в колонне с заданиями: тройками, в колонне «змейкой», огибая предметы; бег с ноги на ногу по ориентирам, широким шагом.	Построение в колонну. Перестроение в шеренгу, в круг, расчет на 1-й, 2-й, перестроение по расчету в два круга (внутренний и внешний). Обратное перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в ходьбе в колонну по два. Ходьба в колонне с заданиями: перешагивая предметы; спиной вперед; с ритмичными хлопками под левую ногу; перекрестная ходьба. Обычный бег в колонне в чередовании с бегом высоко поднимая колени; поднимая вперед прямые ноги; с захлестом голеней; боковым галопом.
ОРУ	с мячом «ежом» №1	с мячом «ежом» №1
Основные виды движений	<u>подгруппой поточно</u> 1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине подлезание под веревку, натянутую на высоте 50см над гимнастической скамейкой; 2-3 раза <u>подгруппой фронтально</u> 2.Метание в горизонтальную цель набивного мешочка (масса 200гр.) способом от плеча правой и левой рукой с расстояния 4-5м; 6-8 раз <u>фронтально</u> 3.Напрыгивание на гимнастическую скамейку и спрыгивание за линию, начерченную перед скамейкой на расстоянии 40-50 см, с поворотом на 180 град.; 6-8 раз	<u>Фронтально</u> 1. Метание набивного мешочка (200гр.) в вертикальную цель из исходного положения стоя, стоя на коленях с расстояния 4-5м, способом от плеча правой и левой рукой. 6-8 раз <u>поточно</u> 2.Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть, повернуться кругом, продолжать идти дальше спиной вперед; 2-3 раза <u>фронтально поточно</u> 3.Лазание по гимнастической стенке до верха одноименным способом, переход на следующий пролет, спуск не пропуская реек; 2-3 раза
Подвижные игры	Русская народная игра «Капуста»	Русская народная игра «Капуста»
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения,	Игра «Поменяемся местами» Цель: развивать наблюдательность, реакцию	Релаксация

дыхательная гимнастика		
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь	2 неделя 1 занятие	ноябрь	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	БЫТ И ТРУД РУССКИХ ЛЮДЕЙ			
Программное содержание	- закрепить знания ранее изученных игр; - развивать внимательность, ловкость.		- закреплять ходьбу на гимнастической скамейке, напрыгивание на гимнастическую скамейку; прыжки на двух ногах; ходьбу по линии спиной; метание в вертикальную цель - развивать меткость, согласованность движений, координацию движений -воспитывать стремление улучшить результат, старательность	
Этапы занятия	Занятие №15		Занятие №16	
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Ходьба обычная, на носках, на пятках, приставным шагом правым-левым боком. Бег с захлестыванием голени, высоко поднимая колени. Обычный бег.		Построение в колонну. Перестроение в шеренгу, в круг, расчет на 1-ый. 2-ой, перестроение по расчету в 2 круга (внешний и внутренний). Обратное перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в колонну по 2. Ходьба парами с заданиями: боком, приставным шагом, спиной лицом друг к другу; с различными положениями рук; перекрестная ходьба. Бег парами в чередовании с ходьбой в рассыпную; бегом в рассыпную.	
ОРУ	№10		В парах №1	
Основные виды движений	<u>Игровое занятие.</u> 1.М/п «Будь внимателен» 2.С/п «Ручейки и озера». 3.С/п «День и ночь» 4.В/п «Удочка» 5.С/п «Переправа на плотках» 6.М/п «У кого мяч?»		<u>Круговая тренировка</u> 1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, по середине пролезть в обруч. 2.Ползание на животе по-пластунски вперед. Назад, расстояние 4-5м. 3.Ведение мяча в прямом направлении 4-5м и бросок мяча в баскетбольную корзину, подбор мяча.	

		4.Метание набивного мешочка (масса 200г) в вертикальную цель из исходного положения стоя на коленях с расстояния 4-5м 5.Напрыгивание на гимнастическую скамейку и спрыгивание за линию, начерченную перед скамейкой на расстоянии 30-40см, с поворотом кругом
		С/п «Слушай - танцуй» Цель: развивать танцевальные навыки М/п «Летает – не летает» Цель: развивать внимание
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь	3 неделя 1 занятие	ноябрь	3 неделя 2 занятие
Тема занятия	ТРАДИЦИИ И КУЛЬТУРА РУССКОГО НАРОДА			
Программное содержание	- обучать ходить по линии спиной вперед; упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч, расположенных в шахматном порядке; закреплять метание в вертикальную цель; - развивать меткость, силу броска, согласованность рук и ног -воспитывать смелость, решительность		- обучать подбрасыванию малого мяча; закреплять ходьбу по гимнастической скамейке спиной вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке; - развивать меткость, двигательную реакцию, мышцы стоп -воспитывать спортивный азарт	
Этапы занятия	Занятие №17		Занятие №18	
Вводная	Построение в три колонны по звеньям. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три колонны. Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой на носках, руки в стороны; ходьбой на наружных сводах стоп, руки за спиной; скрестным шагом боком, руки на поясе; ходьбой выпадами с хлопком перед собой. Обычный бег в колонне в чередовании с бегом с заданиями на сигнал: остановка;		Построение в колонну. Размыкание и смыкание. Построение в две колонны, в одну колонну. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой: перекал с пятки на носок; на носках, высоко поднимая колени, руки на поясе; спиной вперед «змейкой», огибая предметы. Обычный бег в колонне в чередовании с бегом высоко поднимая колени, руки на поясе; мелким и широким шагом; противходом; с захлестом	

	поворот на 360 град.; упор присев; прыжок вверх толчком обеих ног; изменение направления бега.	голеней, руки согнуты в руках.
ОРУ	с обручем	с обручем
Основные виды движений	<u>фронтально:</u> 1.Метание в вертикальную цель пр. и лев. Рукой способом от плеча с расст. 4-5м из исходных положений сидя, стоя на коленях; 8-10раз <u>подгруппой поточно:</u> 2.Ходьба спиной вперед, руки на пояс, 5-6м; 3-4 раза. 3.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч, которые разложены в шахматном порядке на расстоянии 30-40см друг от друга; (8-10шт.), 2-3 раза	<u>фронтально:</u> 1.Подбрасывание малого мяча вверх двумя руками и ловля, не прижимая к груди; 15-20 раз. <u>поточно</u> 2.Ходьба по гимнастической скамейке спиной вперед, руки в стороны; 3-4 раза. 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивая себя руками; 3-4 раза
Подвижные игры	«Пожиратель рыб» Цель: развитие умения быстро бегать, навыков ползания	«Быстро возьми» Цель: упражнять в беге с заданием, развивать мышление, сосредоточенность
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Релаксация	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	ноябрь	4 неделя 1 занятие	ноябрь	4 неделя 2 занятие
Тема занятия	ЕВРОПА			

Программное содержание	- обучать прыжкам на двух ногах; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, закреплять ходьбу по гимнастической скамейке спиной вперед; -воспитывать смелость, решительность	- упражнять в ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки; обучать ползанию по гимнастической скамейке на коленях и ладонях назад; закреплять прыжки «Кенгуру» - развивать, двигательную реакцию активность; -воспитывать спортивный азарт
Этапы занятия	Занятие №19	Занятие №20
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Расчет на 1-й. 2-й; перестроение в две шеренги. Размыкание, смыкание. Перестроение в колонну. Обычная ходьба в чередовании с ходьбой: на носках, руки в стороны; на пятках, руки на поясе; мелким и широким шагом; спиной вперед врассыпную; на четвереньках. Бег в колонне в чередовании: с ходьбой врассыпную; бегом парами; подскоками; с бегом «змейкой», огибая предметы; с бегом, перешагивая предметы высотой 20см	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне гимнастическим шагом; на носках руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спиной; в полуприседе, руки на поясе; перешагивая предметы высотой 10см, 8-10шт., разложенных на расстоянии 40см друг от друга. Легкий бег в колонне; бег с ноги на ногу из обруча в обруч; бег в чередовании с прыжками на двух ногах, продвигаясь вперед по прямой; бег в рассыпную, на сигнал – остановка, переложить мяч в другую руку над головой.
ОРУ	С малым мячом	С малым мячом
Основные виды движений	<u>Подгруппой фронтально:</u> 1.Бросок мяча о стену одной рукой от плеча; 10-12 раз. <u>Фронтально поточно:</u> 2.Прыжок в длину с места, расстояние 90 см; 6-8 раз. 3.Ползание на коленях и ладонях назад, огибая предметы, расставленные в ряд на расстоянии 1м друг от друга (6-7 предметов); 3-4 раза.	<u>Поточно:</u> 1.Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки руки в стороны; 2-3 раза 2.Ползание по гимнастической скамейке на коленях и ладонях назад; 2-3 раза. 3.Прыжки «Кенгуру» на двух ногах через гимнастическую скамейку, опираясь на нее руками, продвигаясь вперед; 2-3 раза.
Подвижные игры	«Сбей грушу» (вар.2)	«День и ночь»

	Цель: развивать быстроту реакции	Цель: упражнять в броске и ловле мяча.
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Запрещенное движение» Цель: развивать внимательность.	«Найди и промолчи» Цель: развивать сдержанность
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь	1 неделя 1 занятие	декабрь	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	ЯПОНИЯ			
Программное содержание	- обучать броску мяча о стену; закреплять навыки ползания назад, прыжок в длину с места; - развивать равновесие, меткость; - воспитывать целеустремленность		- закреплять бросок мяча о стену; упражнять в ползании на четвереньках; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; - развивать мелкую моторику рук, ритмичность движений, согласованность движений, координацию;	
Этапы занятия	Занятие №21		Занятие №22	
Вводная	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Расчет по порядку. Перестроение в круг, в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в две шеренги. Обычная ходьба в колонне с ритмичными хлопками под левую ногу; перекрестная ходьба; ходьба парами и тройками; ходьба выпадами; ходьба на четвереньках. Бег в колонне в чередовании: с ходьбой в		Построение в шеренгу. Повороты на месте. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й, перестроение в три колонны по расчету. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три колонны. Ходьба в колонне с мячом в руках: на носках, мяч вверх; на наружных сводах стоп, мяч за голову; ходьба приставным шагом боком, отбивая мяч перед собой. Бег в колонне с мячом Перед грудью в согнутых руках, выполняя задания на	

	рассыпную; с бегом парами; подскоками; с бегом «змейкой», огибая предметы; с бегом, перешагивая предметы высотой 20см.	сигнал:1) остановка, отбить мяч о пол одной рукой и поймать двумя руками; 2) подбросить мяч вверх, поймать двумя руками; 3) широкая стойка, обкатить мяч вокруг ног «восьмеркой».
Общеразвивающие упражнения	На гимнастической скамейке №1	На гимнастической скамейке №1
Основные виды движений	<u>Подгруппой фронтально:</u> 1.Бросок мяча о стену одной от плеча, ловля двумя руками; 10-12 раз. 2.<u>Подгруппой поточно:</u> Прыжок в длину с места, расстояние 90см; 6-8 раз. 3.<u>Фронтально поточно:</u> Ползание на коленях и ладонях назад, огибая предметы, расставленные в ряд на расстоянии 1м друг от друга; (6-7 предметов); 3-4 раза	<u>Подгруппой фронтально:</u> 1.Бросок мяча о стену одной рукой от плеча, хлопок и ловля двумя руками. 2.<u>Подгруппой поточно:</u> Ползание на четвереньках, подталкивая головой мяч в прямом направлении, расстояние 8-10м; 2-3 раза 3. прыжки на двух ногах продвигаясь вперед с мячом, зажатым коленями, руки согнуты в локтях, расстояние 6-7м; 3-4 раза
Подвижные игры	«Сбей грушу» Цель: развивать быстроту реакции	«Чье звено быстрее соберется» Цель: развивать бег, различные виды ходьбы, умение перестраиваться.
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Вызов по имени» Цель: развивать быстроту реакции.	
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь	2 неделя 1 занятие	декабрь	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	ЗИМА			

Программное содержание	- упражнять в умении сохранять равновесие при выполнении упражнений на гимнастической скамейке; в метании мешочка на дальность; в бросках мяча вверх одной рукой и ловле его - развивать глазомер, согласованность движений рук, ловкость, силу броска - воспитывать решительность, стремление улучшить результат	- закреплять ходьбу спиной вперед, прыжок в длину с места, прыжок «Кенгуру», ползание по скамейке, бросок мяча одной рукой от плеча; -развивать согласованность рук и ног, меткость, прыгучесть - воспитывать целеустремленность, решительность
Этапы занятия	Занятие №23	Занятие №24
Вводная	Построение в колонну. Ходьба обычная, на носках, на пятках. Ходьба мелким и широким шагом. Бег с остановкой по сигналу с заданием.	Построение в шеренгу. Размыкание, смыкание. Повороты на месте. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й; перестроение в 3 шеренги уступом, перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в 3 колонны. Ходьба в колонне обычная; гимнастическим шагом, на наружных сводах стоп; в полу-приседе, боком скрестным шагом. Легкий бег с изменением темпа, боковой галоп; бег с захлестом голени. Бег с ноги на ногу по ориентирам.
Общеразвивающие упражнения	№5	С мячом –«ежом»
Основные виды движений	1.М/п «Запрещенное движение» 2.С/п «Приветили» 3. С/п «Горячая картошка» 4. В/п «Мяч над веревкой» 5.С/п «Сбей грушу» 6.М/п «Поменяемся местами»	<u>Полоса препятствий № 2 (3 раза)</u> 1.Ходьба по линии (веревке, шнуру 3м) спиной вперед, руки на поясе. 2.Прыжок в длину с места, расстояние 70см. 3.Ползание по гимнастической скамейке на коленях и ладонях назад. 4.Прыжки «Кенгуру» на двух ногах через гимнастическую скамейку, опираясь на нее руками, продвигаясь вперед. 5.Бросок мяча в стену одной рукой от плеча, ловля двумя руками.
Подвижные игры		«Ловцы и обезьяны» Цель: упражнять в лазании и беге.
Игры малой, средней		Релаксация

подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика		
Индивидуальная работа		

Дата проведения	декабрь	3 неделя 1 занятие	декабрь	3 неделя 2 занятие
Тема занятия	НОВЫЙ ГОД В РАЗНЫХ СТРАНАХ			
Программное содержание	- обучать подпрыгиванию на скамейке, упражнять в броске мяча –«ежа», в прыжках с продвижением вперед; -развивать ритмичность движений, прыгучесть, равновесие -воспитывать культуру правильной осанки, интерес к баскетболу		- обучать ползанию на четвереньках перешагивая предметы; упражнять в лазании по гимнастической стенке; закреплять прыжки на двух ногах на скамейке; - развивать быстроту реакции, ловкость, мышцы стоп, мелкую моторику рук; - воспитывать дисциплинированность, решительность, чувство коллективизма	
Этапы занятия	Занятие №25		Занятие №26	
Вводная	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Перестроение в колонну прыжком. В ходьбе по сигналу: перестроение в шеренгу и ходьба шеренгой, обратное перестроение. Для ОРУ перестроение в ходьбе в колонну по два. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой: по диагонали зала; перекрестной; в полуприседе; выпадами приставляя ногу; на носках, руки за голову. Бег в колонне по полосе препятствий (3 раза):1) по доске, руки в стороны; 2) «змейкой» огибая предметы; 3) с ноги на ногу из обруча в обруч; 4) пробегание в большой обруч.		Построение в шеренгу. Повороты на месте. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й; перестроение в колонну. Для ОРУ перестроение в шеренгу. Ходьба в колонне по три: гимнастическим шагом; широким шагом; перекатом с пятки на носок, руки на поясе; на наружных сводах стоп, руки за спиной. Бег в колонне в чередовании с бегом в колонне по три, бегом врассыпную, бегом высоко поднимая колени; бегом с захлестом голени.	
Общеразвивающие упражнения	С мячом –«ежом»		С мячом –«ежом»	
Основные виды движений	1.Бросок мяча –«ежа» вверх, ловля двумя руками; то же с хлопком пред перед ловлей; 12-15 раз;		<u>Поточно:</u> 1.Ползание на четвереньках по доске шириной 30-40 см,	

	2.Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине подпрыгнуть вверх, мягко приземлиться на скамейку, продолжить ходьбу; 3-4 раза; 3.Прыжки до обозначенного места ноги врозь, ноги вместе. Расстояние 6-7 м; 2-3 раза.	перешагивая предметы разной высоты; 3-4 раза <u>Подгруппой поточно:</u> 2.Лазание по гимнастической стенке до верха, разноименным способом и спуск не пропуская реек; 3-4 раза; 3.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной доске, скамейке; 3-4 раза;
Подвижные игры	«Большая черепаха» Цель: упражнять в ползании.	«Через веревку» Цель: упражнять в беге и прыжках
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Релаксация	«Летает, не летает» Цель: развивать внимательность
Индивидуальная работа		

Дата проведения	январь	1 неделя 1 занятие	январь	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	АНТАРКТИДА			
Программное содержание	- обучать метанию малого мяча в горизонтальную цель; упражнять в подбрасывании малого мяча; закреплять ползание на четвереньках по гимнастической стенке; - развивать ловкость, двигательную реакцию; -воспитывать выдержку, смелость;		- обучать спрыгиванию с гимнастической скамейки из положения спиной вперед; упражнять в ползании на животе «по - пластунски»; закреплять метание мешочка в горизонтальную цель; - развивать равновесие - воспитывать смелость, бесстрашие	
Этапы занятия	Занятие №27		Занятие №28	
Вводная	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Расчет по порядку. Перестроение в колонну. Для ОРУ перестроение в колонну по три. Размыкание. Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой: - спиной вперед; - скрестным шагом боком; - на носках,		Построение в круг. Расчет на 1-й, 2-й; перестроение в два круга; обратное перестроение; перестроение в колонну. Для ОРУ перестроение в две колонны. Ходьба в колонне с различными положениями рук: на носках, руки в стороны; выпадами, руки в стороны; скрестным шагом; ходьба по	

	высоко поднимая колени, руки в стороны; - ходьба в колонне противоходом. Бег в колонне с выполнением заданий на сигнал. Бег в колонне с выполнением заданий на сигнал: стойка на одной ноге, руки на поясе; упор присев; поворот на 360 град.; прыжок вверх на двух ногах. Бег в колонне противоходом.	диагонали зала. Бег в колонне с изменением темпа; бег, со сменой направляющего по сигналу; бег, поднимая прямые ноги в стороны, вперед и назад.
Общеразвивающие упражнения	№5	№6
Основные виды движений	<u>Фронтально:</u> 1.Подбрасывание малого мяча вверх двумя руками и ловля после отскока от пола; 12-15 раз. <u>Подгруппой фронтально:</u> 2.Метание малого мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой способом снизу с расстояния 4-5м; 6-8 раз <u>Подгруппой поточно:</u> 3.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; 2-3 раза	<u>Фронтально:</u> 1.Спрыгивание с гимнастической скамейки из положения спиной вперед; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 2.Ходьба по линии боком приставным шагом, руки на поясе, с набивным мешочком на голове; 3-4 раза 3.Ползание на животе по –пластунски с мешочком в руках, чередуя с бегом; 3-4 раза 4. Метание мягкого мешочка в горизонтальную цель с небольшого разбега
Подвижные игры		«Мяч над веревкой» Цель: упражнять в умении передавать друг другу мяч, стоя в кругу
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С/п «Приветтики» Цель: развивать чувство ритма, танцевальность; упражнять в медленном беге. Релаксация.	М/п «Поменяемся местами» Цель: развивать внимание.
Индивидуальная работа		

Дата проведения	январь	2 неделя 1 занятие	январь	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	АФРИКА			
Программное содержание	- обучать броску мяча вверх и ловля одной рукой; упражнять в ведении мяча, ходьбе по гимнастической скамейке; закреплять прыгивание с гимнастической скамейки; - развивать равновесие, координацию движений -воспитывать выносливость		- закреплять бросок мяча, ходьбу по гимнастической скамейке, прыгивание с гимнастической скамейки; - развивать ритмичность, мелкую моторику рук - воспитывать интерес к упражнениям с мячом	
Этапы занятия	Занятие №29		Занятие №30	
Вводная	Построение в шеренгу. Смыкание и размыкание приставным шагом, расчет на 1-й, 2-й. 3-й. Перестроение в три шеренги уступом. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три шеренги. Ходьба в колонне по диагонали зала; спиной вперед, «змейкой» огибая предметы; перекрестная ходьба; ходьба в полуприседе; ходьба на четвереньках, «змейкой» огибая предметы. Обычный бег в колонне в чередовании с бегом: спиной вперед; перешагивая предметы, расставленные на расстоянии 40см друг от друга; противоходом.		Построение в шеренгу. Повороты на месте. Расчет на 1-й, 2-й. 3-й. Повороты на месте. Перестроение в три шеренги уступом. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три шеренги. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой: захлестывая голень; на носках ноги врозь, руки вверх; пятки внутрь, носки наружу, руки за спиной в замке. Бег в колонне по полосе препятствий (3 раза):1) набегая на горку матов высотой 40 см; 2) «змейкой», огибая предметы; 3) прыжки из обруча в обруч на двух ногах (8обручей); 4) пробегание в 2 больших обруча. Препятствия расположены противоходом.	
Общеразвивающие упражнения	№8		№7	
Основные виды движений	<u>Фронтально:</u> 1.Бросок мяча вверх, ловля одной рукой; 10-12 раз; <u>Поточно:</u> 2.Ведение правой и левой рукой в прямом направлении. <u>Поточно подгруппой:</u> 3.Ходьба по гимнастической скамейке в наклоне, прокатывая перед собой мяч; 2-3 раза 4.Спрыгивание с гимнастической скамейки из положения стоя спиной вперед		<u>Фронтально:</u> 1.Бросок мяча вверх одной рукой, а ловля другой; 10-12 раз <u>Поточно:</u> 2.Ходьба по гимнастической скамейке, высоко поднимая колени, руки в стороны ладонями вверх; 3-4 раза 3.Спрыгивание с гимнастической скамейки из положения спиной вперед;3-4 раза 4.Ползание на четвереньках с подлезанием под дуги «змейкой»; (4-6 дуг); 3-4 раза	
Подвижные игры			«День, ночь, огонь, вода»	

		Цель: упражнять в умении подпрыгивать с продвижением вперед
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	«Смелый охотник» Цель: развивать бег, ползание	М/П «Эхо» Цель: развивать внимательность
Индивидуальная работа		

Дата проведения	январь	3 неделя 1 занятие	январь	3 неделя 2 занятие
Тема занятия	АВСТРАЛИЯ			
Программное содержание	- учить метанию мешочков в цель правой и левой рукой, упражнять в перебрасывании мяча друг другу из-за головы, в прыжках на двух ногах между кубиками - развивать меткость, двигательную реакцию - воспитывать стремление улучшить результат		-закреплять ходьбу по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед; бросок мяча вверх; ползание по гимнастической скамейке; лазание по гимнастической стенке; метание набивного мяча (150гр.); - развивать силу броска, меткость, ловкость рук, согласованность рук и ног - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №30		Занятие №31	
Вводная	Игровое занятие. 1. М/п «Эхо» 2. С/п «Слушай - танцуй» 3. С/п «Сбей грушу» 4. В/п «Замри» 5. С/п «Большая черепаха»		Построение в круг, расчет на 1-й, 2-й; перестроение в два круга. Построение в колонну по два. Ходьба в колонне по два; ходьба на носках одна рука на плече товарища, другая на поясе. Бег парами в чередовании с боковым галопом лицо и спиной друг к другу, взявшись за руки: шагом польки, руки скрестно; подскоками, руки скрестно.	
Общеразвивающие упражнения			В парах	

Основные виды движений	6. М/п «Найди и промолчи»	Круговая тренировка <u>1 станция.</u> Ходьба по гимнастической скамейке на носках, мяч в прямых руках над головой, на середине подпрыгнуть вверх, мягко приземлиться на скамейку, продолжить ходьбу. <u>2 станция.</u> Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед: в обруч – ноги вместе, из обруча – ноги врозь. <u>3 станция.</u> Бросок мяча вверх двумя руками и ловля одной. <u>4 станция.</u> Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, перешагивая модули, в конце скамейки встать, переступанием повернуться кругом и прыгнуть на мат. <u>5 станция.</u> Метание набивного мяча (масса 150гр.) в горизонтальную цель правой и левой рукой способом снизу с расстояния 4-5м. <u>6 станция.</u> Лазание по гимнастической стенке до верха разноименным способом и спуск вниз не пропуская реек.
Подвижные игры		«Охотники и утки» Цель: упражнять в беге, прыжках, в броске и ловле мяча.
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дых. гимнастика		Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	январь	4 неделя 1 занятие	январь	4 неделя 2 занятие
Тема занятия	АМЕРИКА			

Программное содержание	- обучать прыжкам на одной ноге, удерживая мешочек другой ногой; упражнять в подлезании под шнур, в метании набивного мешочка; - развивать прыгучесть, двигательную реакцию, ловкость -воспитывать выносливость	- обучать отбиванию малого мяча от пола; упражнять в ползании по гимнастической скамейке; закреплять умение напрыгивать и спрыгивать на мягкое препятствие; прыгать вперед на одной ноге; - развивать ловкость, прыгучесть, ориентировку в пространстве -воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности
Этапы занятия	Занятие №32	Занятие №33
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Размыкание и смыкание. Расчет на 1-й, 2-й. Перестроение по расчету в две шеренги. Перестроение в колонну по два. Для выполнения ОРУ переходите в три шеренги. Ходьба в колонне по два с заданиями: на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спиной; высоко поднимая колени, руки в стороны. Ходьба в рассыпную в чередовании с ходьбой в колонне. Бег в колонне с заданиями: боковой голоп, руки на поясе; высоко поднимая колени; с захлестом голеней; спиной вперед; поднимая прямые ноги в стороны.	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Расчет на 1-й, 2-й. Перестроение в колонну, в две колонны. Обратное перестроение. Обычная ходьба в чередовании: с ходьбой с различными положениями рук; с перекрестной ходьбой с закрытыми глазами; с ходьбой пятки внутрь, носки наружу, руки за спиной в замке; с ходьбой по диагонали зала. Бег в колонне с преодолением препятствий (3 раза):1) бег по гимнастической скамейке; 2) бег с ноги на ногу перешагивая модули; 3) бег по ребристой доске; 4) прыжки вверх с разбега, достать до предмета.
Общеразвивающие упражнения	№11	№9 с большим мячом
Основные виды движений	<u>Подгруппой поточно:</u> 1.Прыжки на одной ноге вперед, удерживая на другой, согнутой в колене, мешочек с песком (масса 200г), расстояние 4-5м; 2-4 раза 2.Подлезание под шнур, натянутый на высоте 40см от пола: на коленях и предчлечьях; по - пластунски; 6-8 раз <u>Фронтально</u> 3.Метание набивного мешочка (масса 200г) правой и левой рукой в вертикальную цель из исходных положений сидя, стоя на коленях; 6-8 раз	<u>Фронтально:</u> 1.Отбивание малого мяча от пола одной рукой, ловля двумя; 158-2 раз <u>Поточно:</u> 2. Напрыгивание на мягкое препятствие (высотой 40 см) и спрыгивание на полусогнутые ноги; 2 раза 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках назад; 2 раза <u>Фронтально поточно:</u> 4. Прыжки вперед по доске на одной ноге, удерживая на другой, согнутой в колене, мешочек песком (масса 200 г); 2 раза
Подвижные игры		«Охотники и утки»

		Цель: упражнять в умении бросать мяч в движущуюся цель
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С/п « Передай мяч » М/п « Ловкие пальцы »	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль	1 неделя 1 занятие	февраль	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	КАК ЖИЛИ НАШИ ПРЕДКИ			
Программное содержание	- обучать прыжкам на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбу; совершенствовать метание набивного мешочка; закреплять отбивание мяча от пола; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- обучать спуску по гимнастической лестнице; упражнять в передаче мяча двумя руками; закреплять прыжки на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №34		Занятие №35	
Вводная	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Равняйся», «Смирно», «Вольно». Размыкание и смыкание. Перестроение в круг, в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три шеренги уступом. Обычная ходьба в колонне с малым мячом в руке, в чередовании с ходьбой: на носках руки за головой; на наружных сводах стоп, руки за спиной; на носках. высоко поднимая колени, руки вверх, передавать мяч в другую руку под коленом; выпадами, приставляя ногу, руки в стороны, на выпад переложить мяч под коленом в другую руку. Бег в колонне с малым мячом в руке с заданиями на сигнал: остановка, наклон, переложить мяч в другую руку за ногой; поворот, переложить мяч в другую руку над головой; присед, переложить мяч в другую руку под коленями.		Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Перестроение в круг. Расчет на 1-й, 2-й. Перестроение в два круга по асчету. Для выполнения ОРУ перестроение в шеренгу. Ходьба в колонне с заданиями: перешагивая предметы; по модулям или полусферам; спиной вперед; с ритмичными хлопками под левую ногу; скрестным шагом «сиртаки». Бег в колонне в чередовании с ходьбой враспынную; перекрестными подскоками; бегом парами, взявшись за руки; боковым галопом.	
Общеразвивающие	№2 с гимнастической палкой		№14	

упражнения		
Основные виды движений	<u>Фронтально:</u> 1.Отбивание малого мяча от пола одной рукой, ловля двумя руками в ходьбе, расстояние 3-4м; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 2.Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбу; расстояние 3-4м; 6 раз <u>Фронтально:</u> 1.Метание набивного мешочка (масса 200 г) в вертикальную цель из исходного положения лежа, правой и левой рукой с расстояния 3-4 м	<u>Поточно:</u> 1.Лазанье по гимнастической стенке до верха разноименным способом не пропуская реек, спуск по диагонали; 2-3 раза <u>Фронтально:</u> 2.Передача мяча двумя руками от груди в парах. <u>Поточно:</u> 3.Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбой «змейкой» между предметами, расставленными на расстоянии 50см друг от друга; 2-3 раза
Подвижные игры		«Успей перебежать» Цель: упражнять в беге
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С\п «Смелый охотник» М\п «Вызов по имени»	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль	2 неделя 1 занятие	февраль	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	ТРУД ЧЕЛОВЕКА			

Программное содержание	- обучать лазание по гимнастической стенке по диагонали; упражнять в ползании «по – пластунски» закреплять ходьбу по гимнастической скамейке; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание; - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой;	- обучать передаче мяча двумя руками; упражнять в подкатывании под веревку; в ходьбе по скамейке; совершенствовать напрыгивание на мягкое покрытие; - развивать силу броска; ловкость; равновесие; - воспитывать стремление улучшить результат;
Этапы занятия	Занятие №36	Занятие №37
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Размыкание и смыкание. Перестроение в круг, в колонну. Построение в три колонны. Ходьба в колонне по полосе препятствий (3раза): 1) перекрестная ходьба по гимнастической скамейке; 2) ходьба по модулям или полусферам, расставленным в шахматном порядке; 3) пролезание в обруч боком в группировке; ходьба по ребристой доске на носках, руки вверх. Бег в колонне в чередовании с бегом: парами; тройками; враспынную; в колонне «змейкой», огибая предметы; с ноги на ногу по ориентирам.	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Перестроение в круг. Расчет на 1-й, 2-й. Перестроение в два круга. Ходьба в колонне, мяч под левой рукой, в чередовании: с ходьбой на носках; на наружных сводах стоп, мяч за спиной; с выпадами, мяч у груди. Ходьба, отбивая мяч об пол одной рукой, ловля двумя руками. Бег в колонне с мячом у груди с заданиями на сигнал: остановка, подбросить мяч вверх, поймать двумя руками после хлопка; присед, мяч вперед; стойка на одной ноге, мяч вверх; поворот на 360 град.
Общеразвивающие упражнения	№2 с гимнастической палкой	№2 с мячом
Основные виды движений	<u>Подгруппой поточно:</u> 1.Лазание по гимнастической стенке по диагонали разноименным способом; 3-4 раза 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком, руки на поясе, приставным шагом, перешагивая через модули, расставленные на расстоянии 30-40см друг от друга; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 3.Ползание «по – пластунски» на животе 3-4м с мешочком в руке по линии метания. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой из и. п. лежа с расстояния 3-4м	<u>Фронтально:</u> 1.Передача мяча двумя руками от груди из и. п. стоя на коленях, сидя по – турецки, лежа; 12-15 раз <u>Поточно:</u> 2.Ходьба по гимн. Скамейке в наклоне, прокатывая перед собой мяч; 3-4 раза 3.Подкатывание под веревку, натянутую поперек зала на высоте 30см от пола, боком, с мячом в руках; 3-4 раза 4.Напрыгивания на мягкое препятствие (горка из матов) высотой 50см и спрыгивание на полусогнутые ноги с мячом в руках; 3-4 раза
Подвижные игры		«Туннель» В2, В3

		Цель: упражнять в ползании
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С\п «Горячая картошка» М\п «Найди и промолчи»	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	февраль	3 неделя 1 занятие	февраль	3 неделя 2 занятие
Тема занятия	ИЗОБРЕТЕНИЯ И ДОСТИЖЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА			
Программное содержание	- развивать внимательность, танцевальность, умение владеть мячом; упражнять в ползании, в равновесии; - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- упражнять в ходьбе по скамейке; ползании по – пластунски; в метании мешочка; в лазании по гимн. Стенке; в прыжках на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №38		Занятие №39	
	Игровое занятие. 1.М/п «Летает – не летает» 2.С/п «Слушай-танцуй» 3.С/п «Передай мяч» 4.В/п «Туннель» 5.С\п «Переправа на плотках» 6.М/п «Запрещенное движение»		Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й. Перестроение в три шеренги уступом; в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в колонну по три. Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой в тройках. Ходьба на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки на пояс; перекрестная ходьба. Бег в колонне в чередовании с бегом в тройках; враспынную, противоходом; по диагонали зала	
			№1 с большим обручем в тройках	
			<u>Полоса препятствий № 3 (Зраза)</u> 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, перешагивая предметы высотой 10 см, расставленные на расстоянии 40 см, руки на поясе, с мешочком (масса 200г) на голове. 2.Ползание «по – пластунски» с мешочком в руке.	

		3.Метание мешочка (масса 200г) в горизонтальную цель из исходного положения лежа с расстояния 3 м. 4.Лазание по гимнастической стенке по диагонали, спуск разноименным способом не пропуская реек. 5.Прыжки на одной ноге и продвигаясь вперед на другой, согнутой ноге – мешочек (масса 200г) до ориентира (3 м), после ориентира переложить мешочек и выполнить прыжки на другой ноге.
		В/п «Замри» Цель: развивать бег, ползание
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Релаксация	М/п «Ловкие пальцы» Цель: профилактика плоскостопия
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март	1 неделя 1 занятие	март	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	СЛАВНЫЕ ЛЮДИ РОССИИ			
Программное содержание	- упражнять в метании; закреплять передачу мяча; совершенствовать прыжки на двух ногах; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- обучать прыжку в высоту; упражнять в метании; совершенствовать ползание; - развивать силу броска; ловкость; - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №40		Занятие №41	
Вводная	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Расчет по порядку. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три шеренги уступом.		Построение в колонну. Повороты на месте. Перестроение по расчету в два круга. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в колонну по два.	

		Ходьба в колонне перекрестная; в полуприседе; выпадами вперед, с хлопком перед собой; ходьба на четвереньках. Легкий бег в колонне; бег с ноги на ногу из обруча в обруч; бег в чередовании с прыжками на двух ногах, продвигаясь вперед; бег враспынную в чередовании с ходьбой в колонне.	Ходьба в колонне по два с заданиями: на носках, руки верх; на наружных сводах стоп, руки за спину; скрестным шагом боком, высоко поднимая колени, руки на поясе. Легкий бег в колонне по два с заданиями на сигнал: поворот на 360 град.; стойка на одной ноге, руки на поясе; упор присев; остановка, подлезание между ногами в парах.
		№ 1 с обручем. Вращение обруча на руке.	№ 1 с обручем. Вращение обруча на руке.
Основные виды движений		<u>Фронтально:</u> 1.Передача мяча двумя руками от груди в парах из и. п. стоя, на коленях, сидя «по - турецки», лежа; 16-20 раз <u>Подгруппой фронтально:</u> 2.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой способом от плеча с расстояния 3-4 м; 6-8 раз <u>Подгруппой поточно:</u> 3.Прыжки на двух ногах через гимнастическую скамейку опираясь на руки –«Кенгуру», продвигаясь вперед; 3-4 раза	<u>Поточно:</u> 1.Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания. Высота 40-50 см; 3-4 раза; 2-3 раза <u>Фронтально:</u> 2.Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой способом от плеча с расстояния 3 м с двух шагов разбега; 6-8 раз. <u>Поточно:</u> 3.Ползание по – пластунски вперед и назад; расстояние 6-7 м; 4 раза
Подвижные игры		«Переправа с обручами» Цель: упражнять в беге	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика		М\п «Поменяемся местами» Цель: развитие внимательности	С/п «Передай садись» Цель: упражнять в передаче мяча Релаксация
Индивидуальная работа			

Дата проведения	март	2 неделя 1 занятие	март	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	МАМА ДОРОГАЯ			

Программное содержание	- обучать ходьбе по гимнастической скамейке; совершенствовать ползание по гимнастической скамейке; закреплять прыжок в высоту с разбега; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание; - воспитывать самостоятельность, умение следить за осанкой	- обучать броску малого мяча; закреплять ходьбу по гимнастической скамейке; совершенствовать ползание по гимнастической скамейке; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат
Этапы занятия	Занятие №42	Занятие №43
Вводная	Построение в круг. Расчет на 1-й, 2-й. Перестроение по расчету в два круга. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ п перестроение в колонну по два. Обычная ходьба в колонне; ходьба гимнастическим шагом; перекатом с пятки на носок; спиной вперед, «змейкой» огибая предметы; по диагонали зала; семенящим шагом. Обычный бег в колонне в чередовании с бегом мелким и широким шагом; с высоким подниманием коленей, руки согнуты в локтях; с захлестом голени, руки на поясе; противоходом; по наклонной и горизонтальной гимнастической скамейке.	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Равняйсь», «Смирно», «Вольно». Расчет на 1-й, 2-й; построение в две шеренги, в колонну. Для выполнения ОРУ построение врассыпную. Ходьба в колонне с малым мячом в руке; высоко поднимая колени, мяч перекладывая в другую руку под коленом; широким шагом, мяч переложить за ногой; перекрестная ходьба, на сигнал – остановка, отбить мяч о пол одной рукой, поймать двумя. Бег в колонне с малым мячом в руке, по сигналу - переложить мяч в другую руку над головой; боковым галопом; спиной вперед; бег с изменением темпа.
Общеразвивающие упражнения	№2 в парах	№2 в парах
Основные виды движений	<u>Подгруппой поточно:</u> 1.Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине перепрыгнуть модуль высотой 20 см; продолжить ходьбу; 3-4 раза <u>Подгруппой поточно:</u> 2.Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания. Высота 50-60 см; 3-4 раза; <u>Поточно:</u> 1.Ползание по гимнастической скамейке на коленях и ладонях назад; 3 раза	<u>Фронтально:</u> 1.Бросок малого мяча о стену одной рукой, ловля двумя руками; 10-15 раз <u>Поточно:</u> 2.Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине перепрыгнуть модуль высотой 20 см; продолжить ходьбу; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 3.Лазание по гимнастической стенке разноименным способом, спуск по диагонали; 3-4 раза

Подвижные игры	В/п «Мяч над веревкой» Цель: упражнять в броске и ловле мяча, беге, прыжках.	«Успей перебежать» Цель: упражнять в беге
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	М\п «У кого мяч?»	С\п «Большая черепаха» Цель: упражнять в ползании. Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март	3 неделя 1 занятие	март	3 неделя 2 занятие
Тема занятия	ВОЗДУХ ВОКРУГ НАС			
Программное содержание	- упражнять в напрыгивании на гимнастическую скамейку; закреплять бросок малого мяча; совершенствовать ходьбу на гимн. скамейке; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание; - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- обучать спуску по гимнастической лестнице; упражнять в передаче мяча двумя руками; закреплять прыжки на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №44		Занятие №45	
Вводная	Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Повороты на месте. Перестроение в колонну. Перестроение в четыре колонны по звеньям. Обратное перестроение. Для выполнения ОРУ перестроение в две шеренги. Обычная ходьба в колонне в чередовании с ходьбой по наклонной доске и гимнастической скамейке: на носках, руки вверх; перекрестной; боком приставным шагом, захватывая край скамейки пальцами ног. Легкий бег в колонне; бег по гимн. скамейке; с ноги на ногу по ориентирам; подскоки; с остановкой на сигнал; с изменением направления на сигнал.		Построение в звенья по ориентирам. Повороты на месте. Расчет по порядку. Для выполнения ОРУ перестроение в две колонны. Ходьба в колонне с различными положениями рук; ходьба в колонне, по сигналу – ходьба в шеренге скрестным шагом боком «сиртаки», руки на плечи друг другу; ходьба в упоре лежа, боком приставным шагом. Бег в колонне противоходом; по диагонали зала; бег двумя колоннами; расхождением встречных колон; в колонне со сменным направляющего по сигналу.	
Общеразвивающие упражнения	№2 с гимнастической палкой		№2 с гимнастической палкой	

Основные виды движений	<u>Фронтально:</u> 1.Броски малого мяча одной рукой снизу, ловля двумя руками, в парах; 15-20 раз <u>Подгруппой поточно:</u> 2.Ходьба по гимн. скамейке, руки на поясе, на середине присесть, повернуться кругом. Встать, продолжить идти спиной вперед; 2-3 раза <u>Подгруппой поточно:</u> 1.Напрыгивание на гимн. скамейку и спрыгивание за линию, начерченную за скамейкой, с поворотом кругом; 3-4 раза	<u>Фронтально:</u> 1.Перебрасывание мяча в парах через сетку способами: от груди; от головы; из-за головы; 12-15 раз <u>Фронтально:</u> 2.Метание в вертикальную цель из исходного положения стоя на коленях с расстояния 4-5 м способом от плеча правой и левой рукой; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 3.Ползание по гимн. скамейке на четвереньках, перешагивая предметы; 3 раза
Подвижные игры		«Удочка» Цель: упражнять в прыжках.
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С/п «Озорные гномы» Цель: упражнять в прыжках. Релаксация	М/п «Эхо»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	март	4 неделя 1 занятие	март	4 неделя 2 занятие
Тема занятия	ВСЕМ НУЖНА ВОДА			

Программное содержание	- совершенствовать двигательные навыки. - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание - воспитывать выдержку, самостоятельность;	- закреплять ходьбу по гимнастической скамейке; напрыгивание на маты; прыжки на двух ногах через гимн. скамейку; бег на четвереньках по матам; - развивать ловкость; - воспитывать стремление улучшить результат
Этапы занятия	Занятие №46	Занятие №47
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты. Обычная ходьба в колонне в чередовании: с ходьбой на носках по гимнастической скамейке; с ходьбой по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. Бег в колонне 3 мин.	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Перестроение в колонну, в две колонны по звеньям. Обратное перестроение. Для выполнения ОРУ перестроение в две колонны. Обычная ходьба в колонне в чередовании: с ходьбой на носках по гимнастической скамейке; с ходьбой по гимнастической скамейке боком приставным шагом, захватывая пальцами край скамейки, руки на поясе. Бег в колонне с заданиями: противоходом; по диагонали зала; по гимнастической скамейке; подскоками.
Общеразвивающие упражнения	На ковриках	№ 2 на гимнастической скамейке
Основные виды движений	Игровое занятие. 1.М/п «Поменяемся местами» 2.С/п «Большая черепаха» 3. С/п «Передай - садись» 4.В\п «День, ночь, огонь, вода» 5.С/п «Озорные гномы» 6.М/п «У кого мяч?»	<u>Круговая тренировка:</u> <u>1 станция:</u> Ходьба по гимнастической скамейке, высоко поднимая колени, руки в стороны; в чередовании с прыжком на двух ногах через модули высотой 20 см, 2 модуля <u>2 станция:</u> Напрыгивание на горку матов 4-5 шт., спрыгивание в обруч <u>3 станция:</u> Ведение мяча в прямом направлении до ориентира правой рукой, после ориентира – левой. <u>4 станция.</u> Бег на четвереньках (5-6 м) по матам, возвратиться ползанием из п. сед в упоре сзади – «гусеница» <u>5 станция</u> Прыжки на двух ногах через гимн. скамейку, опираясь на руки, продвигаясь вперед («Кенгуру»)

		6 станция Бросок малого мяча о стенку одной рукой от плеча, ловля двумя руками после отскока от пола, расстояние 2-2,5 м
Подвижные игры		«Чье звено быстрее соберется?» Цель: упражнять в беге, различных видах ходьбы, перестроении
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дых. гимнастика		М/п «Ловкие пальцы»
Индивидуальная работа		

Дата проведения	апрель	1 неделя 1 занятие	апрель	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	КРАСАВИЦА ВЕСНА			
Программное содержание	- обучать прыжкам с ноги на ногу через короткую скакалку; упражнять в ползании; совершенствовать ведение мяча; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание; - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе; совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке на носках; - развивать равновесие; ловкость; - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №47		Занятие №47	
Вводная	Построение в шеренгу. Расчет по порядку. Расчет на 1-4й. Перестроение в колонну; перестроение в 4 колонны по звеньям. Для выполнения ОРУ перестроение в три колонны. Ходьба в колонне перекрестная; с различными положениями рук; спиной вперед; на четвереньках. Ходьба двумя колоннами, расхождением встречных колонн. Бег в колонне. «змейкой» огибая предметы; перешагивая предметы; по диагонали зала; со сменой направляющего по сигналу; противоходом.		Построение в шеренгу. Расчет на 1-й, 2-й. Перестроение в две шеренги. Повороты на месте. Перестроение в колонны. Для выполнения ОРУ перестроение в 3 колонны. Ходьба в колонне с ритмичными хлопками под левую ногу на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки за спиной; высоко поднимая колени, руки в стороны; в полуприседе, руки на бедрах. Бег в колонне с заданиями на разные сигналы: хлопок – поворот; два хлопка – прыжок; свисток – упор присев; удар в бубен – остановка; звонок в колокольчик – ходьба	

		врасыпную.
Общеразвивающие упражнения	с мячом –«ежом»	с мячом –«ежом»
Основные виды движений	<u>Подгруппой фронтально:</u> 1.Прыжки с ноги на ногу через короткую скакалку с продвижением вперед; на месте. <u>Подгруппой поточно:</u> 2.Ведение мяча в прямом направлении (3м), бросок в баскетбольное кольцо двумя руками от головы с расстояния 1.5 м; 5-6 раза <u>Поточно:</u> 3.Ползание: - на четвереньках с прямыми ногами – «верблюд»; - в упоре присев поочередно переставляя сначала руки, потом ноги – «лягушка»; 4 раза	<u>Поточно:</u> 1.Лазанье по гимнастической стенке до верха разноименным способом не пропуская реек, спуск по диагонали; 2-3 раза <u>Поточно:</u> 2.Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине подпрыгнуть вверх, продолжить ходьбу; 3 раза <u>Поточно:</u> 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивая себя руками; 3 раза
Подвижные игры	В / п «Переправа в обручах» Цель: упражнять в беге	
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика		С/п «Дракон» Цель: упражнять в беге с увертыванием; в прыжках. М/п «Найди и промолчи» Цель: воспитывать внимание
Индивидуальная работа		

Дата проведения	апрель	2 неделя 1 занятие	апрель	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	ПУТЕШЕСТВИЕ В КОСМОС			

Программное содержание	- обучать подбрасыванию вверх и ловле малого мяча одной рукой; 15-20 раз - упражнять в лазании по гимнастической стенке разноименным способом, переходе на 3 пролета; в прыжках на двух ногах через перекладывая мяч в другую руку за спиной модули; - воспитывать выдержку, самостоятельность.	- прыжкам через короткую скакалку; - закреплять подбрасывание малого мяча; - воспитывать стремление улучшить результат.
Этапы занятия	Занятие №34	Занятие №35
Вводная	Построение в шеренгу. Расчет на 1-й, 2-й. перестроение в два круга; в две колонны; в одну колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три шеренги уступом. Ходьба в колонне с малым мячом в руке: по наклонной доске; гимнастической скамейке; мелким и широким шагом; спиной вперед; по сигналу перекладывая мяч в другую руку за спиной, над головой. Бег в колонне с малым мячом в руке с заданиями на сигнал: остановка, отбить мяч о пол одной рукой, поймать двумя. Бег по диагонали зала, на сигнал переложить мяч в другую руку над головой.	Построение в шеренгу. Выполнение команд «равняйся», «Смирно», «Вольно». Размыкание, смыкание. Повороты на месте. Перестроение в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три колонны. По полосе препятствий: 1) боком приставным шагом по канату, руки на поясе; 2) прыжки с ноги на ногу через модули (8 шт.); 3) ходьба по гимнастической скамейке перекрестная, соскок на колючий (массажный) коврик; 4) ползание на четвереньках «змейкой», огибая кегли, расстояние 5м. Бег в колонне с изменением темпа; боковой галоп; спиной вперед; противоходом; бег с подкатыванием под веревку, натянутую на высоте 40 см от пола.
Общеразвивающие упражнения	на гимнастической скамейке № 3	на гимнастической скамейке № 3
Основные виды движений	<u>Фронтально:</u> 1. Подбрасывание вверх и ловля малого мяча одной рукой; 15-20 раз <u>Подгруппой поточно:</u> 2.Лазание по гимнастической стенке до верха, разноименным способом, переход на 3 пролета, спуск, не пропуская реек; 3 раза <u>Подгруппой поточно:</u> 1.Прыжки на двух ногах правым и левым боком через модули высотой 20 см, расставленные на расстоянии 40см	<u>Поточно:</u> 1.Лазанье по гимнастической стенке до верха разноименным способом не пропуская реек, спуск по диагонали; 2-3 раза <u>Фронтально:</u> 2.Передача мяча двумя руками от груди в парах. <u>Поточно:</u> 3.Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбой «змейкой» между предметами, расставленными на расстоянии 50см друг от друга; 2-3 раза

	друг от друга (10 шт.); 4 раза	
Подвижные игры		«Успей перебежать» Цель: упражнять в беге
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С\п «Сбей грушу» Цель: развивать равновесие, меткость. М\п «Запомни и повтори» Цель: развивать память, внимательность.	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	апрель	3 неделя 1 занятие	апрель	3 неделя 2 занятие
Тема занятия	БУДЬ ПРИРОДЕ ДРУГОМ			
Программное содержание	- обучать прыжкам на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбу; совершенствовать метание набивного мешочка; закреплять отбивание мяча от пола; - развивать координацию движений; ловкость, выносливость, внимание - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- обучать спуску по гимнастической лестнице по диагонали; упражнять в передаче мяча двумя руками; закреплять прыжки на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №34		Занятие №35	
Вводная	Построение в шеренгу. Выполнение команд «Равняйся», «Смирно», «Вольно». Размыкание и смыкание. Перестроение в круг, в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в три шеренги уступом. Обычная ходьба в колонне с малым мячом в руке, в чередовании с ходьбой: на носках руки за головой; на наружных сводах стоп, руки за спиной; на носках. высоко поднимая колени, руки вверх, передавать мяч в другую руку под коленом; выпадами, приставляя ногу, руки в стороны, на выпад переложить мяч под коленом в другую руку. Бег в колонне с малым мячом в руке с заданиями на сигнал: остановка, наклон, переложить мяч в другую руку за ногой; поворот, переложить мяч в другую руку над головой; присед, переложить мяч в другую		Построение в круг. Перестроение в два круга; перестроение в две колонны, в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в шеренгу. Ходьба в колонне с заданиями: перешагивая предметы; по модулям или полусферам; спиной вперед; с ритмичными хлопками под левую ногу; скрестным шагом «сиртаки». Бег в колонне в чередовании с ходьбой враспынную; перекрестными подскоками; бегом парами, взявшись за руки; боковым галопом.	

	руку под коленями.	
Общеразвивающие упражнения	№2 с гимнастической палкой	№14
Основные виды движений	<u>Фронтально:</u> 1.Отбивание малого мяча от пола одной рукой, ловля двумя руками в ходьбе, расстояние 3-4м; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 2.Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбу; расстояние 3-4м; 6 раз <u>Фронтально:</u> 1.Метание набивного мешочка (масса 200 г) в вертикальную цель из исходного положения лежа, правой и левой рукой с расстояния 3-4 м	<u>Поточно:</u> 1.Лазанье по гимнастической стенке до верха разноименным способом не пропуская реек, спуск по диагонали; 2-3 раза <u>Фронтально:</u> 2.Передача мяча двумя руками от груди в парах. <u>Поточно:</u> 3.Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбой «змейкой» между предметами, расставленными на расстоянии 50см друг от друга; 2-3 раза
Подвижные игры		«Успей перебежать» Цель: упражнять в беге
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С\п «Смелый охотник» М\п «Вызов по имени»	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	апрель	4 неделя 1 занятие	апрель	4 неделя 2 занятие
Тема занятия	МИР ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ			
Программное содержание	- обучать лазанию по гимнастической лестнице разноименным способом; упражнять в ползании «по - пластунски»; упражнять в ходьбе по скамейке; в подкатывании под веревку; - совершенствовать напрыгивание на мягкое препятствие; - воспитывать выдержку, смелость;		- обучать передаче мяча двумя руками от груди стоя на коленях; упражнять в передаче мяча двумя руками; закреплять прыжки на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №36		Занятие №35	
Вводная	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Размыкание и смыкание. Перестроение в 3 колонны. По звеньям. Ходьба в колонне по полосе препятствий (3 раза): 1) перекрестная ходьба по гимнастической скамейке; 2) ходьба по модулям или полусферам. Расставленным в шахматном порядке; 4) ходьба по ребристой доске на носках, руки вверх. Бег в колонне с чередованием с бегом: парами; тройками 4 враспынную; в колонне «змейкой», огибая предметы; с ноги на ногу по ориентирам.		Построение в круг. Перестроение в два круга; перестроение в две колонны, в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в шеренгу. Ходьба в колонне с заданиями: перешагивая предметы; по модулям или полусферам; спиной вперед; с ритмичными хлопками под левую ногу; скрестным шагом «сиртаки». Бег в колонне в чередовании с ходьбой враспынную; перекрестными подскоками; бегом парами, взявшись за руки; боковым галопом.	
Общеразвивающие упражнения	№2 с обручем		№14	
Основные виды движений	<u>Подгруппой поточно:</u> 1.Лазание по гимнастической стенке по диагонали разноименным способом;3-4 раза <u>Подгруппой поточно:</u> 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком, руки на поясе, приставным шагом, перешагивая через модули, расставленные на расстоянии 30 – 40 см друг от друга; 3-4 раза <u>Поточно:</u> 1.Ползание «по - пластунски» на животе 3-4 м с мешочком в руке до линии метания. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой из и. п. лежа с расстояния 3-4 м		<u>Поточно:</u> 1.Лазанье по гимнастической стенке до верха разноименным способом не пропуская реек, спуск по диагонали; 2-3 раза <u>Фронтально:</u> 2.Передача мяча двумя руками от груди в парах. <u>Поточно:</u> 3.Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбой «змейкой» между предметами, расставленными на расстоянии 50см друг от друга; 2-3 раза	
Подвижные игры	П/и «Туннель» В2, В3		«Успей перебежать»	

		Цель: упражнять в беге
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	С\п «Горячая картошка» М\п «Найди и промолчи»	Релаксация
Индивидуальная работа		

Дата проведения	май	1 неделя 1 занятие	май	1 неделя 2 занятие
Тема занятия	ДЕНЬ ПОБЕДЫ			
Программное содержание	- развивать внимательность, танцевальность, умение владеть мячом; упражнять в ползании, в равновесии; - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- упражнять в ходьбе по скамейке; ползании по – пластунски; в метании мешочка; в лазании по гимн. Стенке; в прыжках на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №38		Занятие №39	
	Игровое занятие. 1.М/п «Летает – не летает» 2.С/п «Слушай-танцуй» 3.С/п «Передай мяч» 4.В/п «Туннель» 5.С\п «Переправа на плотках» 6.М/п «Запрещенное движение»		Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й. Перестроение в три шеренги уступом; в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в колонну по три. Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой в тройках. Ходьба на носках, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки на пояс; перекрестная ходьба. Бег в колонне в чередовании с бегом в тройках; враспынную, противоходом; по диагонали зала	
			№1 с большим обручем в тройках	
			<u>Полоса препятствий № 3 (Зраза)</u> 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, перешагивая предметы высотой 10 см, расставленные на расстоянии 40 см, руки на поясе, с мешочком (масса 200г) на голове.	

		2.Ползание «по – пластунски» с мешочком в руке. 3.Метание мешочка (масса 200г) в горизонтальную цель из исходного положения лежа с расстояния 3 м. 4.Лазание по гимнастической стенке по диагонали, спуск разноименным способом не пропуская реек. 5.Прыжки на одной ноге и продвигаясь вперед на другой, согнутой ноге – мешочек (масса 200г) до ориентира (3 м), после ориентира переложить мешочек и выполнить прыжки на другой ноге.
		В/п «Замри» Цель: развивать бег, ползание
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Релаксация	М/п «Ловкие пальцы» Цель: профилактика плоскостопия
Индивидуальная работа		

Дата проведения	май	2 неделя 1 занятие	май	2 неделя 2 занятие
Тема занятия	МОЯ СЕМЬЯ			
Программное содержание	- развивать внимательность, танцевальность, умение владеть мячом; упражнять в ползании, в равновесии; - воспитывать выдержку, самостоятельность, умение следить за осанкой		- упражнять в ходьбе по скамейке; ползании по – пластунски; в метании мешочка; в лазании по гимн. Стенке; в прыжках на одной ноге; - развивать силу броска; ловкость - воспитывать стремление улучшить результат	
Этапы занятия	Занятие №38		Занятие №39	
	Игровое занятие. 1.М/п «Летает – не летает» 2.С/п «Слушай-танцуй» 3.С/п «Передай мяч»		Построение в шеренгу. Размыкание и смыкание. Расчет на 1-й, 2-й, 3-й. Перестроение в три шеренги уступом; в колонну. Для выполнения ОРУ перестроение в колонну по три. Ходьба в колонне в чередовании с ходьбой в тройках. Ходьба на	

	4.В/п «Туннель» 5.С\п «Переправа на плотах» 6.М/п «Запрещенное движение»	носок, руки вверх; на наружных сводах стоп, руки на пояс; перекрестная ходьба. Бег в колонне в чередовании с бегом в тройках; врассыпную, противходом; по диагонали зала
		№1 с большим обручем в тройках
		<u>Полоса препятствий № 3 (Зраза)</u> 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, перешагивая предметы высотой 10 см, расставленные на расстоянии 40 см, руки на поясе, с мешочком (масса 200г) на голове. 2.Ползание «по – пластунски» с мешочком в руке. 3.Метание мешочка (масса 200г) в горизонтальную цель из исходного положения лежа с расстояния 3 м. 4.Лазание по гимнастической стенке по диагонали, спуск разноименным способом не пропуская реек. 5.Прыжки на одной ноге и продвигаясь вперед на другой, согнутой ноге – мешочек (масса 200г) до ориентира (3 м), после ориентира переложить мешочек и выполнить прыжки на другой ноге.
		В/п «Замри» Цель: развивать бег, ползание
Игры малой, средней подвижности, игровые упражнения, дыхательная гимнастика	Релаксация	М/п «Ловкие пальцы» Цель: профилактика плоскостопия
Индивидуальная работа		

2.3. Содержание коррекционно-развивающей работы

В средней группе воспитывается 1 ребенок с ОВЗ. Воспитательно-образовательный процесс осуществляется по Образовательной программе МАДОУ «Детский сад № 24». Для реализации программы привлечены воспитатели, музыкальный руководитель, инструктор по ФИЗО, учитель-логопед и педагог-психолог.

III. Организационный раздел

3.1. Примерный перечень оборудования для формирования развивающей предметно-пространственной среды в спортивном зале

В ДОУ имеются совмещенный музыкально-спортивный зал (1 корпус), спортивный зал (2 корпус), предназначенные для проведения физкультурных занятий, праздников, развлечений, проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований. Площадь совмещенного музыкально-спортивного зал (1 корпус) – 78 кв.м, спортивный зал (2 корпус) – 85,5 кв.м.

Для проведения занятий по физическому развитию на воздухе имеется спортивная площадка.

Примерный перечень оборудования и средств обучения:

Наименование оборудования	ед. изм.	кол-во
Балансиры разного типа	шт.	4
Брусья навесные для гимнастической стенки	шт.	1
Воланы для игры в бадминтон	шт.	4
Ворота для мини-футбола/гандбола пристенные с креплением к стене (комплект из 2 ворот с сетками)	шт.	1
Гимнастическая палка пластмассовая	шт.	по кол-ву детей в группе
Гимнастическая стенка	шт.	2
Гимнастический коврик	шт.	по кол-ву детей в группе
Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы для эстафет в помещении	шт.	1
Дорожка гимнастическая	шт.	1
Дорожка для прыжков в длину	шт.	1
Доска гладкая с зацепами	шт.	1
Доска наклонная	шт.	1
Доска с ребристой поверхностью	шт.	1
Дуга большая	шт.	2
Дуга малая	шт.	2

Дуги для подлезания	шт.	10
Жилетка игровая	шт.	20
Защитная сетка на окна	шт.	по кол-ву окон
Измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту	шт.	1
Канат для перетягивания	шт.	2
Канат подвесной для лазания	шт.	2
Клюшки	шт.	15
Коврик массажный	шт.	12
Кольца гимнастические	шт.	1
Кольцеброс	шт.	2
Кольцо баскетбольное	шт.	2
Кольцо мягкое	шт.	10
Кольцо плоское	шт.	10
Комплект атрибутов общеразвивающих упражнений и подвижных игр	шт.	1
Комплект гантелей	шт.	10
Комплект детских тренажеров	шт.	1
Комплект оборудования для соревнований и спартакиад	шт.	1
Консоль пристенная для канатов и шестов	шт.	1
Конус с втулкой, палкой и флажком	шт.	10
Корзинка для мячей	шт.	4
Лабиринт составной из нескольких секций	шт.	1
Лента гимнастическая	шт.	по кол-ву детей в группе
Лыжи (комплект с креплениями и палками)	шт.	по кол-ву детей в группе
Массажный ролик	шт.	10
Мат гимнастический (стандартный)	шт.	2
Мат гимнастический прямой	шт.	2
Мат гимнастический складной	шт.	2
Мат с разметками	шт.	4
Мягкая "кочка" с массажной поверхностью (комплект из 4 шт.)	шт.	4

Мяч баскетбольный	шт.	2
Мяч гимнастический	шт.	4
Мяч для метания	шт.	20
Мяч для мини-баскетбола	шт.	4
Мяч набивной (0,5 кг)	шт.	4
Мяч набивной (медбол)	шт.	4
Мяч физиоролл	шт.	2
Мяч фитбол (диаметр не менее 65 см)	шт.	4
Мяч футбольный	шт.	2
Набор мячей (разного размера, резина) (не менее 5 шт.)	шт.	6
Набор разноцветных кеглей с битой	шт.	2
Набор спортивных принадлежностей - кольцо малое (10 - 12 см), лента короткая (50 - 60 см), палка гимнастическая короткая (80 см), мяч средний	шт.	6
Нагрудные номера	шт.	40
Насос для накачивания мячей	шт.	1
Настенная лесенка (шведская стенка)	шт.	4
Обруч (малого диаметра)	шт.	20
Обруч (среднего диаметра)	шт.	20
Палка гимнастическая деревянная	шт.	по кол-ву детей в группе
Палочка эстафетная	шт.	4
Перекладина гимнастическая пристенная/Перекладина гимнастическая универсальная (турник)	шт.	1
Перекладина навесная универсальная	шт.	1
Портативное табло	шт.	1
Прыгающий мяч с ручкой	шт.	2
Ракетки для бадминтона (комплект с воланами)	шт.	15
Ролик гимнастический	шт.	10
Свисток	шт.	1
Секундомер	шт.	1
Секундомер (электронный)	шт.	1
Серсо (комплект для игры)	шт.	2
Система для перевозки и хранения мячей	шт.	1

Скакалка (взрослая)	шт.	2
Скакалка детская	шт.	по кол-ву детей в группе
Скамейка гимнастическая универсальная	шт.	6
Стеллаж для инвентаря	шт.	1
Степ платформа	шт.	15
Стойка баскетбольная с сеткой (комплект)	шт.	2
Стойка для гимнастических палок	шт.	1
Стойки для прыжков в высоту (комплект)	шт.	2
Султанчики для упражнений	шт.	50
Сухой бассейн с шарами для зала	шт.	1
Табло электронное игровое (для волейбола, баскетбола, футбола, гандбола) с защитным экраном	шт.	1
Тележка или стенд для спортивного инвентаря	шт.	1
Турник (перекладина высокая)	шт.	2
Ферма для щита баскетбольного	шт.	1
Фишки конусы	шт.	10
Флажки разноцветные (атласные)	шт.	50
Шайбы	шт.	15
Щит баскетбольный	шт.	1
Щит для метания в цель навесной	шт.	2
Эспандеры кистевые (детские)	шт.	по кол-ву детей в группе
Музыкальный центр	шт.	1
Доска пробковая/Доска магнитно-маркерная	шт.	1
Компьютер педагога с периферией/ноутбук (лицензионное программное обеспечение, программное обеспечение)	шт.	1
Кресло педагога	шт.	1
Многофункциональное устройство/принтер	шт.	1
Стол педагога	шт.	1
Шкаф для одежды	шт.	1
Аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи (в соответствии с приказом № 822н)	шт.	1

Грабли для песка	шт.	1
Комплект поливалентных матов и модулей	шт.	1
Лыжный комплект взрослый	шт.	1
Набор для игры в шахматы	шт.	4
Набор для игры в шашки	шт.	4
Пьедестал разборный	шт.	1
Рулетка	шт.	2
Сетки защитные на окнах и осветительных приборах	по количеству приборов и окон	
Стеллаж для инвентаря	шт.	1
Стеллаж для лыж	шт.	1
Флажки для разметки лыжной трассы	шт.	20
Часы с пульсометром и шагомером	шт.	2
Шахматные часы	шт.	4
Шкаф для сушки лыжных ботинок	шт.	1
Шкаф-локер для инвентаря	шт.	1

3.2. Календарный план воспитательной работы

месяц		ЯНВАРЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)							
события региональной направленности (вариативная часть)	до 19 января: Колядки	- чтение с имитационными движениями Г. Лагздынь «Зайка, зайка, попляши!»		- святочная игра «Валенок желаний»	- чтение р.н.с «Снегурочка»	- развлечение «Колядки, колядки, собрались ребятки!»	

месяц		ФЕВРАЛЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	8 февраля: День российской науки	- игры в центре песка и воды		- игры-эксперименты «Свойства снега», «Свойства льда», «Удивительные краски»			
				- папка-щирма для родителей «Занимательные опыты»			
	15 февраля: День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	- рассматривание картины «Солдат»	- конст-ние (выкладывание из палочек) «Военная техника»	- чтение стиха С. Маршака «Пограничники»	-конст-ние (выкладывание из палочек) «Военная техника»	- встреча воспитанников с ветеранами боевых действий военно-патриотического клуба «Легион»	
	21 февраля: Международный день родного языка	-игры-инсценировки		- театр р.н.с. «Снегурочка и лиса»		- речевая игра «Здороваемся на родном языке»	

		р.н.с. «Курочка ряба», «Теремок»				- выкладывание имен из природного материала (горох, камушки, желуди)
	23 февраля: День защитника Отечества	- чтение стих А.Барто «Самолеты» - подв.игра «Самолеты»				- ручной труд «Подарок для папы» - беседы «Каким должен быть солдат», «Мой папа был солдатом»
						-спортивное развлечение «Зарница» - труд в природе: постройка снежной крепости (на прогулке)
события региональной направленности (вариативная часть)	-					

месяц		МАРТ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	8 марта: Международный женский день	- изобразительная деятельность «Поздравим маму!»		- ручной труд «Поздравительная открытка для милых мам и бабушек»			
			- развлечение «Мамин праздник» - сюжетно-ролевые игры «Семья», чтение худ.лит-ры о маме				
	27 марта: Всемирный день театра	- игра-инсценировка р.н.с. «Маша и медведь»		- сказка «Репка» с участием детей	- вечер загадок по сказкам	- позн.беседа «Виды театров»	- позн. беседа «Театральные профессии»
		- театральная постановка «Театр в гостях у детей»					
события региональной направленности	11 марта-17 марта: Масленица	-дид.игра «Вкусные блины» (аналогия игры «Заплатки»)		- заучивание заклички «Весна-красна, приходи»		- беседа «Почему на Масленицу пекут блины?»	

(вариативная часть)		- наблюдение за ходом развлечения «В гости к Масленице»	- развлечение «В гости к Масленице»
---------------------	--	---	-------------------------------------

месяц		АПРЕЛЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	12 апреля: День космонавтики	- подв.игра «Солнышко и дождик»		- выкладывание из палочек «Ракета»	- позн.беседа «Животные в космосе»	- выставка книг, энциклопедий «Всё о космосе» - лингвистические коллекции «Космос» - спортивное развлечение «Космическое путешествие» - фотозона «Космонавты»	
события региональной направленности (вариативная часть)	1 апреля: День смеха	- игры с воздушными шариками, мыльными пузырями		- раскрашивание «Клоун»		- развлечение «1 апреля»	
				- утренний флешмоб «Веселая зарядка» - аквагим «Смешные лица»			

месяц		МАЙ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	1 мая: Праздник Весны и труда	- наблюдения за трудом сотрудников детского сада		- рекомендации для родителей: организовать		- трудовые поручения на участке - обсуждение пословиц и	

часть)		- элемен.трудовые действия «Поручения»		совместный труд по уборке квартиры к празднику «Чистота в нашем доме»		поговорок о труде	
	9 мая: День Победы	- акция «Окна Победы»					
						- акция «Читаем книги о войне» - буклет для родителей «Читаем книги о войне»	
							- праздник «Победный Май»
	19 мая: День детских общественных организаций России						- буклет для родителей «Детские движения и организации г. Можги»
		- выставка детского творчества «Работы кружковцев» (или размещение ВКонтакте видеообзора «Деятельность кружков ДОУ»					
	24 мая: День славянской письменности и культуры	- беседа «Книжки рвать нельзя» - рассматривание иллюстраций в книжках (по выбору детей)		- беседа «Для чего нужны книги?» - выставка книг «Книжки-малышки», «Книжки-великаны»		- чтение В. Берестова «Как хорошо уметь читать» - словесная игра «Придумай слова на букву»	- чтение сказки Р. Киплинга «Как было написано первое письмо» - словесная игра «Придумай слова на букву»
события региональной направленности (вариативная часть)	26 мая: День бабушки в Удмуртской Республике	- чтение потешек, р.н.с о бабушках		- с-р.игра «В гости к бабушке» - пальчиковые игры «Семья», «Наша бабушка»		- индивидуальные рассказы детей «Профессия моей бабушки», «Увлечения моей бабушки» - выставка «Золотые руки	

				бабушек»
--	--	--	--	----------

месяц		ИЮНЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	1 июня: День защиты детей	- выставка «Моя любимая игрушка»					
				- слушание песен В. Шаинского «Вместе весело шагать», «Когда мои друзья со мной», «Улыбка»			
						- чтение рассказов В. Драгунского «Денискины рассказы» - развлечение «День защиты детей»	
	6 июня: День русского языка	- рассказывание потешек, песенок		- беседа «Вежливые слова»	- досуг «Почитаем мы стихи» (на выбор детей)	- выставка книг «Сказки А.Пушкина» - чтение сказок А.Пушкина (на выбор)	
	12 июня: День России	- изобразительная деятельность: рисование «Березка» («Матрешка»)		- изобр.деят- ть: рисование «Матрешка»	- беседа «Наша Родина- Россия» - рассматривание иллюстраций «Россия - народы России»	- беседа «Наша Родина- Россия» - рассматривание символики РФ - рассматривание иллюстраций «Россия - народы	- рассматривание «Карта России» - викторина «Животный и растительный мир России»

	22 июня: День памяти и скорби				России»	
		флеш-моб с флагами России «День России»				
		- рекомендации по совместному с детьми участию в международной мемориальной акции «Свеча Памяти»				
				- изобразительная деятельность: раскрашивание нетрадиционным способом «Голубь – символ мира»		
события региональной направленности (вариативная часть)	12 июня: День города Можги	- беседы «Можга – родной город», «Достопримечательности» - чтение стихов земляков Г.Латыпова, Г. Латыповой		-совместная и самостоятельная деятельность в центре краеведения (макеты, альбомы, фотоальбомы, дидактические игры) - беседы «Можга – родной город», «Достопримечательности», «Знаменитые люди» - чтение стихов земляков Г.Латыпова, Г. Латыповой, О. Рассветовой - труд в природе: «Город моей мечты» (из песка)		
	Третья суббота: Удмуртский национальный праздник «Гербер»	- игры с крупой (классификация, «Секреты в крупе», «Найди, что спрятано»		- чтение народных удм.сказок (на выбор)		- мастер-класс «Кукла-закрутка» - удм. нар. подвиж. игры (на выбор детей)

месяц		ИЮЛЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	8 июля: День семьи, любви и верности	- чтение потешек, стихов, рассказов о семье - пальчиковые игры на тему «Семья» - рассматривание семейных фотоальбомов				- рассказывание былины «Петр и Феврония муромские: история любви» - беседа «Ромашка - символ семьи, любви и верности»	
				- творческая мастерская: изготовление открыток			
		- акция «Ромашка желаний» («Ромашка – в подарок»)					

события региональной направленности (вариативная часть)	-						
---	---	--	--	--	--	--	--

месяц		АВГУСТ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	12 августа: День физкультурника			- загадки «Спортивное оборудование»			
		- подвижные игры на свежем воздухе					
						- спортивное развлечение «День физкультурника» - спортивные игры - акция «500 метров здоровья» (бег)	
	22 августа: День Государственного флага Российской Федерации		- дид.игра «Угадай по цвету» (красный, синий, белый)	- рассматривание флага - подв.игра «Соберись в кружок по цвету»		- дид.игра «Найди флаг России» - изобр.деят-ть: аппликация из салфеток «Сердце России» (триколор)	
				- флешмоб «Наш любимый триколор» (футболки, возд.шарики)			
	27 августа: День российского кино	- слушание песен из м/ф			- загадки «Герои сказок», «Сказочные предметы»		- просмотр м/ф (по выбору детей)
		- консультация для родителей«Ребенок и телевизор»					- рекомендации для родителей по совместному с детьми просмотру м/ф

события региональной направленности (вариативная часть)	-						
---	---	--	--	--	--	--	--

месяц		СЕНТЯБРЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	1 сентября: День знаний	- игры с цветными карандашами (под присмотром взрослых)		-рассматривание школьных принадлежностей (портфель, книги, тетради, пенал и т.д.)	- рассматривание альбома «Буквы имён» - раскрашивание цифр и букв		- развлечение «День знаний»
			создание видеоролика «Стали мы на год взрослее». Размещение в группе ВК и на сайте ДОУ				
	3 сентября: День окончания Второй мировой войны, день солидарности в борьбе с терроризмом			- беседы «Можно – нельзя», «Как вести себя с незнакомыми людьми»		- беседы о безопасном поведении дома, на улице, в детском саду - тренинговые игры «Правила поведения в картинках» - инструктаж «Правила безопасности»	
		- раздача памяток родителям о способах противодействия терроризму «Будьте бдительными»					
	8 сентября: Международный день распространения грамотности		-дид.игра «Поручения»		- дид.игры «Что умеют делать животные?», «Назови, что это и скажи какой»		- дид.игра «Назови одним словом»

						- игры с ребусами
	27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников	- экскурсия по детскому саду (по территории ДОУ)		- беседы «Кто работает в детском саду?»	- загадки о профессиях взрослых в детском саду	
				- сюжетно-ролевые игры «Детский сад»		
события региональной направленности (вариативная часть)	-					

месяц		ОКТАБРЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	1 октября: Международный день пожилых людей. Международный день музыки	-рассказывание р.н.с. «Репка», «Колобок»		- изобразительная деятельность: аппликация «Чашка чая» - деятельность детей в центре музыки			
					- дид.игра «Что звучит?» (муз.инструменты)	- лингвистические коллекции «Музыка» - праздник «Любимым бабушкам и дедушкам» - просмотр мультфильма «Жили-были Дед и Баба»	
	4 октября: День защиты животных	-дид.игра «Половинки», «Чей хвост», «Чей малыш»		- загадки о животных - дид.игры «Четвертый лишний», «Кто что ест?» - оформление стенгазеты «Мой питомец»		-просмотр м/ф «Серая шейка», «Варежка» - акция «Поможем животным из фонда» (сбор корма, наполнителя, старых вещей) - экскурсия в ветклинику	

	5 октября: День учителя	- совместная деятельность в центре творчества и продуктивной деятельности: рисование мелом		- словесные игры «Кто где работает?», «Исправь ошибку»		- коллективное конструирование «Школа» - лингвистические коллекции «Школа» - буклет для родителей «Школы г. Можги»	
	Третье воскресенье октября: День отца в России	- игры с водой (с магнитами) «Рыбалка»		- беседы «Какой мой папа», «Как мы с папой маме помогаем» - раскрашивание тематических раскрасок		- ручной труд: оригами «Галстук для папы»	
		- размещение поздравлений пап ВКонтакте - консультации в родительский уголок «Роль отца в воспитании ребенка», «Изречения известных людей об отце»					
события региональной направленности (вариативная часть)	-						

месяц		НОЯБРЬ					
возрастные группы		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	4 ноября: День народного единства	- игры в уголке ряжения		- рассматривание кукол в национальных костюмах - рус.нар.подв.игры		- просмотр м/ф «Гора самоцветов» - физк.досуг «Подвижные игры народов России» - раскрашивание «Куклы в национальных костюмах»	
	8 ноября: День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России	-подв.игра «Воробушки и автомобиль»		- конструирование из ЛЕГО «Полицейская машина»		- словесная игра «Каким должен быть полицейский»	- позн.беседа «Улица И.Быстрых»

	Последнее воскресенье ноября: День матери в России	- подв.игра «Курочка и цыплята»		- с.р.игра «Семья» - словесная игра «Назови ласково»	-чтение стиха Благининой Е. «Посидим в тишине» - с-р игра «Семья»	- просмотр м/ф «Мама для мамонтенка» - развлечение «День мамочки»	
		- размещение поздравлений мам ВКонтакте - изобразительная деятельность (ручной труд): «Подарок для мамы»					
	30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации					-беседы о гербе России	- беседы о гербе России, - рассматривание изображений с символикой России - просмотр м/ф «Сказка о двуглавом орле»
события региональной направленности (вариативная часть)	4 ноября: День государственных символов Удмуртской Республики					- беседа «Удмуртия – мой край родной» (символы, столица)	- позн.беседа «Флаг и герб Удмуртии» - слушание гимна УР (правила)
	27 ноября: День удмуртского языка	-игровая ситуация «Приход куклы в национальном костюме»		- приветствие (прощание) на удмуртском языке - слушание песен на удмуртском языке - чтение удмуртских народных сказок			
						- удмуртские народные подвижные игры	

месяц		ДЕКАБРЬ					
возрастные групп		первая группа раннего возраста	вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготов. группа
события по ФОП ДО (обязательная часть)	5 декабря: День добровольца (волонтера) в России	- акция «День добрых дел» («Покормите птиц», «Почистим дорожки от снега» и др.)					-беседа с детьми «Кто такие волонтеры» - акция «День добрых дел» (оказание помощи малышам в одевании, раздевании)
	8 декабря: Международный день художника	- изобр.деят-ть: рисование штампами	- изобр.деят-ть: нетрадиционное рисование (палочками, пальцем и пр.)		- загадки про краски - дид.игра «Теплые и холодные цвета»		- позн.беседа «Великие художники» - рассматривание иллюстраций (картин)
			- организация персональных выставок рисунков				
	9 декабря: День Героев Отечества			-конструирование «Военная техника» - раскрашивание «Военная техника»		- выставка книг «От героев былых времен до героев нашего времени» - беседа «Кто такой герой?»	
	12 декабря: День Конституции Российской Федерации					- беседа «Государственные символы России»	- презентация «День Конституции России»
	31 декабря: Новый год					- просмотр м/ф «Умка на ёлке»	
		- разучивание песен и стихов про Новый год - праздники «Новый год у ворот» - украшение групповых комнат (совместно с родителями)					

		- буклет «Безопасный Новый год» - тематическая выставка поделок (взаимодействие с родителями)					
события региональной направленности (вариативная часть)	7 декабря: День Конституции Удмуртской Республики						- беседы «Государственная символика Удмуртии», «Конституция - главная книга страны и республики»
						- выставка рисунков «Моя Удмуртия»	

