

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 234»

344091, Ростов-на-Дону, ул., Малиновского, дом 12/1, тел.(863) 223-15-10, тел/факс 242-84-60

E-mail: [moy234@yandex.ru](mailto:moy234@yandex.ru), ОКПО 51614382, ОГРН 1026104365759, ИНН/КПП  
6168098910/616801001

Принято  
Педагогическим советом МБДОУ №234  
Протокол №1 от 31.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №234  
И.Х.Виноградская  
Приказ № 48 от 05.09.2021 г.

## **Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей дошкольного возраста (6 – 7 лет)**

Руководитель по физическому воспитанию  
Бобохян Сусанна Амбарцумовна

## Пояснительная записка

Рабочая программа является нормативным документом, в котором представлены основные умения и навыки по физическому развитию, подлежащие усвоению в процессе непосредственно образовательной деятельности, определены наиболее оптимальные и эффективные для детей подготовительной группы содержание, формы, методы и приёмы организации образовательного процесса с целью формирования интегративных качеств, соответствующих Федеральным государственным требованиям.

Данная рабочая программа составлена на основе Основной общеобразовательной программы Дошкольного образования «От рождения до школы» под. ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой (обновленный и доработанный вариант «Программы Воспитания и Обучения в детском саду» (Под. ред. М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой, В.В. Гербовой).

Рабочая программа по физическому развитию, образовательной области «Физическая культура» разработана в соответствии:

- с пунктом 6 части 1 статьи 6 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2013, № 19, ст. 2326; № 30, ст. 4036), подпунктом 5.2.41 Положения о Министерстве образования и науки Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 3 июня 2013 г. № 466 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2013, № 23, ст. 2923; № 33, ст. 4386; № 37, ст. 4702), пунктом 7 Правил разработки, утверждения федеральных государственных образовательных стандартов и внесения в них изменений, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 661 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2013, № 33, ст. 4377)
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПин 2.4.1.30-49-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ от 15.05.2013 г №26);

Рабочая программа ориентирована на использование учебно- методического комплекса, состоящая из методических пособий для педагогов:

**«Физическая культура в детском саду» *Подготовительная к школе группа* – Изд. Мозаика – Синтез. Москва 2014 г.**

Реализация рабочей программы рассчитана на 36 календарных недель, 108 периодов непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию детей в год, длительностью 30 минут, 2 раза в неделю - в группе, 1 раз в неделю – на воздухе, выделено значком \*\*\*.

<b>Общее количество</b>	<b>в неделю</b>	<b>Длительность</b>
72	2 раза - в группе	30 минут
36	1 раз - на воздухе, выделен значком ***	30 минут

**Сопутствующими формами работы** по реализации рабочей программы являются, спортивные развлечения, праздники, комплексы занимательной разминки и дыхательных упражнений, игры.

**Цель программы:** укреплять здоровье детей, обеспечивать физическое развитие, осуществлять физическую подготовку, формировать привычку к здоровому образу жизни.

**Задачи программы:**

- Развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость, координацию);
- Накапливать и обогащать двигательный опыт детей (овладение основными движениями);
- Формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенстве.
- Улучшать функцию нервной системы, сердечно-сосудистой, укреплять двигательный аппарат;
- Обогащать запас двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и элементов спортивных игр;

- Формировать навык сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех мышечных групп;
- Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.

### Принципы программы:

- Гармоничность-развитие любознательности и удовлетворения индивидуальных склонностей и интересов;
- Преемственность – переход от одной возрастной группы к другой;
- Индивидуально- дифференцированность – индивидуальный личный темп роста ребёнка и освоения содержания программы.

В рабочей программе компонент ДООУ реализуется через овладения детьми средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками в совместной деятельности по физической культуре и овладение навыками двигательной активности, а так же в соблюдении детьми элементарных правил поведения в коллективной деятельности.

Принципы подбора основного содержания связаны с преемственностью целей образования при переходе от одной возрастной группы к другой, с возрастными особенностями развития воспитанников , а так же интеграцией образовательных областей.

<b>Примерные виды интеграции области «Физическая культура»</b>	
<b>По задачам и содержанию психологической работы</b>	<b>По средствам организации и оптимизации образовательного процесса</b>
<p>«Здоровье» (в части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья).</p> <p>«Социализация» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях4 приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности).</p> <p>«Труд» (накопление двигательного</p>	<p>«Чтение художественной литературы», «Музыка», «Художественное творчество»(использование художественных произведений, музыкально-ритмической и продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики)</p>

<p>опыта, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарём и спортивной одеждой).</p> <p><b>«Коммуникация»</b> (развития свободного отношения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение).</p> <p><b>«Познание»</b> (в части двигательной активности как способа усвоения ребёнком предметных действий , а так же как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности, формирование элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные представления и т.д).</p> <p><b>«Музыка»</b> (развитие музыкально-ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного творчества на основе физических качеств и основных движений детей).</p>	
---	--

Взаимодействие областей «Здоровье» и «Физическая культура» определяет общую направленность процессов реализации и освоения программы в соответствии с целостным подходом к здоровью воспитанника, как единству его физического, психического и социального благополучия.

В основу организации образовательного процесса по физической культуре определён календарно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью.

**Рабочая программа предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми:**

- Подвижные игры совместная деятельность взрослых и детей преимущественно тематического, тренировочного , игрового и интегративного характера

- спортивные и физкультурные досуги
- беседа
- рассказ
- интегративная детская деятельность
- дидактические, подвижные игры
- сюжетно-ролевые игры (с элементами спортивных игр)
- соревнования, состязания
- контрольно-диагностическая деятельность.

Предпочтительные формы организации образовательного процесса по физической культуре являются групповые, подгрупповые и индивидуальные.

Требования к результатам освоения компонента образовательной области «Физическая культура» формулируется в соответствии с промежуточными и итоговыми результатами освоения программы, определёнными в общеобразовательной программе дошкольного образования.

***Тематический план компонента «Физическое развитие» образовательной области «Физическая культура»***

<b>№п/п</b>	<b>Тема (раздел)</b>	<b>Количество непосредственно Образовательной деятельности</b>	<b>В том числе: практической непосредственно образовательной деятельности</b>
1	Контрольно-диагностическое	7 (3 часа 30 минут)	7 (3 часа 30 минут)
2	Эстафетное	4 (2 часа)	4(2 часа)
3	Учебно-тренировочное	55 (29 часов)	55 (29 часов)
4	Сюжетное	3 (1 час 30 минут)	3 (1 час 30 минут)

		минут)	
5	Карточки-задания	5 (2 часа 30 минут)	5 (2 часа 30 минут)
6	По интересам	2 (1 час)	2 (1 час)
7	Круговая тренировка	3 (1 час 30 минут)	3 (1 час 30 минут)
8	Игровое	15 (7 часов 30 минут)	14 (7 часов 30 минут)
9	Полоса препятствий	3 (1 час 30 минут)	3 (1 час 30 минут)
10	Спортивное	14 (7 часов)	14 (7 часов)
11			
<b>Всего:</b>	<b>111</b>	<b>57 часов</b>	<b>57 часов</b>

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ КОМПОНЕНТА  
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ВОСПИТАННИКАМИ**

<b>Овладевший Необходимыми Умениями и навыками</b>	<b>Физическая Культура</b> (диагностика Уровня развития физических Качеств проводится С разрешения медицинского персонала)	<b>Ходьба и бег:</b> ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом, вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; перекатом с пятки на носок; на наружной поверхности стоп; высоко поднимая колени; в полуприседе; перестраиваться в колонну во время движения – по два – четыре человека; бегать со сменой темпа и направления, со сменой ведущего; бегать в рассыпную, змейкой; высоко поднимая колени, с захлестом голени назад; боковым галопом, спиной вперёд; челночный бег (10м хз)
		<b>Прыжки:</b> прыгать на месте разными способами; ноги вместе-ноги врозь; одна нога впереди – другая сзади с поворотами в любую сторону (с одновременным ритмичным выполнением различных движений руками); выпрыгивать вверх из глубокого приседа; прыгать в длину и высоту с места и с разбега; прыгать на одной (правой и левой) ноге из обруча в обруч (Д 45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу; перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (раст. Между линиями 35 см); боком с продвижением вперёд; спрыгивать на мат с гимнастического бревна и со скамейки высотой 30 см; прыгать на батуте не менее 8 раз подряд.
		<b>Лазание, ползание:</b> лазать по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях(в том числе по диагонали),перелезть с одного пролёта на другой в любую сторону на разных уровнях; ползать по-пластунски; преодолевать полосу препятствий (подлезая под дуги, в ворота, подлезая под брёвна) чередуя ползание с бегом и прыжками.
		<b>Катание, метание, бросание, ловля:</b> прокатывать и подбрасывать утяжелённый мяч(весом 1кг); подбрасывать мяч (Д 6-8 см) вверх хлопнув в ладоши, и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее 10 раз подряд; ловить мяч не менее

		<p>10 раз подряд после подбрасывания его вверх и отскока от пола; перебрасывать одной и двумя руками, через сетку, верёвку, закреплённую на высоте не менее 1,7 м от пола; метать одной (правой и левой) рукой, разными способами мяч (Д 6-8 см) в горизонтальную цель (32х32 см) с расстояния не менее 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд; метать одной (правой и левой) рукой в вертикальную цель (щит 25х25 см) с расстояния не менее 1,5 м, высота центра мишени 1,5 м (попадать не менее 2 раз подряд); отбивать мяч от пола одной рукой (только правой или левой) и поочередно правой или левой рукой на месте и с продвижением шагом и бегом с поворотом.</p>
		<p><b>Координация, равновесие:</b> прыгать на одной ноге (любой); продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м, при этом продвигая носком опорной ноги небольшой кубик, сохраняя прямолинейность движения; удерживать равновесие не менее 10 с, сидя на корточках на носках с закрытыми глазами и вытянутыми руками вперёд; делать ласточку на удобной ноге, ходить по гимнастической скамейке прямо; приставным шагом боком; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; ходить по гимнастическому бревну и узкой стороне гимнастической скамейки (шириной 10 см и высотой 30 см); прыгать через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад, одновременно на двух ногах, с ноги на ногу (не менее 10 раз подряд), на одной ноге, вращая скакалку вперёд; вбегать под вращающуюся длинную скакалку, прыгать на двух ногах и с ноги на ногу через вращающуюся длинную скакалку; выбегать из под длинной вращающейся скакалки; вести одной (удобной) рукой обруч, поставленный вертикально, не допуская его падения, не менее 5 м.</p>
		<p><b>Спортивные упражнения:</b> кататься на санках с горки разными способами, хорошо управляя санками; катать на санках сверстников; скользить с небольших горок стоя и приседая; кататься на двухколёсном велосипеде, уверенно им управляя; забираться на горку приставным шагом и ёлочкой; спускаться с небольших горок, согнув слегка ноги в коленях; владеть элементами игр (баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, городки, настольный теннис).</p>

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ КОМПОНЕНТА  
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

<b>Критерии психолого-педагогической работы</b>	<b>Задачи психолого-педагогической работы</b>	<b>Взаимосвязь с другими</b>
---	---	------------------------------



		<b>образовательными областями</b>
<p><i>По становлению мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• поддерживать и поощрять ежедневную двигательную активность детей;</li> <li>• воспитывать потребность в аккуратном обращении со спортивным инвентарём, физкультурным оборудованием, следить за его состоянием.</li> </ul>	<p>Труд, здоровье, социализация.</p>
<p><i>По накоплению и обогащению двигательного опыта (развитию основных движений), воспитанию культуры движений.</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Побуждать к самостоятельной двигательной активности, создавать для этого комплекс необходимых условий в группе и на улице во время прогулки</li> <li>• Продолжать совершенствовать культуру движений, технику их выполнения</li> <li>• Способствовать переводу умений двигательной деятельности в навыки, развивать качество навыков и качество движений</li> <li>• Совершенствовать основные движения: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползанье, сочетание движений друг с другом</li> </ul>	<p>Музыка, труд, социализация.</p>

	<p>в выполнении упражнения и движения в разном темпе и ритме, сохраняя равновесие, координацию и ориентацию в пространстве</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Совершенствовать технику выполнения основных и общеразвивающих движений, спортивных упражнений</li> <li>• Продолжать учить самостоятельно играть в разнообразные подвижные игры, игры - соревнования, оказывать детям помощь в комбинировании подвижных игр, придумывании новых, непосредственной игре в них</li> </ul>	
<i><b>По развитию физических качеств</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поддерживать самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности.</li> </ul>	
<i><b>По развитию интереса к спортивным играм и упражнениям</b></i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Углублять интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях</li> <li>• Воспитывать чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на Олимпиадах</li> <li>• Продолжать обучать играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса</li> <li>• Продолжать развивать</li> </ul>	<p>Коммуникация, социализация, здоровье, безопасность.</p>

	<p>инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержку, настойчивость, смелость, организованность, самоконтроль, самооценку, двигательное творчество</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Поддерживать социально- нравственные проявления детей в двигательной деятельности, активно развивать их средствами данной деятельности</li> </ul>	
--	---	--

## **СПОСОБЫ ПРОВЕРКИ УСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ КОМПОНЕНТА «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной области физическая культура проводится 2 раза в год .

Инструктор готовит протокол обследования. В нём фиксируются количественные показатели, характеризующие уровень сформированности физических качеств и качественные показатели, характеризующие степень сформированности двигательных навыков. Качественные показатели выражаются в баллах и сравниваются с данными таблицы.

**ВЫСОКИЙ** – правильно выполнены все элементы техники (2балла).

**СРЕДНИЙ** – ребёнок справляется с большинством элементов техники , имеются незначительные ошибки (1 балл).

**НИЗКИЙ** – наличие значительных ошибок, не справляется с заданием (0 баллов)

При обследовании физической подготовленности дошкольников важно учитывать индивидуальный темп развития каждого ребёнка.

### **БЕГ НА 10 МЕТРОВ С ХОДА**

**Цель:** определение скоростных качеств.

Тестирование проводится на беговой дорожке не менее 40 метров длиной и шириной 2-3 метра. Дорожка должна быть прямой и плотно утрамбованной. Регистрируется время, за которое ребёнок пробегает отрезок от отметки 10 м до отметки 20 м.

### **БЕГ НА 30 МЕТРОВ**

**Цель:** определение скоростных качеств.

Тестирование проводится на беговой дорожке не менее 40 м длиной и шириной 2 м. Дорожка должна быть прямой и плотно утрамбованной .

Тестирование проводят двое взрослых: первый педагог с флажком – на линии старта и второй с секундомером – на 4-5 м дальше от линии финиша.

По команде «Внимание!» ребёнок подходит к линии старта и принимает позу высокого старта. Команда «Марш!» , и первый педагог даёт отмахку флажком, второй включает секундомер. В момент пересечения ребёнком линии финиша секундомер выключается.

### **МЕТАНИЕ НАБИВНОГО МЯЧА**

Ребёнок встаёт у контрольной линии , берёт мяч и бросает его как можно дальше, при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног не должны отрываться от пола. Ребёнок совершает 2-3 броска, фиксируется лучший результат.

## **МЕТАНИЕ МЕШОЧКА С ПЕСКОМ ПРАВОЙ (ЛЕВОЙ) РУКОЙ НА ДАЛЬНОСТЬ**

Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м , длиной 15-20 м. По команде педагога ребёнок подходит к линии. И.п: стоя, производится бросок мячом одной руки из-за головы, одна нога поставлена впереди, другая на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 3 попыток. Вес мешочка 200г.

## **ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА**

Проводится в спортивном зале. Ребёнок становится на линию отталкивания, не переступая её ногами. Ноги расставлены на ширине плеч, выполняется взмах руками. Попытка даётся 2-3 раза. Учитывается лучший результат, который определяется по месту касания дорожки пятками. При потере равновесия (шаг назад, касание руками пола, падение..) результат не засчитывается. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определённом расстоянии (чуть дальше среднего результата) разместить три флажка и предложить ребёнку прыгнуть до самого дальнего из них.

## **НАКЛОН ТУЛОВИЩА ВПЕРЁД ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СИДЯ**

**Цель:** определение гибкости.

**Методика обследования:** С целью подвижности в суставах используются упражнения (наклоны, повороты, махи), выполняемые из разных исходных положений с большой амплитудой.

Ребёнок сидит на полу, ноги врозь (без обуви), расстояние между пятками 20 см. Помощник прижимает тыльную сторону коленей к полу (колени должны быть выпрямлены). Ребёнок медленно наклоняется вперёд, при этом ладони выпрямленных рук скользят вперёд по линейке, нулевая отметка которой находится на уровне пяток. Ребёнок должен задержаться в положении наклона не менее 2 с. Лучший результат засчитывается по кончикам пальцев с точностью до 1 см. Эта цифра записывается со знаком «+». Если ребёнок

коснулся за линией , на которой расположены его пятки; если его пальцы не достали линии пяток , то делается запись со знаком «-»; если пальцы на уровне пяток , то ставится «0».

## БЕГ В УМЕРЕННОМ (МЕДЛЕННОМ)

### ТЕМПЕ

**Цель:** определение общей выносливости.

Тестирование проводится в конце образовательного периода.

В течении образовательного периода с учётом тренированности ребёнка продолжительность бега (в медленном или умеренном темпе) постепенно увеличивается с 15-30 с до 1 – 2,5 мин.

Оценка уровня развития физических качеств детей проводится путём сравнения абсолютных величин результатов тестирования физической подготовленности каждого ребёнка со средними возрастными- половыми значениями соответствующих показателей.

**Средний уровень** развития физического качества (результаты тестирования ребёнка укладываются в интервал средних возрастно – половых значений)

**Ниже среднего** уровня (результаты тестирования меньше средних возрастно – половых значений)

**Выше среднего** уровня (результаты тестирования больше средних возрастно – половых значений)

## ВОЗРАСТНО – ПОЛОВЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ

№ п/п	Показатели	Пол	Возраст
			7 лет
1		М	2,3- 1,7

	Скорость бега на 10 м, с	Д	2,6 – 1,9
2	Скорость бега на 30 м, с	М	7,0 – 6,0
		Д	8,3 – 6,3
3	Длина прыжка с места, см	М	112 – 140
		Д	97 – 129
4	Дальность броска правой рукой (м)	М	6,0 – 10,
		Д	0 4,0 – 7,0
5	Дальность броска левой рукой (м)	М	4,0 – 7,0
		Д	3,5 – 5,5
6	Дальность броска весом 1 кг, см	М	270 –
		Д	400
			220 – 350
7	Наклон туловища вперед сидя, см	М	6 – 9
		Д	8 – 12
8	Продолжительность бега в медленном темпе, мин	М	2,0 –
		Д	2,5
			2,0 – 2,5







1.09.17		1.Игрового характера	<p>Упражнять детей в ходьбе, Беге с изменением темпа, Ходьбе в полуприсяде.</p> <p>Закреплять умения и навыки В подвижных играх.</p> <p>Воспитывать внимание, инициативу.</p>	Ходьба в колонне по одному, с изменением темпа, в полуприсяде.	Бег в колонне по одному с изменением темпа.	№	<p>- прыжки в высоту</p> <p>- ориентирование в пространстве</p> <p>- метание в движущуюся цель</p> <p>- лазанье по г/стенке</p>	<p><b>п/игры:</b> «Ловишки мячом», «Кого назвали, тот и ловит», «Удочка», «Перелёт Птиц»</p> <p><b>М/п/игры:</b> «Эхо»</p>	<p><b>Социализация:</b> Развитие игровой деятельности в подвижных играх</p> <p><b>Худ. тв-во:</b> развитие детского творчества</p> <p><b>Познание:</b> Формирование Ориентировки в пространстве</p>
Развивать у детей познавательные мотивы. Формировать интерес к источникам знаний. Продолжать знакомить с д/садом, школой и т.д.									
4.09		2.Учебно- тренировач	<p>Развивать скорость бега, быстроту реакции, умение прыгать в длину с разбега, внимание.</p> <p>Развивать силу броска, Глазомер.</p>	Ходьба с Выполнением заданий	Бег с ускорением	№	<p>- прыжки в длину с разбега</p> <p>- метание в цель</p>	<p><b>п/игра:</b> «Волк во рву»</p> <p><b>М/п/игры:</b> «Берегите Руки», «Поверни»</p>	<p><b>Коммуникация:</b> Развитие свободной общения детей и взрослых</p>

6.09		3***.Контрольно- диагностическое	<p>Выявить силу качества детей: - умение метать набивной мяч двумя руками из-за головы на дальность</p> <p>Выявить гибкость детского организма, умение наклоняться вперёд из положения сидя.</p> <p>Развивать ловкость, координацию движений</p>	<p>Ходьба обычная, носках, с выполнением заданий. Построение шеренгу</p>	<p>Бег в колонне по одному выполнением заданий.</p>	№	<p>Гибкость – наклон туловища вперёд из положения сидя. Метание набивного мяча.</p>	<p><b>п/игра:</b> «Ловишка» <b>м/п/игра:</b> «Найди флажок»</p>	<p><b>Труд:</b> развитие физических качеств Ребёнка. <b>Здоровье:</b> формирование Ценностных представлений о здоровье</p>
8.09		4.Контрольно- диагностическое	<p>Выявить силу качества детей -умение метать мешочки на дальность левой и правой Рукой Определить скоростно-силовые качества , ловкость в прыжках в длину с места развивать глазомер, координацию движений.</p>	<p>Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение шеренгу</p>	<p>Бег по кругу Бег на носках Построение круг</p>	№	<p>Метание мешочка С песком в длину -прыжок в длину с места</p>	<p>п/ игры по желанию детей</p>	<p><b>Безопасность:</b> формирование осознания Безопасности собственной жизни <b>труд:</b> накопление двигательного опыта</p>

11.09	5. Учебно-тренировочное	Закреплять умение бегать легко, ритмично, отталкивая носки ног. Развивать силу броска, Глазомер, внимание, ориентировку в пространстве	«Я – вперед»	Бег в прямом направлении	№	-бег в прямом направлении - метание в цель	<b>Игры:</b> «Найди своего партнера», «Урожай-собирай» <b>М/п/игра:</b> «Найди и промолчи»	<b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья
-------	-------------------------	--	--------------	--------------------------	---	--	---	---

13.09	6***. Контрольно-диагностическое	Определить скоростные качества детей бега на скорость. Развивать глазомер, ловкость, координацию Движений. Воспитывать желание быть Сильным	Ходьба по кругу с выполнением заданий построения в шеренгу	Бег по кругу Бег на носках	№1	-бег на 10м -бег на 30 м	<b>Игры:</b> «Меткий стрелок» <b>М/п/игра:</b> «Запрещённое движение»	<b>Труд:</b> Формирование основ безопасности собственной жизни <b>Познание:</b> Формирование ориентировки в пространстве
15.09	7. Эстафетного характера	Продолжать учить детей играм с элементами соревнования. Упражнять в ходьбе, беге с преодолением препятствий развивать физические качества: быстроту, ловкость воспитывать честность, дружелюбие	Ходьба в колонне по одному с преодолением препятствия	Бег в колонне по одному преодоление препятствия	№2 с малым мячом	-метание в цель -бег змейкой -прыжки из обруча в обруч -бег с преодолением препятствий	<b>Игры:</b> «Дорожка Препятствия» «Пингвины» «Эстафета мячом» <b>М/п/ игра:</b> «Пройди на уроне»	<b>Познание:</b> Формирование ориентировки в пространстве <b>коммуникация:</b> развитие свободного общения детей и взрослых

18.09	8. Учебно-тренировочное	Упражнять в умении быть Осторожным на улице. Закрепить знания о ПДД. Развивать глазомер, умение Сохранять равновесие	«Поверни»	Бег обычной Змейкой, с заданным темпом	№2 (без предметов)	- катание на самокате	<b>П/игры:</b> «Достань Предмет», «Правила Дорожного движения» «Ловкий водитель»	<b>Безопасности</b> Формирование основ безопасности здоровья <b>Познание:</b> Формирование ориентировки в пространстве
20.09	9.***Учебно-тренировочное	Продолжать знакомить Детей с правилами Спортивной игры «Городки» Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей. Развивать, глазомер, ловкость, Быстроту.	Ходьба обычная, на носках. Построение шеренгу	Бег в колоде по одному медленным	№2 с малым мячом	<b>Организационные Игры «Городки»</b> Построение фигур: Забор, колодезья, бочка, ворота Бросание биты сбоку,	<b>П/игра:</b> «Гуси-лебеди» <b>М/п/игры:</b> «Найди Флажок»	<b>Коммуникация</b> Развитие свободного общения детей с взрослыми <b>Безопасности</b> Формирование основ безопасности здоровья

22.09	10. Учебно-тренировочное	Закреплять умение сохранять заданный темп ходьбе и беге упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе на повышенной опоре развивать точность движений при переброске мяча друг другу  Совершенствовать прыжки на одной ноге, через линию вправо, влево. Воспитывать уверенность	Ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колена, с заданным темпом. Построение шеренгу	Бег обычный, Змейкой, заданным темпом	№2 с малым мячом	-ходьба по г/ скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. -прыжки на одной ноге через линию вправо, влево. - перебрасывание Мяча друг другу (3-4 м)	<b>П/ игра:</b> «Ловишки с лентой»	<b>Коммуникация</b> : Развитие свободного Общения детей и взрослых <b>Познание:</b> Формирование количественных представлений физических упражнениях
-------	--------------------------	--	---	---------------------------------------	------------------	---	------------------------------------	--

25.09	11. Учебно-тренировочное	Развивать быстроту реакции, умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд. Развивать силу броска, глазомер, меткость при забрасывании мяча в баскетбольное кольцо.	Ходьба, Имитационные упражнения	Бег в медленном темпе	№2 (без предметов)	- бег с увертыванием - прыжки из обруча -забрасывание мяча в обруч Баскетбольное кольцо	<b>Игры:</b> «Мышеловка», «Лягушки и цапля», «Школа мяча» <b>М/п/игра:</b> «Найди и Промолчи»	
27.09	12.***Занятие по интересам детей	Продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Формировать умение выполнять движение осознанно, ловко, красиво. Воспитывать, самостоятельно, активность.	Ходьба обычная С мячом, с выполнением Заданий Построение шеренгу	Бег в колонне по одному, змейкой, выполнением заданий	№2 с малым мячом	- бросание мяча вверх ловля его двумя руками -перебрасывание мяча друг другу рук в руки -отбивание мяча с места, с продвижением вперёд		<b>Здоровье:</b> Формирование ценностных представлений о здоровье <b>Труд:</b> овладение навыками ухода за спортивным инвентарём

29.09	13. Учебно-тренировочное	Учить детей бросать мяч вверх ловить его не менее 20 раз подряд. Закреплять умение согласовывать движение рук с отталкиванием в прыжках из обруча. Упражнять в сохранении равновесия в ползании на четвереньках по скамейке. Развивать внимание, ориентировку в пространстве	Построение колонны. Ходьба на носках, пятках Перестроение по три. повороты	Бег на носках с высоким подниманием колена. Бег в медленном темпе 1 мин	№2	-ползание на четвереньках гимнастической скамейке. -прыжки из обруча в обруч -бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 20 раз)	<b>Игра:</b> «Ловишка»	<b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизни <b>Коммуникация:</b> Развитие свободного общения детей и взрослых
-------	--------------------------	--	---	--	----	--	---------------------------	---

2.10	14. Учебно-тренировочное	<p>Развивать ловкость при передаче мяча друг другу</p> <p>Развивать силу броска, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве</p> <p>Воспитывать самостоятельность</p>	<p>Ходьба, имитационные упражнения</p>	<p>Бег обычной змейкой, в заданном темпе</p>	<p>№</p> <p>-бег врассыпну</p> <p>-передача, ловля мяча</p>	<p><b>Игры:</b></p> <p>«Совушка»</p> <p>«Ловля бабочек»</p> <p>«передай мяч»</p> <p><b>м/п/игра:</b></p> <p>«Цапля»</p>	<p><b>Коммуникация:</b></p> <p>Развитие свободного общения детей и взрослых</p>
4.10	15.*** Учебно-тренировочное	<p>Закреплять умения соблюдать заданный темп в ходьбе и беге</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе на повышенной опоре</p> <p>Развивать точность движений</p> <p>При переброске мяча друг другу</p> <p>Совершенствовать прыжки на одной ноге через линию вправо, влево</p> <p>Воспитывать уверенность</p>	<p>Ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колена, с заданным темпом.</p> <p>Построение шеренгу.</p>	<p>бег обычной змейкой, с заданным темпом.</p>	<p>№</p> <p>-ходьба по г/скамейке боком пристанным шагом с мешочком на голове.</p> <p>-спрыгивание с заданного места</p> <p>-прыжки на одной ноге через линию вправо, влево.</p> <p>-перебрасывание мяча друг другу снизу (3-4 м).</p>	<p>п/игра:</p> <p>«Ловля бабочек»</p>	<p><b>Безопасность:</b></p> <p>Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности</p> <p><b>Музыка:</b></p> <p>Развитие выразительности движений.</p>

Октябрь

6.10	16. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей занимать правильное и.п. метании на дальность(6-12м) правой и левой рукой.</p> <p>Развивать равновесие в ходьбе по ограниченной площади с разным положением рук</p> <p>Закреплять навыки энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжке в длину с места.</p> <p>Развивать ловкость, глазомер.</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием колена.</p> <p>Построение шеренгу.</p>	<p>Бег в колонне по одному, носках.</p>	<p>№</p> <p>-метание на дальность (12м) левой и правой рукой</p> <p>-ходьба по г/бревну с разным положением рук.</p> <p>-прыжки в длину с места (100см)</p>	<p><b>Игры:</b> «Ловля бабочек» «Стоп»</p>	<p><b>Познание:</b> Закрепление ориентировки в пространстве.</p> <p><b>Коммуникация:</b> Развитие свободного общения со сверстниками.</p>
9.10	17. Игрового характера	<p>Развивать быстроту бега в прямом направлении.</p> <p>Закреплять умение ползать г/ стенке, приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.</p> <p>Развивать выдержку, умение двигаться по сигналу, ориентировку в пространстве.</p>	<p>«Я-вперед»</p>	<p>Бег на носках змейкой, в разном направлении</p>	<p>№</p> <p>-бег в прямом направлении</p> <p>-лазание по г/стенке.</p> <p>-метание, ловля мяча.</p>	<p><b>Игры:</b> «Гуси-лебеди», «Пожар на ученье», «Мяч в воздухе».</p>	<p><b>Познание:</b> Закрепление ориентировки в пространстве.</p>



11.10	18. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей попадать в цель с 4 м. Закреплять умение ползать животе и спине подтягиваясь руками. Продолжать учить прыгать через короткую скакалку. Развивать силу, выносливость, глазомер. Воспитывать честность, справедливость</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по кругу, с выполнением заданий. Перестроение в 2 круга.</p>	<p>Бег змейкой высоким подниманием колена.</p>	№	<p>-метание в цель левой и правой рукой (4-5м) -ползание на животе, спиной по г/ скамейке подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. -прыжки через короткую скакалку.</p>	<p><b>Труд:</b> развитие физических качеств ребёнка <b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества</p>
-------	--------------------------	---	---	--	---	---	--

13.10	19. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей лазать по г/стенке с изменением темпа. Развивать ловкость глазомер при метании в цель левой и правой рукой. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места. Развивать координацию движений. Воспитывать уверенность, самостоятельность</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колена, перекатом. Перестроение в три колонны</p>	<p>Бег на носках змейкой, в разных направлениях</p>	№4 (с кубиком)	<p>-лазание по г/стенке с изменением темпа -прыжки в длину с места (100см)</p>	<p><b>Труд:</b> овладение навыками ухода за физкультурным инвентарём <b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности</p>
-------	--------------------------	---	--	---	----------------	--	---

16.10	20. Учебно-тренировочное	<p>Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание умение ползать на четвереньках под дугами. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Развивать силу броска, ловкость координацию движений.</p>	«Поверни» Ходьба змейкой.	Бег обычной змейкой, мелким широким шагом.	№4 (без предметов)	<p>-ползание на четвереньках под дугами -ходьба на повышенной опоре. -метание в цель.</p>	<p><b>Игры:</b> «Третий лишний» «Кроты» «Городки» «Разойдись не упади»</p>	<p><b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества.</p>
18.10	21.*** Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в медленном непрерывном беге следя за дыханием. Учить детей правильному хвату руками за рейки г/стенки при лазанье одноимённым способом. Развивать ловкость и точность движений при отбивании мяча в месте. Воспитывать умение заниматься самостоятельно.</p>	Ходьба мелким, широким шагом, змейкой. Перестроение в 3 колонны. Повороты.	Бег обычной змейкой, мелким широким шагом.	№4 (с кубиком)	<p>-лазанье по г/стенке одноимённым способом. -отбивание левой и правой рукой поочередно в месте. -прыжки и обруча в обруч.</p>	<p><b>Игра:</b> «Ловишь мячом» <b>М/п/игра:</b> «Гномы-великаны»</p>	<p><b>Социализация:</b> Развитие игровой деятельности <b>Музыка:</b> Развитие физических качеств <b>Познание:</b> Формирование количественных представлений в игре.</p>

20.10	22. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному.</p> <p>Разучить прыжки по г/скамейке с продвижением вперед, сохраняя устойчивой равновесие и правильную осанку.</p> <p>Совершенствовать прыжки на одной ноге между предметами.</p> <p>Развивать внимание, координацию движений.</p>	<p>Ходьба полуприсядом змейкой, через предметы.</p> <p>Перестроение в три колонны.</p> <p>Повороты.</p>	Бег через предметы	№4 (с кубиком)	<p>-подпрыгивание на двух ногах стоя на г/скамейке с продвижением вперед.</p> <p>-прыжки на правой и левой ноге между кубиками.</p>	п/ игра: «Совушка»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.</p> <p><b>Коммуникация:</b> Развитие игрового общения.</p>
23.10	23. Учебно-тренировочное	<p>Закреплять умение согласовывать движение рук с отталкиванием в прыжках из обруча.</p> <p>Развивать точность движений при метании на дальность.</p> <p>Воспитывать умение справедливо оценивать свои результаты.</p>	«Ниточка с иголкой» Ходьба на носках, приставным шагом.	Бег по кругу Бег приставным шагом.	№4 (без предметов)	<p>-прыжки из обруча в обруч</p> <p>-метание на дальность</p>	<p><b>Игры:</b> «Горелки», «Прыжки кочкам», «Школа мяча»</p> <p><b>М/п/игра:</b> «Кто летит»</p>	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.</p>

25.10	24***. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в ходьбе беге с фиксированием поворотов.</p> <p>Упражнять в прыжках через скакалку.</p> <p>Продолжать учить детей подбрасывать мяч, легко ловить его двумя руками.</p> <p>Совершенствовать прыжки на двух ногах через набивные мячи</p> <p>Развивать ловкость способность проявлению выносливости и силы во время выполнения упражнений.</p>	<p>Ходьба мелким, широким шагом, змейкой.</p> <p>Перестроение в 3 колонны</p> <p>Повороты.</p>	<p>Бег в колонне по одному, змейкой, в рассыпную</p>	№4 (с кубиком)	<p>-прыжки через короткую скакалку</p> <p>-бросание мяча вверх с хлопком (не менее 10 раз)</p> <p>-прыжки через набивные мячи</p>	<p><b>п/игра:</b> «Хитрая лиса»</p> <p><b>м/п/игры:</b> «Гномы – великаны»</p>	<p><b>Коммуникация:</b> Развитие двигательной активности и свободного общения со взрослыми и детьми.</p> <p><b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества</p> <p><b>Социализация:</b> Развитие игровой деятельности в п/игре с правилами</p>
-------	-----------------------------	---	--	--	----------------	---	--	---

27.10	25. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре, приседая на середине и пронося махом другую ногу</p> <p>Продолжать учить детей прыжкам в длину с места с мешочком зажатом между ступнями; сохранять координацию движений при спрыгивании со скамейки.</p> <p>Развивать силу.</p>	<p>Ходьба на носках, приставным шагом, перекатом.</p> <p>Перестроение</p>	<p>Бег по кругу.</p> <p>Бег широким шагом.</p>	№5	<p>-ходьба по скамейке, приседая на одной ноге и пронося другую махом вперёд</p> <p>-спрыгивание с разведением прямых ног в стороны в полёте</p> <p>-прыжки вперёд с зажатым между ног мешочком с песком</p>	<p>Эстафета «Меткий стрелок»</p>	<p><b>Познание:</b> Формирование и закрепление ориентировки в пространстве.</p> <p><b>Здоровье:</b> Укрепление физического здоровья</p> <p><b>Безопасность:</b> Формирование осознания безопасности жизнедеятельности</p>
-------	--------------------------	--	---	--	----	--	----------------------------------	---

30.10		26. Учебно-тренировочное	Развивать умение перемещаться по различным устройствам для лазанья. Упражнять в разных видах прыжков. Развивать выдержку, внимание.	Ходьба, имитационные упражнения	Бег мелким, широким шагом.	№5	-лазание по г/стенке, вышке. -прыжки с выполнением заданий.	<b>Игры:</b> «Перелёт птиц», «Ловля обезьян», «Не попадись» <b>м/п/игра:</b> «Берегите руки»	<b>Коммуникация:</b> Развитие игрового общения
1.10		27.*** Учебно-тренировочное	Развивать устойчивое равновесие на г/бревне при выполнении упражнения «Ласточка на одной ноге» Продолжать учить приседать на одной ноге на г/скамейке, проносить другую ногу махом вперёд, сохраняя равновесие при спрыгивании. Способствовать проявлению выносливости и силы во время выполнения упражнений.	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу. Построение круг. Повороты.	Бег мелким, широким шагом.	№5	-ходьба по г/скамейке, приседая на одной ноге. -ходьба по г/бревну -г/упражнение «Ласточка на одной ноге»		<b>Безопасность:</b> Формирование осознания опасности жизнедеятельности <b>Музыка:</b> Развитие выразительности движений <b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта

Ноябрь

3.11	28. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей вести мяч в разных направлениях. Закреплять умения детей перебрасывать мяч друг другу из разных и.п., мягко ловить его двумя руками. Развивать устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в беге с преодолением препятствий.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена, с остановкой по сигналу.</p>	<p>Бег в колонне по одному, широким шагом, змейкой. Перестроение в колонну по 3.</p>	<p>№5 -бег с преодолением препятствий. -ходьба по шнуру прямо и боком -ведение мяча в разных направлениях -перебрасывание мяча друг другу в разных исходных положениях.</p>	<p>м/п/игра: «Жарко-холодно»</p>	<p><b>Коммуникация:</b> Развитие двигательной активности и свободного общения со взрослыми и детьми <b>Познание:</b> Расширение кругозора детей</p>
6.11	29. Игрового характера	<p>Развивать бег с преодолением препятствий. Развивать точность броска. Упражнять прыжкам вверх из глубокого приседа Способствовать проявлению выносливости в выполнении упражнений.</p>	<p>«Круговорот»</p>	<p>Бег в среднем темпе с соблюдением дистанции</p>	<p>№5 -бег с преодолением препятствий -метание в горизонтальную цель  - прыжки вверх из глубокого приседа</p>	<p>п/игры: «Два мороза» «Охотники и волк»</p>	<p><b>Безопасность:</b> Формирование безопасности собственной жизни <b>Коммуникация:</b> Развитие двигательной активности и свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
8.11	30.*** Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в ходьбе с изменением направления движения по сигналу педагога Учить детей занимать правильные и.п. при метании горизонтальную цель (4-5м) Развивать равновесие при ходьбе на повышенной опоре С перешагиванием через верёвки. Упражнять в прыжках через скакалку. Воспитывать внимание, организованность</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена. Перестроение в колонну по два.</p>	<p>Бег в колонне по одному, высоким подниманием колена</p>	<p>№5 -метание в горизонтальную цель левой и правой рукой (5м) -ходьба по скамейке с перешагиванием через верёвки. -прыжки через короткую скакалку на двух ногах.</p>	<p>п/игра: «Мяч в воздухе» м/п/игра: «Жарко-холодно»</p>	<p><b>Социализация:</b> Приобщение к ценностям физической культуры <b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества</p>

10.11	31. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции. Продолжать учить лазанью по г/стенке одноименным способом. Развивать точность броска.</p> <p>Совершенствовать прыжки на одной ноге через верёвку. Развивать физические качества: ловкость, силу.</p>	<p>Ходьба обычная и высокая с поднятием колена. Перестроение в колонну три. Повороты.</p>	Бег в среднем темпе с соблюдением дистанции	№6 (с гимнастической палкой)	<p>-лазанье по г/стенке одноименным способом. -забрасывание мяча в корзину. -прыжки на одной ноге через верёвку влево-вправо, вверх-вниз</p>	п/игра «Мяч в воздухе»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.</p> <p><b>Труд:</b> Овладение навыками ухода за спортивным инвентарём</p>
13.11	32 Игрового характера	<p>Развивать умение перемещаться по различным устройствам для лазанья. Упражнять в разных видах прыжков, развивать внимание, быстроту реакции.</p>	«Поверни» Ходьба с выполнением заданий, с остановкой по сигналу	Бег в чередовании с ходьбой	№6 (без предметов)	<p>-прыжки с выполнением заданий. -лазанье по г/стенке.</p>	п/игры: «Перелёт птицы», «Ворона и синички», Самостоятельные игры детей с мячом	<p><b>Коммуникация:</b> Развитие двигательной активности и свободного общения со взрослыми и детьми.</p>

15.11	33.*** Учебно-тренировочное	<p>Закреплять навыки ходьбы, бега змейкой. Разучить упражнение – переход по диагонали на другой пролёт п лазанье по г/стенке. Продолжать уч отбивать мяч правой, левой рукой на месте. Упражнять в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые н в прыжках. Развивать координацию движений.</p>	<p>ходьба в чередован с прыжкам змейкой. Расчёт на Перестрое в 2 шеренг Повороты.</p>	<p>Бег с высоким подниман колена</p>	№6 (с г/палкой)	<p>-лазанье по стенке с пролёта на пролёт по диагонали. -отбивание мяча право левой руко на месте. -прыжки вверх из глубокого приседа</p>	<p>п/ига: «Паук и мухи»</p>	<p><b>Коммуникация</b> Освоение спосо безопасного поведения <b>Художественно творчество:</b> Использование художественны произведений с целью развития воображения</p>
-------	-----------------------------	---	---	--------------------------------------	-----------------	---	---------------------------------	--

17.11	34. Учебно-тренировочное	<p>Закреплять навыки ходьбы, бега с выполнением заданий Продолжать уч правильному хват руками за рейки г/стенки при лазе с пролёта на прол Закреплять умение отбивать мяч пра и левой рукой на месте Упражнять в прыжках через скакалку . Развивать ориентировку в пространстве, выносливость .</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий . с остановкой сигнал. Расчёт на 1 Перестроен в 2 шеренг Повороты.</p>	<p>Бег с выполнением заданий , в чередовани ходьбой.</p>	№6 (с г/палкой)	<p>-прыжки чере короткую скакалку -лазанье по г/стенке с пролёта на пролет по диагонали -отбивание м правой и левс рукой на мес</p>	<p><b>П/игра:</b> «Ловишка лентой2 <b>м/п/игра:</b> «Аист»</p>	<p><b>Познание:</b> Расширение кругозора дете <b>Здоровье:</b> Формирование ценностных представлений здоровье <b>Музыка:</b> Развитие выразительнос движений</p>
-------	--------------------------	---	--	--	-----------------	---	--	--



20.11	35. Учебно-тренировочное	Развивать бег с увёртыванием, быстроту реакции, умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд. Развивать силу броска, глазомер, ловкость, координацию движений. Формировать правильную осанку.	Ходьба, имитационные упражнения	Бег в разных направлениях с изменением темпа.	№6 (без предметов)	-бег с увёртыванием - прыжки из обруча в обруч -метание в цель	<b>Игры:</b> «Невод», «Прыжки через болото» Игра-упражнение «Не урони мешочек»	<b>Коммуникация:</b> Развитие игрового общения
22.11	36***. Эстафетного характера	Продолжать учить играм с элементами соревнования В игровой форме развивать игровые качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость. Формировать правильную осанку Воспитывать организованность, самостоятельность	Ходьба обычная с высоким подниманием колена. Перестроение в 2 шеренги	Бег в разных направлениях с изменением темпа.	№6 (с г/палкой)	-бег с ускорением -прыжки на двух ногах - перебрасывание мячей друг другу.	«передай флажок», «Пингвинь» «Полоса препятствия» «Гонка мячей»	<b>Коммуникация:</b> Развитие свободного общения со взрослыми и детьми

24.11	37. Полоса препятствий	Упражнять в скольжении по г/скамейке, на животе подтягивая руками. Развивать равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать координацию движений в пролезании в обруч разными способами Совершенствовать прыжки из обруча Развивать силу, выносливость.	Ходьба в колонне по одному перекатом	Бег враспынку препятствия	№6	- ползание по г/скамейке на животе и спиной подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. -пролезание в обруч разными способами -ходьба по г/скамейке с перешагиванием через кубики -прыжки из обруча в обруч	<b>Игры:</b> «Совушка»	<b>Познание:</b> Формирование двигательной активности ориентировки в пространстве. <b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества.
-------	------------------------	--	--------------------------------------	------------------------------	----	---	---------------------------	---

27.11	38.*** Спортивного характера	Учить детей скользить с разбега по ледяным дорожкам Закреплять умение сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе на повышенной опоре умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.	«Я-впереди»	Бег в умеренном темпе	№ -скольжение по ледяным дорожкам -прыжки на двух ногах с продвижением вперёд -ходьба по ограниченной опоре	<b>Игры:</b> «Скользи упади», «Зайцы и волк», «Разойди не упади!»	<b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизни
29.11	39. Учебно-тренировочное	Упражнять в беге умеренном темпе -учить детей сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе на повышенной опоре поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок. Упражнять в мягком спрыгивании на полусогнутые ноги: в подлезании под дугу Воспитывать самостоятельность	Ходьба в колонне по одному, змейкой, перекатом. Расчёт на 1, 2 шеренги Повороты.	Бег в умеренном темпе	№ -ходьба по скамейке, поднимая ногу делая под ней хлопок -спрыгивание «Кенгуру» Подлезание под дугу	<b>Игры:</b> «Волк во рву»	<b>Социализация:</b> Освоение правил взаимоотношений со взрослыми и сверстниками <b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта. <b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности

## Декабрь

1.12		40. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей метать в движущуюся цель. Развивать точность движений и ловкость в игровых упражнениях с мячом. Продолжать учить согласовывать движение рук и при прыжках в длину с места. Развивать глазомер, ловкость, силу.</p>	<p>Ходьба приставным шагом, с высоким подниманием колена. Ходьба полуприсядками. Расчёт на 1 шаг.</p>	Бег враспынку с препятствиями	№7	<p>-метание в движущуюся цель -бросание мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками с хлопком -прыжки в длину с места (100см)</p>	<p><b>п/игры:</b> «Два Мороза»</p>	<p><b>Музыка:</b> Развитие детского творчества <b>Здоровье:</b> Формирование ценностных представлений о здоровье</p>
4.12		41. **спортивного характера	<p>Учить выполнять разнообразные игровые задания в санках. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям, участвовать в играх. Воспитывать внимание.</p>	Ходьба имитационные упражнения	Бег из разных направлений	№7	<p><u>Игровые упражнения в санках:</u> «Катание тройки» «Прокати»</p>	<p><u>Игры на санках:</u> -«катание тройки» -«Черепашка» -«Кто быстрее»</p>	<p><b>Социализация:</b> Освоение правил взаимоотношений со взрослыми и сверстниками <b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта</p>
6.12		42.Круговая тренировка	<p>Упражнять в беге враспынку с препятствиями. Продолжать учить отбивать мяч правой и левой рукой при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с мячом, ориентировку в пространстве. Воспитывать стремление добиваться поставленной цели.</p>	Ходьба в колонне по одному	Бег враспынку с препятствиями	№7	<p>-ходьба по г/бревну с мячом в руках (на середине присесть, руки вперёд). -ведение мяча при ходьбе змейкой -забрасывание мяча в корзину -лазанье по г/стенке одноимённым способом</p>		<p><b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества <b>Познание:</b> Формирование и расширение кругозора о способах сохранения здоровья и жизни</p>

8.12	43. Учебно-тренировочное	<p>Закреплять умение сохранять заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p>Продолжать учиться переходить по диагонали на другом направлении.</p> <p>Пролёт при лазании по г/стенке.</p> <p>Отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках в высоту.</p> <p>Формировать умение выполнять движения осознанно, ловко, красиво.</p> <p>Воспитывать самостоятельность и активность.</p>	<p>Ходьба в разных направлениях выпадами, гимнастическим шагом.</p> <p>-перестроен по три.</p> <p>Повороты.</p>	Бег из разных направлений на носках	№8	<p>-лазание по г/стенке с пролёта на пролёт по диагонали -прыжки в высоту (50см) места на мягком покрытии</p>	п/игра: «Медвед и пчёлки»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности</p> <p><b>Коммуникация:</b> Развитие правил поведения в стандартных и опасных ситуациях</p> <p><b>Музыка:</b> Развитие основных движений</p>
11.12	44. **Спортивного характера	<p>Продолжать учиться выполнять разнообразные игровые задания на санках.</p> <p>Повышать интерес к спортивным играм и упражнениям, участвовать в играх.</p> <p>Воспитывать выдержку, находчивость.</p>	Игра – упражнение «Ворота»	Бег с остановкой на сигнал	№8	<p><u>Игровые задания на санках:</u></p> <p>-проехать в воротца</p> <p>-сделать поворот</p> <p>-собрать флажки</p>	<p><u>Игры на санках:</u></p> <p>«Кто кого перетянет»</p> <p>«Саночный поезд»</p> <p>«Чьи санки быстрее»</p>	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья</p> <p><b>Коммуникация:</b> Развитие правил поведения в опасных и стандартных ситуациях</p>
13.12	45. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей вести мяч в ходьбе в разных направлениях.</p> <p>Развивать точность движений, ловкость в упражнениях с мячом</p> <p>Закреплять умение мягко ловить мяч двумя руками.</p> <p>Развивать ориентировку в пространстве, глазомер, внимание</p> <p>Создать у детей положительные эмоции от занятия</p>	<p>Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий, с остановкой на сигнал.</p> <p>Перестроенная колонна по трое</p> <p>Повороты.</p>	Бег с выполнением заданий с остановкой на сигнал	№8 (с обручем)	<p>-ведение мяча в ходьбе в разных направлениях</p> <p>-перебрасывание мяча друг другу снизу от плеч</p> <p>-перебрасывание мяча через себя двумя руками</p>	м/п/игра «Найди флажок»	<p><b>Музыка:</b> Использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения двигательной активности.</p>

15.12	46. Сюжетного характера	<p>Закреплять навыки ходьбы со сменой темпа движения. Продолжать учить детей ходить по г/скамейке, с предметом на голове, сохраняя правильную осанку. Совершенствовать прыжки на двух ногах через набивные мячи. Закреплять умение бросать набивной мяч двумя руками снизу, развивать ловкость, глазомер. Упражнять в прокатывании набивного мяча головой. Вызывать положительное отношение к занятию.</p>	<p>Ходьба со сменой темпа движения. Ходьба перекатом. Перемена шага. Размыкание шага в шеренге.</p>	<p>Бег змейкой, бег в рассыпную, остановкой по сигналу.</p>	№8 (с обручем)	<p>«В лес на новогоднюю ёлку» -прокатывание набивного мяча головой -бросание набивного мяча двумя руками снизу. -прыжки через 6-8 набивных мячей -ходьба по г/скамейке с мешочком на голове</p>		<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья <b>Познание:</b> Формирование закрепление количественных представлений в физических упражнениях</p>
18.12	47. Игрового характера	<p>Продолжать учить детей бегать наперегонки с преодолением препятствий. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать выдержку, настойчивость.</p>	<p>Ходьба со сменой темпа движения, остановкой по сигналу.</p>	<p>Бег змейкой, бег в разных направлениях по сигналу, преодоление препятствия.</p>	№8 (с обручем)	<p>-бег с увёртыванием -прыжки через препятствие. -метание в движущуюся цель.</p>	<p><b>Игры:</b> «Два Мороза», «Охотники и куропатки», «Волк в роще»</p>	<p><b>Художественное творчество:</b> Развитие детского творчества. <b>Познание:</b> Формирование ориентировки в пространстве</p>
20.12	48. *** Спортивного характера	<p>Учить скользить с невысокой горки, стоя и присев. Закреплять умение поднимать предмет во время спуска на санках. Развивать ловкость, силу, координацию движений.</p>	«Поверни»	<p>Бег змейкой, бег в разных направлениях по сигналу.</p>	№8	<p>-скольжение с невысокой горки, стоя и присев -катание на санках: поднимание кегли во время спуска</p>	<p><b>Игры:</b> «Ловкий саночник!», «Прокатись, не упади», «Передай флажок»</p>	<p><b>Познание:</b> Формирование ориентировки в пространстве <b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья</p>

22.12	49. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в скольжении по г/скамейке на животе, подтягиваясь руками. Развивать равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать координацию движений в пролезании в обруч разными способами.</p> <p>Совершенствовать прыжки из обруча и обруч. Развивать силу, выносливость.</p>	Ходьба со сменной темпом движения, с остановкой по сигналу.	Непрерывный бег 2-2,5 м. В чередовании с ходьбой.	<p>-ползание по г/скамейке, на животе И спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. -пролезание в обруч разными способами. -ходьба по г/скамейке с перешагиванием через кубики-прыжки из обручав обруч</p>	м/п/игра «Найди флажок»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья <b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта <b>Музыка:</b> Использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения двигательной активности</p>
25.12	50. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции Продолжать учить лазанье по г/стенке одноимённым способом. Развивать точность броска</p> <p>Совершенствовать прыжки на одной ноге через верёвку Развивать физические качества: ловкость, быстроту.</p>	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу, полуприседания. Построение шеренгу	Бег в колонне по одному с остановкой по сигналу. Без изменения темпа.	<p>-лазанье по г/стенке одноимённым способом. -забрасывание мяча в корзину (баскетбольным способом) -прыжки на одной ноге через верёвку вперёд-назад, вправо-влево.</p>	п/игра: «Паук и мухи»	<p><b>Здоровье:</b> Охрана жизни и укрепление физического здоровья. <b>Коммуникация:</b> Развитие физического совершенствование</p>

27.12	51***. Спортивного характера	<p>Продолжать учиться скользить с невысокой горки стоя и присев.</p> <p>Упражнять в умении поднимать и ставить предметы во время спуска санках.</p> <p>Развивать гибкость, быстроту координации движений.</p>	Игра-упражнения «Я – ведущий»		<p>№</p> <p>-скольжение с невысокой горки, стоя и присев.</p> <p>-катание на санках</p> <p>поднимание кегли во время спуска.</p>	<p>п/игры «Ловкий саночник»</p> <p>«Догони свою папу»</p> <p>«Подними не урони»</p>	<p><b>Здоровье:</b></p> <p>Охрана жизни и укрепление здоровья</p>
-------	------------------------------	---	-------------------------------	--	--	---	---

29.12	52. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в беге разных и.п.</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>Продолжать учиться занимать правильное и.п. при метании на дальность.</p> <p>Совершенствовать бег на двух ногах.</p> <p>Развивать умение быть организованным.</p>	<p>Ходьба с перекатом на высоком поднимании колена.</p> <p>Перестроение в колонны по три.</p> <p>Повороты</p>	Бег на носках из разных и.п.	<p>№</p> <p>-ходьба по г/скамейке, с перепрыгиванием через ленточку</p> <p>-прыжки через мячей.</p> <p>-метание на дальность правой и левой рукой (12м)</p>	п/игра: «Карго и щука»	<p><b>Коммуникация:</b></p> <p>Развитие физического совершенствования</p> <p><b>Социализация:</b></p> <p>Формирование правил взаимоотношений взрослыми и сверстниками.</p> <p><b>Музыка:</b></p> <p>Развитие детского творчества.</p>
-------	--------------------------	---	---	------------------------------	---	------------------------	---

	53. Занятие по карточкам	<p>Учить детей работать самостоятельно по карточкам</p> <p>Закреплять навы лазанья по г/стенки разноимённым способом.</p> <p>Развивать глазомер, точность движений в упражнении с мячом.</p> <p>Формировать умение выполнять движения осознанно, ловко красиво.</p> <p>Воспитывать самостоятельность</p>	<p>Ходьба с ускорением и замедлением темпа, мелким широким шагом.</p> <p>Перестроение в колонны три.</p> <p>Повороты.</p>	Бег с ускорением и замедлением темпа.	№	<p>-лазание по г/стенке разноимённым способом.</p> <p>-забрасывание мяча в корзину</p>	п/игра: «Хит лиса»	<p><b>Познание:</b> Закрепление ориентировки в пространстве</p> <p><b>Здоровье:</b> Охрана жизни и укрепление физического здоровья.</p>
.	54. **Спортивного характера	<p>Учить скользить на одной ноге с поворотом.</p> <p>Развивать точность броска при метании в цель.</p> <p>Развивать силу, быстроту, координацию движений</p>	<p>Ходьба с ускорением и замедлением темпа, мелким широким шагом</p>	Бег с ускорением и замедлением темпа		<p>-скольжение по ледяным дорожкам на одной ноге, с поворотом.</p> <p>-метание в горизонтальную цель</p>	п/игры: «Не задень» «Снайперы» «Ворота»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности</p>

**Январь**



8.01	55. Учебно-тренировочное	<p>Закреплять навыки перестроения из одной колонны в две шеренги.</p> <p>Отрабатывать умение отбивать мяч на месте.</p> <p>Упражнять в перебрасывании мяча через сетку разными способами.</p> <p>Воспитывать выдержку, внимание.</p> <p>Совершенствовать прыжки в длину места.</p>	<p>Ходьба перекатом полуприсядкой боковой галоп.</p> <p>Размыкание</p>	<p>Бег в колонне по одному с препятствиями</p> <p>Бег с захлестом голени назад</p>	№10 (с флажками)	<p>-перебрасывание мяча друг друга через сетку разными способами</p> <p>-отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте</p> <p>-прыжки в длину с места (100см)</p>	п/игра: «Кто называли то ловит»	<p><b>Музыка:</b> Использование музыкальных произведений как средство обогащения образовательного процесса.</p> <p><b>Познание:</b> Расширение кругозора детей</p>
10.01	56. Сюжетного характера	<p>Упражнять в ходьбе, беге с выполнением заданий.</p> <p>Продолжать учить детей лазать по г/стенке разноимённым способом.</p> <p>Закреплять умение метать в вертикальную цель с далёкого расстояния.</p> <p>Упражнять в запрыгивании на предметы и в мягком спрыгивании в обозначенное место.</p> <p>Упражнять в прокатывании мяча по г/скамейке.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий.</p> <p>Перестроение по три.</p> <p>Повороты.</p>	Бег враспышную с препятствиями	№10 (с флажками)	<p><b>В зимнем ледяном лабиринте:</b></p> <p>-прокатывание мяча по г/скамейке</p> <p>-метание в вертикальную цель</p> <p>-лазанье по г/стенке.</p> <p>-запрыгивание на предмет (40см), спрыгивание в обозначенное место.</p>	п/игра: «Два Мороза»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности</p> <p><b>Познание:</b> Формирование количественных представлений в физических упражнениях</p>
12.01	57.*** Спортивного характера	<p>Учить скользить ледяным дорожкой на одной ноге, с поворотом.</p> <p>Закреплять умение при движении на санках попадать в цель.</p> <p>Воспитывать умение действовать по сигналу.</p>	Игра упражнения «Не заден верёвку»	Бег враспышную		<p>-скольжение ледяным дорожкам на одной ноге, с поворотом.</p> <p>-катание на санках, попадание в цель.</p>	п/игры: «Ласточка», «Ловкий поворот», «Найди льдинку»	<p><b>Здоровье:</b> Охрана жизни и физического здоровья</p>

15.01	58. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в бе поворотах Закреплять навыки лазанья. Продолжать учить прыгать через короткую скакалку. Развивать силу выносливость. Воспитывать внимание, организованность</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием колена. Перестроение две шеренги</p>	<p>Бег в рассыпную широким мелким шагом.</p>	№10 (с флажками)	<p>-лазание по стенке одноимённым способом -прыжки через скакалку</p>	<p>п/игра:»Лови с мячом»</p>	<p><b>Коммуникация</b> Развитие физического совершенства <b>Худ. литератур</b> Усиление эмоционального восприятия</p>
17.01	59. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей прыгать через большой обруч. Продолжать учить детей сохранять равновесие правильную осанку при ходьбе на повышенной опоре с хлопком под коленом. Повторит г/упражнение «Ласточка на одной ноге» Упражнять в ходьбе гимнастическим шагом</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, змейкой, гимнастическим шагом. Ходьба приставным шагом. Перестроение колонну по тр Повороты.</p>	<p>Бег в медленном темпе 1 мин Бег в рассыпную</p>	№11	<p>-ходьба по г/бревну, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок -г/упражнение «Ласточка одной ногой» -прыжки через большой обруч.</p>	<p>п/игра: «Паук мухи» м/п/игра «Гномы-великаны»</p>	<p><b>Социализация:</b> Формирование ценностных представлений о своих чувствах, эмоциях. <b>Здоровье:</b> Охрана жизни и укрепление физического здоровья.</p>

19.01	60.***Спортивного характера	<p>Совершенствовать умение кататься на санках с выполнением заданий.</p> <p>Развивать координацию движений при скольжении с невысокой горкой стоя и присев.</p> <p>Закреплять умение метать в вертикальную цель с дальнего расстояния.</p> <p>Воспитывать внимание, организованность</p>	Игра – упражнение: «Поверни»	Бег в колонне по одному с препятствиями		<p><u>Катание на санках с выполнением заданий:</u></p> <p>-проехать в воротца, сделать поворот</p> <p>-скольжение с невысокой горки, стоя присев</p> <p>-метание в вертикальную цель, СС дальнего расстояния</p>	<p>п/игры: «Дорожка препятствий» «Меткий стрелок» «Самый ловкий»</p>	<p><b>Труд:</b></p> <p>Овладение навыками ухода за спортивным инвентарём</p>
-------	-----------------------------	--	------------------------------	---	--	--	--	--

22.01	61. Учебно-тренировочно	<p>Закреплять навык точного попадания при метании в цель (4-5м)</p> <p>Упражнять в скольжении по г/ скамейке на спине подтягиваясь руками</p> <p>Развивать равновесие в ходьбе по наклонной доске поворотом кругом.</p> <p>Развивать глазомер, ловкость</p>	<p>Ходьба перекатом, приставными шагами.</p> <p>Равнение.</p> <p>Перестроение по три.</p> <p>Повороты.</p>	Бег с захлестом голени назад	№1	<p>-ходьба по наклонной доске с поворотом кругом.</p> <p>-метание в горизонтальную цель (4-5м).</p> <p>-ползание по г/скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами</p>		<p><b>Худ. творчество:</b></p> <p>Развитие детского творчества</p> <p><b>Труд:</b></p> <p>Овладение навыками ухода за спортивным инвентарём</p>
-------	-------------------------	---	--	------------------------------	----	--	--	---

24.01	62. Учебно-тренировочный	<p>Закреплять умение бегать легко, энергично, отталкивая носки.</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при хождении по г/скамейке с мешочком на голове.</p> <p>Развивать ловкость при ловле мяча с хлопком.</p>	<p>Ходьба перекатом, приставным шагом.</p> <p>Равнение.</p> <p>Перестроение по три.</p> <p>Повороты.</p>	Бег врассыпную с препятствиями	№1	<p>-ходьба по г/скамейке с мешочком на голове, с приседанием и поворотом кругом.</p> <p>-бросание мяча вверх и ловля с хлопком.</p>		<p><b>Музыка:</b> Развитие выразительности движений</p> <p><b>Коммуникация</b> Развитие свободного общения со взрослыми и детьми.</p>
26.01	63. *** Спортивного характера	<p>Совершенствовать навыки передвижения скользящим шагом.</p> <p>Развивать координацию движений.</p>	Игра-упражнение «Петрушка»	Бег в медленном темпе		-ходьба скользящим шагом	п/игры: «Шерешаг» «Третий лишний»	<p><b>Труд:</b> Овладение навыками ухода за спортивным инвентарём</p>

**Февраль**

29.01	64. Учебно-тренировочное	<p>Развивать точность движений при переброске мяча через сетку. упражнять в метании набивного мяча на дальность. Совершенствовать прыжки из обруча обруч (8шт).          Развивать выносливость. Воспитывать настойчивость в достижении положительных результатов.</p>	<p>Ходьба перекатом полуприсе. Ходьба через предметы. Перестроение в колонну три.</p>	<p>Бег враспыл через предметы. Бег по наклонной доске</p>	№11	<p>-перебрасывание мяча друг другу одной рукой через сетку, ловля его двумя руками.          -метание набивного мяча на дальность.          -прыжки из обруча в обруч (8шт).</p>		<p><b>Безопасность:</b>          Формирование представления о безопасности собственной жизнедеятельности  <b>Социализация:</b>          Приобщение к ценностям физической культуры.</p>
31.01	65. Игрового характера	<p>Развивать умение быть внимательным и действовать по сигналу.          Продолжать учить выполнять правила подвижных игр.          Воспитывать дружеские взаимоотношения сверстниками, проявлять творчество, фантазию.</p>	<p>Ходьба перекатом, приставным шагом, змейкой. Построение в круг.</p>	<p>Бег враспыл через предметы</p>	№12 (С палкой)	<p>-бег с увёртыванием          -ориентировка в пространстве.          -прыжки на две ноги.</p>	<p>п/игры: «Паук и мухи»          «Удочка»          м/п/игра: «Летает – летает»</p>	<p><b>Коммуникация:</b>          Развитие игрового общения  <b>Музыка:</b>          Развитие выразительности общения</p>
2.02	66.***Спортивного характера	<p>Учить выполнять переступание в движении.          Совершенствовать навыки передвижения скользящим шагом.          Развивать выносливость. Воспитывать организованность</p>	<p>Ходьба приставным шагом</p>	<p>Бег по кругу с остановкой на сигнал</p>		<p>-ходьба скользящим шагом.          -повороты переступание в движении</p>	<p>п/игры: «Кто первый повернётся»          «Заморожены»</p>	<p><b>Социализация:</b>          Приобщение к ценностям физической культуры</p>

5.02	67.Круговая тренировка	<p>Упражнять в беге высоким подниманием бедра. Продолжать учить переходить по диагонали на дру пролет при лазан по г/стенке.</p> <p>Закреплять навы точного попадания горизонтальную цель с расстояния 4м.</p> <p>Развивать равновесие при ходьбе на повышенной оп</p> <p>Упражнять в забрасывании мяч корзину.</p> <p>Развивать глазомер, координацию движений.</p> <p>Воспитывать организованности</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по два с выполнением заданий, подскоки.</p> <p>Перестроение в колонну 4.</p>	<p>Бег в колонне с выполнением заданий, с остановкой на сигнал на сигнальном кругу</p> <p>С поворотом</p>	№12 (с г/палкой)	<p>-лазание по г/стенке с пролёта на пролёт по диагонали.</p> <p>-метание мешочков в горизонтальную цель (2-4м).</p> <p>-забрасывание мяча в баскетбольную корзину.</p> <p>-г/упражнения «Ласточка на одной ноге»</p>	п/игра: «Два Мороза»	<p><b>Музыка:</b> Развитие двигательного творчества на основе основных движений</p> <p><b>Труд:</b> Овладение навыками ухода за спортивным инвентарём.</p>
7.02	68. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в высоту (40см) с разбега.</p> <p>Закреплять навыки перестроения в круг полукруг.</p> <p>Упражнять детей подлезании под г/скамейку несколькими способами подряд.</p> <p>Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<p>Ходьба в колонне с выполнением заданий.</p> <p>Перестроение в колонну три.</p>	<p>Бег в средней темпе, змейкой.</p>	№12 (с г/палкой)	<p>-прыжки на мягкое покрытие с разбега</p> <p>-подлезание под г/скамейку несколькими способами подряд.</p>	п/игра: «Гуси-лебеди» м/п/игра «Фигурь»	<p><b>Здоровье:</b> Освоение культур здорового труда.</p> <p><b>Социализация:</b> Формирование и соблюдение правил поведения в частности ЗОЖ</p>
9.02	69.***Спортивного характера	<p>Продолжать учить выполнять повороты с переступанием движения.</p> <p>Развивать выносливость при ходьбе скользящим шагом, до 600 м, среднем темпе.</p> <p>Воспитывать сил</p>	<p>Ходьба в колонне с выполнением заданий.</p>	<p>Бег в колонне с выполнением заданий.</p>		<p>-ходьба скользящим шагом до 600 м</p> <p>-повороты переступанием движения.</p>	п/игры: «Шире шаг» «Не задеть»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование представлений о безопасности собственной жизнедеятельности</p>

12.02	70. Учебно-тренировочное	Продолжать учиться сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в высоту (40см) с разбега. Отрабатывать навык ведения мяча в разных направлениях. В игровой форме развивать основные качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость.	Ходьба по прямой, змейкой. Ходьба в полуприседе. Перестроение в круг.	Бег змейкой враспынку. В быстром темпе, по наклонной доске.	№12 (с г/палкой)	-прыжки на мягкое покрытие с разбега. -ведение мяча в разных направлениях	<b>Эстафеты:</b> «Дорожка препятствия» «Мяч капитану»	<b>Познание:</b> Формирование закрепление количественных представлений в играх. <b>Худ. творчество:</b> Развитие детского воображения.
14.02	71. Учебно-тренировочное	Продолжать развивать устойчивое равновесие при ходьбе по г/скамеечке с выполнением заданий. Упражнять в прыжках с г/скамейки как «Кенгуру» (высоко поднимая колени). Совершенствовать прыжки через скакалку. Развивать силу, ловкость, выносливость.	Ходьба с выполнением заданий. Приставные шаги. Построение колонны по два, по три	Бег с изменением темпа и направления до 2 мин.	№13	-ходьба по г/скамейке с хлопком под коленом на каждый шаг -спрыгивание с г/скамейки «Кенгуру». -прыжки через скакалку.		<b>Здоровье:</b> Расширение кругозора о ЗОЖ. <b>Социализация:</b> Формирование представления о своих эмоциях. <b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья.
16.02	72. *** Спортивного характера	Продолжать учиться выполнять разнообразные игровые задания. Повышать интерес к спортивным играм упражнениям. Воспитывать выдержку, находчивость.	Ходьба по прямой, змейкой.	Бег змейкой враспынку в быстром темпе	№13	-ходьба скользящим шагом.	<b>Эстафеты:</b> «Кто самый быстрый» «Догони»	<b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности здоровья.

19.02	73. Учебно-тренировочное	<p>Упражнять в ходьбе широким и мелким шагом.</p> <p>Продолжать развивать устойчивость при ходьбе по г/скамейке с выполнением заданий.</p> <p>Отрабатывать навыки приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, из обруча в обруч.</p> <p>Развивать координацию движений рук и ног.</p> <p>Воспитывать выдержку.</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием колена, широким и мелким шагом.</p> <p>Перестроение в колонну по два, по три</p>	Бег в разных направлениях до 2 мин.	№1	<p>-ходьба по г/скамейке, приседая на одной ноге пронося другую мах вперед с боу скамейки.</p> <p>-спрыгивание как «Кенгур»</p> <p>-прыжки из обруча в обруч.</p>	<p>Эстафета: «Мяч водящему»</p> <p><b>Коммуникация:</b> Практическое овладение нормами русской речи.</p> <p><b>Музыка:</b> Развитие выразительности движений.</p>
21.02	74.Круговая тренировка	<p>Учить детей метать цель из разных и.п. сидя.</p> <p>Закреплять навык забрасывания мяча корзину двумя руками, добиваясь активного движения кисти руки.</p> <p>Развивать равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>Развивать глазомер ориентировку в пространстве.</p>	<p>Ходьба парами.</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колена, с поворотом</p> <p>Перестроение в колонну по три.</p>	Челночный бег.	№1	<p>-метание в цель из разных и.п. (сидя, с на коленях)</p> <p>-ходьба по г/бревну, с мешочком на голове.</p> <p>-забрасывание мяча в корзину.</p>	<p><b>Социализация:</b> Развитие игровой деятельности в ходе подвижных игр с правилами.</p> <p><b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта</p>
23.03	75.***Спортивного характера	<p>Учить детей спускаться с горки низкой стойке, подниматься на горку лесенкой.</p> <p>Совершенствовать навыки передвижения скользющим шагом заложив руки за спину.</p> <p>Развивать равновесие, ловкость.</p>	Ходьба парами	Бег враспыну		<p>-спуск с горки в низкой стойке, подниматься на горку лесенкой.</p> <p>-ходьба скользющим шагом, заложив руки за спину.</p>	<p>п/игры: «Шире шаг» «Кто первый скатится» «Перебежка»</p> <p><b>Безопасность:</b> Формирование осознания безопасности собственной жизнедеятельности</p>



## Март

26.02	76. Полоса препятствий	<p>Упражнять в ходьбе, беге с препятствиями</p> <p>Развивать равновесие, координацию движений, ползание на четвереньках по г/скамейке, пролезании через обруч разными способами.</p> <p>Развивать силу выносливость, ползание на животе по г/скамейке.</p> <p>Способствовать проявлению ловкости и гибкости во вр упражнениях.</p>	<p>Ходьба с поворотами</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колена,</p> <p>Перестроение в колонну по три.</p>	<p>Бег враспыну на расст.20</p>	№13	<p>-ползание по г/скамейке на животе подтягиваясь руками .</p> <p>-пролезание в обруч разными способами</p>	<p>Худ. творчество: Развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме</p> <p><b>Социализация:</b> Формирование представлений о своих чувствах и эмоциях.</p>
-------	------------------------	--	--	---------------------------------	-----	---	---

28.02	77. Учебно-тренировочное	<p>Продолжать уч сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку при ходьбе по г/ скамейке выполнением заданий.</p> <p>Упражнять в слитном выполнении замаха и броска метания в горизонтальную цель.</p> <p>Упражнять в лазанье по г/ стенке с пролётом на пролёт по диагонали.</p> <p>Развивать уверенность и точность движений.</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий.</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колена.</p> <p>Перестроение в колонну три.</p>	Челночный бег	№14 (с кеглями)	<p>-метание мешочка горизонтальную цель (4м)</p> <p>-ходьба по г/скамейке(передача мяч под коленом и каждый шаг)</p> <p>-лазанье по г/ стенке с пролётом на пролёт по диагонали.</p>	п/игра: «Гуси – лебеди»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование осознания опасности собственной жизнедеятельности</p> <p><b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта.</p>
2.03	78***. Спортивного характера	<p>Продолжать уч детей спускаться с горки в низкой стойке, подниматься на горку лесенкой</p> <p>Закреплять умение поднимать предмет при спуске.</p> <p>Развивать уверенность и точность движений.</p>	Ходьба по кругу с выполнением заданий.	Бег по кругу с выполнением заданий		<p>-спуск с горки в низкой стойке.</p> <p>-подъём на горку лесенкой.</p>	п/игры: «Поднимай ленту» «Догони»	<p><b>Безопасность:</b> Формирование осознания опасности собственной жизнедеятельности</p> <p><b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта</p>

5.03	79.Игрового характера	Продолжать учить детей бегать наперегонки с преодолением препятствий. Совершенствовать ориентировку в пространстве, глазомер. Развивать выдержку, настойчивость. Закреплять умения придумывать варианты игр, комбинировать движения. Воспитывать активность.	Ходьба змейкой, с высоким подниманием колена. Перестроения круг.	Бег змейкой с высоким подниманием колен.	№14 (с кеглями)	-бег в рассыпную -лазание по г/стенке. -прыжки в высоту -бег с увертыванием	п/игры: «Мяч в воздухе» «Медвед и пчёлы» «Удочка»	<b>Музыка:</b> Развитие физических качеств <b>Безопасность:</b> Формирование осознания безопасности собственной жизнедеятельности <b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта
7.03	80.Учебно-тренировочное	Закреплять навыки перестроения в колонны. Отрабатывать навык правильного хвата при лазании по г/стенке с изменением Темпа . Упражнять в прыжках через скакалку. Развивать ловкость в упражнении с мячом. Воспитывать дружескую взаимопомощь	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроения колонну по темпу	Бег по кругу с выполнением заданий.	№14 (с кеглями)	-лазание по г/стенке с изменением темпа. -прыжки через скакалку. -отбивание мяча на месте	п/игра: «Снежная королева»	<b>Коммуникация:</b> Развитие свободной речи, общения со взрослыми и детьми <b>Худ. творчество:</b> Развитие детского творчества
9.03	81***. Спортивного характера	Продолжать учить детей бегать наперегонки. Упражнять в прыжках в высоту мягко приземляясь на полусогнутые ноги. Развивать глазомер при метании в движущуюся цель	Игра-упражнение: «Ниточка с иголочкой»	Бег с остановкой на сигнал в кругу	№14	-бег с препятствиями -прыжки в высоту -метание в движущуюся цель. -	п/игры: «Охотники и зайцы» «Не оставайся на полу» «Рыбаки-рыбки»	<b>Социализация:</b> Формирование воображения

12.03	82. По интересам детей (С мячом)	<p>Закреплять навыки ходьбы со сменой темпа движения. Продолжать совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Формировать умение выполнять движения осознанно.</p> <p>Развивать ловкость движений и точность в игровых упражнениях с мячом.</p>	<p>Ходьба по кругу с преодолением препятствий. Перестроение в колонну по три.</p>	<p>Бег по кругу с преодолением препятствий.</p>	№14 (с кеглями)	<p>-перебрасывание мяча одной рукой через сетку, ловля его двумя руками.</p> <p>-перебрасывание мяча через себя двумя руками из-за головы.</p> <p>-ведение мяча в различных направлениях змейкой.</p>	<p><b>Эстафет обручем</b> «Кто быстрее флажка»</p>	<p><b>Познание:</b> Формирование закрепление ориентировки в пространстве.</p> <p><b>Коммуникация</b> Развитие игрового общения</p> <p><b>Социализация</b> Развитие игровой деятельности в играх с правилами.</p>
14.03	83. Учебно-тренировочное	<p>Учить детей перебрасывать мешочек от плеча (парах)</p> <p>Упражнять в сохранении устойчивого равновесия, стоя на г/скамейке.</p> <p>Развивать точность движений и ловкость в упражнении с мячом.</p> <p>Воспитывать организованность самостоятельности</p>	<p>Ходьба с чётким фиксированными поворотов. С остановкой на сигнал, спиной вперед.</p> <p>Перестроение колонну по три.</p>	<p>Бег с чётким фиксированными поворотов, змейкой.</p>	№15	<p>-перебрасывание мешочка в паре (2м) от плеча</p> <p>-сохранение равновесия стоя на г/скамейке</p> <p>-перебрасывание мяча через себя</p>	<p><b>п/игра:</b> «Паук и мухи»</p>	<p><b>Безопасность:</b> Формирование представлений собственной безопасности.</p> <p><b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта</p>
16.03	84. Учебно-тренировочное	<p>Продолжать учить детей бегать наперегонки, с преодолением препятствий.</p> <p>Совершенствовать ориентировку в пространстве, глазомер.</p> <p>Закреплять умения придумывать варианты игр, комбинировать движения.</p> <p>Развивать выдержку, настойчивость.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу, с остановкой заданным темпом.</p>	<p>Бег с чётким фиксированными поворотов, змейкой.</p>	№15	<p>-бег с преодолением препятствий.</p> <p>-метание в цель</p> <p>-бег с увёртыванием</p>	<p><b>п/игры:</b> «Чья звезда скорее соберётся»</p> <p>«Не попади!»</p> <p>«Меткий стрелок»</p>	<p><b>Социализация</b> Развитие игровой деятельности в играх с правилами.</p>

19.03	85. Учебно-тренировочное	<p>Развивать глазомер при метании в движущуюся цель. Закреплять навыки устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать умение выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Воспитывать умение сохранять правильную осанку.</p>	<p>Ходьба на носках, с одного края на другой. Перестроение в колонну два.</p>	<p>Бег с одного края на другой, на скорость, сменой ведущего.</p>	№15	<p>-метание в движущуюся цель. -ходьба по канату приставным шагом с мешочком на голове. -ходьба по узкой рейке, приставляя пятку к носку</p>		<p><b>Худ. творчество:</b> Развитие детского творчества. <b>Социализация:</b> Освоение норм и правил взаимоотношений со взрослыми и сверстниками.</p>
21.03	86. Эстафетного характера	<p>Продолжать участие в играх с элементами соревнования. Упражнять в ходьбе, беге с преодолением препятствий, с чётким фиксированием поворотов. Развивать физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Развивать правильную осанку исообразительность.</p>	<p>Ходьба с остановкой по сигналу, метание предметов. Перестроение в колонну три. Повороты.</p>	<p>Бег враспылку на носках.</p>	№16 (с султанчиками)		<p>«Солнышки» «Весёлые наездники» «Передай мяч» «Чья команда соберёт больше флажков»</p>	<p><b>Музыка:</b> Усиление эмоционального восприятия. <b>Социализация:</b> Освоение норм и правил взаимоотношений со сверстниками и взрослыми.</p>
23.03	87. Игрового характера	<p>Упражнять в ходьбе с преодолением препятствий. Совершенствовать прыжки из обруча в обруч. Развивать умение быть внимательным и действовать по сигналу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу.</p>	<p>Бег с соблюдением заданной дистанции.</p>	№16	<p>-бег с увёртыванием -прыжки из обруча в обруч -полоса препятствий</p>	<p><b>п/игры:</b> «Кто раньше дойдёт до середины» «Горелки» «Бездомный заяц»</p>	<p><b>Коммуникация:</b> Развитие двигательной деятельности в процессе свободного общения со сверстниками.</p>

## Апрель

26.03	88. Сюжетного характера	<p>Упражнять в ходьбе, беге змейкой, с высоким подниманием бедра.</p> <p>Упражнять в перепрыгивании через скакалку, обруч.</p> <p>Продолжать уч. занимать и.п. при метании предмета на дальность.</p> <p>Развивать равновесие при лазанье по г/стенке.</p> <p>Воспитывать интерес к выполняемым действиям.</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием колена, змейкой.</p> <p>Перестроение в колонну по три.</p> <p>Повороты.</p>	<p>Бег с соблюдением заданной дистанции.</p> <p>Бег с высоким подниманием колена.</p>	№16 ( С султанчиками)	<p>Репортаж с стадиона»</p> <p>-лазание по г/стенке.</p> <p>-прыжки через обруч,</p> <p>скакалку.</p> <p>-метание предметов дальность.</p>	<p><b>п/игра:</b> «Кого назвали т и ловит»</p>	<p><b>Здоровье:</b> Расширение кругозора ЗОЖ</p> <p><b>Коммуникация:</b> Развитие двигательной деятельности в процессе свободного общения со взрослыми и сверстниками.</p>
28.03	89. Учебно-тренировочное	<p>Закреплять умение соблюдать заданный темп ходьбе, беге.</p> <p>Упражнять в прыжках в высоту мягко приземляясь на полусогнутые ноги.</p> <p>Развивать равновесие при ходьбе на носках между предметами.</p> <p>Развивать координацию движения в лазанье по г/стенке</p> <p>Воспитывать инициативность</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по два, с остановкой сигнал.</p> <p>Перестроение в колонну по три.</p> <p>Повороты.</p>	<p>Непрерывный бег 1,5-2 мин</p> <p>С заданным темпом</p>	№16 (с султанчиками)	<p>-лазание по г/стенке</p> <p>-прыжки вверх с доставкой предмета, доставая предмет (на 5 см выше поднятой рукой ребёнка).</p> <p>-ходьба на носках между предметами</p>	<p><b>п/игра:</b> «Хитрая лиса»</p>	<p><b>Познание:</b> Расширение кругозора детей</p> <p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности поведения в обществе</p>

2.04	90.***Учебно-тренировочное	Упражнять в ходьбе, беге с преодолением препятствий. Упражнять в прыжках, мягко приземляясь на полусогнутые ноги. Развивать координацию движений при лазанье на возвышенных опорах.	Ходьба с высоким подниманием колена, змейкой.	Бег с преодолением препятствий		-г/лестница повышенной опоры. -прыжки из обруча в обруч.	<b>п/игры:</b> «Лягушка цапли» «Перелёт птиц» «Совушка»	<b>Здоровье:</b> Охрана и укрепление физического здоровья. <b>Социализация:</b> Приобщение к ценностям физической культуры.
------	----------------------------	--	---	--------------------------------	--	---	--	--

4.04	91.Учебно-тренировочное	Продолжать учиться сочетать разбег с отталкиванием в прыжка в высоту (50 см) с разбега. Развивать ловкость, координацию движений в подлезании под г/стенку разными способами. Совершенствовать технику основных движений.	Ходьба по диагонали, высоким подниманием колена, с поворотом. Перестроение в колонну по три.	Бег враспыну	№16 (С султанчиками)	-прыжки с разбега (50 см) -подлезание под г/скамейку разными способами. -	<b>п/игра:</b> «Ловишь мячом»	<b>Коммуникация:</b> Развитие игрового общения. <b>Социализация:</b> Приобщение к элементарным, общепринятым нормам и правилам взаимоотношений сверстниками.
6.04	92.Учебно-тренировочное	Развивать точность движений при переброске мяча через сетку. Упражнять в метании набивного мяча на дальность. Совершенствовать прыжки из обруча (8 шт). Развивать выносливость. Воспитывать настойчивость в достижении положительных результатов.	Ходьба перекатом, полуприседе, через предметы. Ходьба через предметы. Перестроение в колонну по три.	Бег враспыну через предметы. Бег по наклонной доске.	№17	-перебрасывание мяча друг друга одной рукой через сетку, ловля его двумя руками. -метание набивного мяча на дальность. -прыжки из обруча в обруч (8шт)		<b>Безопасность:</b> Формирование представлений о безопасности собственной жизнедеятельности. <b>Социализация:</b> Приобщение к ценностям физической культуры.

9.04	93.***Учебно-тренировоч	Закреплять умения соблюдать заданный темп в беге. Упражнять в точном попадании цель при метании. Развивать умения быть организованным.	Ходьба парами, ходьба с высоким подниманием колена, с поворотом	Бег с заданным темпом.	№17	-метание в цель -бег враспыл с выполнением заданий.	<b>Игры:</b> «Паук и мухи» «Краски» «Меткий стрелок»	<b>Коммуникация:</b> Развитие свободного общения.
------	-------------------------	--	---	------------------------	-----	--	---	--

11.04	94. Учебно-тренировочное	Развивать глазомер, при метании в движущуюся цель. Закреплять навыки устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать умения выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Воспитывать умение сохранять правильную осанку.	Ходьба на носках с одного края на другой. Перестроение в колонну по два.	Бег с одного края на другой, на скорость, с сменой ведущего.	№1	-метание в движущуюся цель. -ходьба по канату приставным шагом, с мешочком на голове. -ходьба по узкой рейке, приставляя пятку к носку	<b>Худ. творчество:</b> Развитие детского творчества. <b>Социализация:</b> Освоение норм и правил взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.
-------	--------------------------	--	---	--	----	--	--



13.04	95. Эстафетного характера	Продолжать учить играм, с элементами соревнования. Упражнять в ходьбе, беге с преодолением препятствий, с чётким фиксированием поворотов. Развивать физические качества: Быстроту, ловкость, выносливость. Развивать правильную осанку.	Ходьба враспыну на носках, высоким подниманием колена, змейкой. Перестроение в колонну по два	Бег враспыну на носках.	№1	-бег с преодолением препятствий. -передача мяча над головой. -забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.	<b>Эстафеты:</b> «Солнышко» «Весёлые наездники» «Передай мяч» «Чья команда забросит в кольцо больше мячей»	<b>Познание:</b> Формирование и закрепление ориентировки в пространстве. <b>Худ. творчество:</b> Развитие детского творчества.
16.04	96. *** Учебно-тренировочное	Познакомить детей с правилами игры в футбол. Учить передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой. Развивать ловкость, внимание.	Ходьба с высоким подниманием колена, змейкой.	Бег с соблюдением заданной дистанции		<u>Элементы сюжетной игры «футбола»:</u> -передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой. -передача мяча друг другу с места.	«Ловкие футболисты»	Здоровье: Расширение кругозора о ЗОЖ

18.04	97. Игрового характера	Закреплять умение соблюдать заданный темп в беге. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать умение быть организованным. Воспитывать выдержку, смелость, настойчивость.	Ходьба по прямой, по кругу. Перестроение в круг.	Бег враспыну в быстром темпе.	№18	-метание в движущуюсь цель. -бег с увёртыванием -прыжки через предметы.	<b>м/п/игра:</b> «Аист»	<b>Познание:</b> Формирование способов освоения ребёнком предметных действий. <b>Социализация:</b> Формирование правил взаимоотношений со взрослыми и детьми.
-------	------------------------	--	--	-------------------------------	-----	---	----------------------------	--

20.04	98. Учебно-тренировочное	<p>Разучить прыжки в длину с разбега (180-190см). Познакомить детей с правилами игры «Бадминтон». Научить детей правильно держать ракетку, провести подготовительные упражнения. Развивать координацию движений, ловкость, внимание.</p>	<p>Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение круг, шеренгу.</p>	<p>Бег с остановкой на сигнал, выполнением заданий.</p>	№18 (со скакалкой)	<p>-прыжки в длину с разбега (180-190 см). -знакомство с элементами игры в «бадминтон»</p>	<p><u>Игровые упражнения</u> -подбросить волан -не промахнуться</p>	<p><b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизни. <b>Коммуникация:</b> Развитие свободной речи, умения общаться со сверстниками и взрослыми.</p>
23.04	99.*** Учебно-тренировочное	<p>Учить детей забивать мяч в ворота. Продолжать учить передавать мяч друг другу, отбивать его правой и левой ногой, стоя на месте. Развивать координацию движений, ловкость, внимание.</p>	<p>Ходьба с высоким подниманием колена, змейкой</p>	<p>Бег с соблюдением заданной дистанции</p>		<p><u>Элементы сюжетной игры футбола</u> -забивать мяч в ворота. -передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте.</p>	<p>«Передай мяч» «Метко в цель»</p>	<p><b>Здоровье:</b> Расширение представлений о ЗОЖ. <b>Безопасность:</b> Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.</p>

27.04	100. Учебно-тренировочное	Продолжать учить детей сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в длину. Закреплять умение правильно держать ракетку. Провести игровые упражнения. С умеющими детьми организовать игру бадминтон.	Ходьба с остановкой сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два.	Бег с остановкой сигнал, с выполнением заданий.	№18 (со скакалкой)	-прыжки в длину с разбегом (180-190 см) -организация игры в бадминтон с умеющими детьми.	<u>Игровые упражнения</u> <u>спортивные игры</u> <u>бадминтон</u> «Подбрось и поймай!» «Воля черт по сетке»	<b>Труд:</b> Накопление двигательного опыта. <b>Коммуникация</b> Развитие свободного общения со сверстниками.
30.04	101. Игрового характера	Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Совершенствовать технику основных движений в играх добываясь естественности, лёгкости, точности, выразительности выполнения. Развивать творчество, фантазию, придумывая варианты.	Ходьба с остановкой сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два	Бег с преодолением препятствия	№18 (со скакалкой)	-бег ориентировка в пространстве -метание в цель -прыжки в высоту	<u>п/игры:</u> «Ловишки» «Выше ноги от земли»	<b>Музыка:</b> Развитие физических качеств для физической деятельности. <b>Коммуникация</b> Развитие игрового общения
2.05	102.***Учебно-тренировочное	Учить детей вести мяч змейкой. Отрабатывать навыки передачи мяча друг другу. Закреплять умение забивать мяч в ворота. Развивать координацию движений, выносливость, глазомер.	Ходьба через предметы. Перестроение в колонну по три.	Бег врассыпну через предметы.		-ведение мяча змейкой. -передача мяча друг другу Другу -забивание мяча в ворота.	<u>Игровые упражнения</u> <u>спортивные игры</u> <u>«Футбол»:</u> «Не промахнись» «Метко в цель»	<b>Коммуникация</b> Развитие игрового общения

## Май

4.05	103. Контрольно-диагностическое	<p>Определить скоростные качества детей в беге на скорость. Развивать глазомер, ловкость, координацию движений. Воспитывать желание быть сильным.</p>	<p>Ходьба с остановкой по сигналу, между предметами. Перестроение в колонну по три. Повороты.</p>	<p>Бег враспылку на носках.</p>	№17	<p>-бег на 10м -бег на 30м</p>	<p><b>п/игра:</b> «Волк во р</p>	<p><b>Труд:</b> Развитие физических качеств <b>Безопасность:</b> Формирование ЗО</p>
7.05	104. Контрольно-диагностическое	<p>Выявить гибкость детского организма, умение наклоняться вперёд из положения сидя. Выявить силовые качества детей- умение метать набивной мяч из за головы на дальность. Развивать ловкость, координацию движений.</p>	<p>Ходьба парами, Ходьба с высоким подниманием колена, с поворотом. Перестроение в колонну по три.</p>	<p>Челночный бег, Бег с поворотом по сигналу</p>	№17	<p>-гибкость – наклон туловища вперёд из положения сидя. -метание набивного мяча.</p>	<p><b>п/игра:</b> по выбору детей</p>	<p><b>Познание:</b> Формирование представлений о способах сохранения здоровья и жизни. <b>Коммуникация:</b> Развитие игрового общения</p>
11.05	105. ***Учебно-тренировочное	<p>Продолжать обучение детей правилам спортивной игры «Городки». Способствовать повышению уровня физической подготовки детей. Развивать глазомер, координацию движений.</p>	<p>Ходьба обычная на носках. Перестроение в шеренгу.</p>	<p>Бег в колонне по одному медленно</p>		<p>Спортивная игра «Городки»</p>	<p><b>п/игра:</b> «Ловишки»</p>	<p><b>Коммуникация:</b> Развитие свободного общения детей и взрослых <b>Безопасность:</b> Формирование осознания безопасности здоровья.</p>

14.05	106. Учебно-диагностическое	Выявить силовые качества детей: -умение метать набивные мешочки на дальность, правой и левой рукой. -развивать глазомер, координацию движений.	Ходьба с остановкой и сигналом, между предметами. Перестроение колонны поворотами.	Бег врассыпну по носкам.	№1	Метание мешочка с песком вдали.	п/игра: «Гуси-лебеди»	<b>Здоровье:</b> Расширение о 30 <b>Познание:</b> Расширение кругозора детей <b>Социализация:</b> Развитие двигательной активности.
16.05	107. Контрольно-диагностическое	Определить скоростно-силовые качества, ловкость в прыжках в длину с места. Определить общую выносливость. Развивать силу толчка, ловкость, координацию движений.	Ходьба с остановкой и сигналом, между предметами. Перестроение колонны поворотами.	Бег врассыпну по носкам.	№1	-прыжок в длину с места -бег в умеренном темпе.	п/игра: «Хитрая лиса»	<b>Социализация:</b> Развитие двигательной активности. <b>Безопасность:</b> Формирование осознания безопасности собственной жизнедеятельности
18.05	108.***Игрового характера	Развивать интерес к спортивным играм. Развивать умение придумывать варианты игр, комбинировать движения.	Ходьба на носках, с одним краем другой. Перестроение колонны поворотами.	Бег с одним краем на другом на скорость, со сменой ведущего.	№1	<u>Спортивная игра:</u> «Городок»	п/игра: Хитрая лиса	<b>Познание:</b> Формирование и закрепление ориентировки в пространстве.

21.05	109. Игрового характера	Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Совершенствовать технику основных движений в играх добываясь естественности, лёгкости, точности, выразительности выполнения. Развивать творчество, фантазию, придумывая варианты.	Ходьба с остановкой по сигналу, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два	Бег с преодолением препятствия	№	бег ориентировки в пространстве -метание в цель -прыжки в высоту	/игры: «Ловишки» «Выше ноги от земли»	<b>Музыка:</b> Развитие физических качеств для физической деятельности. <b>Коммуникация:</b> Развитие игрового общения
23.05	110. Эстафетного характера	Продолжать учить играм, с элементами соревнования. Упражнять в ходьбе, беге с преодолением препятствий, с чётким фиксированием поворотов. Развивать физические качества: Быстроту, ловкость, выносливость. Развивать правильную осанку	Ходьба враспынную на носках, с высоким подниманием колена, змейкой. Перестроение в колонну по два	Бег враспынную на носках	№	бег с преодолением препятствий -передача мяча над головой. -забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	<b>Эстафеты:</b> «Солнышко» «Весёлые наездники» «Передай мяч» «Чья команда забросит кольцо больше мячей»	<b>Здоровье:</b> Расширение о 30 <b>Познание:</b> Расширение кругозора детей <b>Социализация:</b> Развитие двигательной активности.
25.05	111. Игрового характера	Закреплять умение согласовывать движение рук с отталкиванием в прыжках из обруча. Развивать точность движений при метании на дальность. Воспитывать умение справедливо оценивать свои результаты.	«Ниточка с иголочкой» Ходьба на носках, приставным шагом.	Бег враспынную быстром темпе.	№	метание в движущуюся цель. -бег с увёртыванием -прыжки через предметы.	<b>м/п/игра:</b> «Аист»	<b>Познание:</b> Формирование способов освоения ребёнком предметных действий. <b>Социализация:</b> Формирование правил взаимоотношений взрослыми и детьми

