

Муниципальное
бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«детский сад № 12 «Рябинка»»
городского округа город Шарья Костромской области

Костромская обл., г. Шарья, пгт Ветлужский, ул. Энтузиастов д.12 «а»

Тел. 8(49449) 55-610 Е-mail: dryabinka@yandex.ru

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
МБДОУ «д/с № 12 «Рябинка»»
(протокол от 29.08.2024 № 1)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «д/с № 12 «Рябинка»»
_____/Ю.В.Кострова/
Приказ от «31» августа 2024 г. № 58

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА
по образовательной области «Физическое развитие»
с детьми от 3 до 7 лет
(группы общеразвивающей направленности)
на 2024 - 2025 учебный год

г. Шарья, 2024 год

Содержание рабочей программы

		Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	9
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	13
2.1.	Учебный план реализации ООП ДО	13
2.2.	Планирование работы с детьми:	14
2.2.1.	Тематическое планирование	14
2.2.2.	Перспективное планирование	15
2.2.3.	Календарный план воспитательных мероприятий	
2.3.	Планирование работы по взаимодействию с семьей	138
2.4.	Особенности организации педагогической диагностики	140
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	145
3.1.	Материально-техническое оснащение	145
3.2.	Методическое обеспечение РП	147
3.3.	Расписание непосредственно образовательной деятельности	147
3.4.	Циклограмма деятельности воспитателя по физической культуре	148
3.5.	Модель оптимального двигательного режима	149
3.6.	Способы и направления поддержки детской инициативы	152
3.7.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	153

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа педагога (далее - РП) разработана в соответствии с:

- 1) п. 3 ст. 12 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) Приказ Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- 3) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее - Стандарт), с комментариями от 28 февраля 2014 года №08-249;
- 4) СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 января 2021 г. № 2;
- 5) СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 сентября 2020 г. № 28;
- 6) ООП ДО МБДОУ «д/с № 12 «Рябинка»»

Рабочая программа воспитателя по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

Физическое развитие ребенка дошкольного возраста происходит в процессе накопления физического опыта. С помощью физкультуры ребенок эмоционально и личностно познает себя и других людей, осуществляет познание окружающего мира, реализует индивидуальный потенциал.

Правильно поставленное физическое воспитание положительно сказывается на умственном развитии детей. Они приобретают определенные знания о значении и приемах выполнения различных игр и физических упражнений, получают сведения о важности соблюдения правильного режима, о требованиях личной и общественной гигиены, усваивают правила закаливания.

Во время выполнения разнообразных физических упражнений, участия в играх дети обогащаются новыми ощущениями, представлениями, понятиями; у них развивается целенаправленное мышление, укрепляется память, улучшается способность творчески воспроизводить в новых условиях запоминаемое.

В дошкольном возрасте осуществляются общие задачи физического воспитания: оздоровительные, образовательные и воспитательные.

Цель РП: охранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствование их физического развития.

Основными **задачами** физического воспитания являются:

- укрепление и охрана здоровья ребенка, закаливание организма;
- достижение полноценного физического развития (телосложения, физической и умственной работоспособности ребенка);
- создание условий для целесообразной двигательной активности детей;
- формирование жизненно необходимых видов двигательных действий: ходьба, бега, прыжков, ползания и лазания, бросания, ловли и метания; ходьбы на лыжах, плавание, езда на велосипеде;
- формирований широкого круга игровых действий;
- развитие физических (двигательных) качеств: ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств;
- содействие формированию правильной осанки и предупреждение плоскостопия;
- формирование доступных представлений и знаний о пользе занятий физическими упражнениями и играми, обоснованных гигиенических требованиях и правилах;

- воспитание интереса к активной деятельности и потребности в ней.

В связи с этим программа каждой возрастной группы содержит несколько направлений обучения и развития: упражнения в беге, ходьбе, прыжках, бросании, ловле, катании, лазании, подлезании, равновесии и общеразвивающих упражнениях.

Основные принципы РП:

1. Поддержка разнообразия детства.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства
3. Позитивная социализация ребенка
4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей(законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей.
5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
6. Сотрудничество Организации с семьей.
7. Сетевое взаимодействие с организациями
8. Индивидуализация дошкольного образования
9. Возрастная адекватность образования
10. Развивающее вариативное образование
11. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.
12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.

Содержание рабочей программы отражает реальные условия группы, возрастные и индивидуальные особенности развития воспитанников.

Срок реализации РП – 1 год.

Образовательная деятельность осуществляется: *на русском языке.*

При реализации обязательной части Программы использовались подходы и принципы комплексной образовательной программой дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др., (Рецензия от 26 июня 2019 г. ФГБОУ ВО МГППУ), так как она соответствует идеям и логике ФГОС ДО и обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно-эстетическому. — Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://Navigator.firo.ru>

В части РП, формируемой участниками образовательных отношений, раскрыта система работы по реализации парциальных программ:

Направление развития	Парциальные программы
Физическое развитие	Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б., «Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст)», ЛИНКА-ПРЕСС, 2000

ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ И РЕАЛИЗАЦИИ РП ХАРАКТЕРИСТИКИ

Общие сведения о контингенте родителей (законных представителей)

Социальными заказчиками деятельности учреждения являются в первую очередь родители (законные представители) воспитанников. Поэтому коллектив ДОУ старается создать доброжелательную, психологически комфортную атмосферу, в основе которой лежит определенная система взаимодействия с родителями, взаимопонимание и сотрудничество.

Выяснение потребностей родителей коллектив ДОУ осуществляет на основе результатов изучения контингента родителей, анкетирования родителей воспитанников, посещающих ДОУ и жителей микрорайона.

Учёт региональных особенностей

Особенности	Характеристика региона
Природно-климатические	Город Шарья – расположен на северо-востоке Костромской области. Граничит с Вологодской, Кировской, Нижегородской областями. По основным климатическим факторам территория Шарьи находится в умеренно-континентальной зоне, которая характеризуется холодной снежной зимой и теплым, сравнительно коротким летом, значительным количеством осадков и средней по насыщенности влажностью. Шарья расположена на левом низменном берегу реки Ветлуга, река не судоходная. На территории не выявлены месторождения полезных ископаемых. Минерально-сырьевая база представлена запасами питьевой и минеральной воды.
Культурно-исторические	Шарья – третий по количеству населенный город в Костромской области. С ним связано множество исторических событий в истории России.). С городом связаны имена многих известных деятелей культуры и искусства. О Ветлуге писали Мельников-Печерский и Немирович-Данченко, рассказ «Река играет» оставил писатель Короленко. Здесь родились и творили М. Базанков, А. Беляев, О. Хомяков. Среди учреждений культуры особое место занимает краеведческий музей. Его экспозиции рассказывают о тех или иных периодах в жизни города. Имена местных художников: С. Ф. Богородского, А. М. Кучумова, В. М. Фёдорова, А. Б. Разумова — известны за пределами области. Город является активным членом межрегиональной ассоциации городов Поветлужья. В Шарье с 1991 года открыто 4 православных храма. Регулярно при активном содействии администрации городского округа издаются новые книги о Шарье и её жителях, творчество местных поэтов и писателей. Венцом стала книга краеведа Н. В. Гольянова «Годы и люди», где в двух томах рассказано о судьбе Ветлужского края, шарыинцах в годы Великой Отечественной войны.
Социальные	Социальное партнёрство: • МБОУ СОШ № 7 г.Шарья • МКУ ЦНК «Светлица» • ККЦ «Ветлужский» • МБОУ ДО СДЮШОР • МБУ ДО «Ветлужская музыкальная школа им. Чистякова В.П.» • МБУ ДО «Детская художественная школа»

Возрастные особенности развития детей

Четвертый год жизни (младшая группа).

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами

Психологи обращают внимание на *«кризис трех лет»*, когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что **прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием**. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок — взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контактах со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого, в том числе и инструктора по физической культуре — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные **ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я — молодец!)**.

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности инструктор помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

Пятый год жизни (средняя группа)

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми. Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, инструктор широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом **он исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей**. Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком — в этом проявляется одна из особенностей детей.

Примечательной особенностью детей является фантазирование, нередко они путают вымысел и реальность. Яркость фантазий расширяет рамки умственных возможностей детей и используется инструктором для обогащения детского игрового опыта: придумывания в игре фантастических образов животных, людей, сказочных путешествий.

На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, *начинается осознание своей половой принадлежности*. Дети отмечают внешнее различие между мальчиками и девочками. Задачей инструктора по физическому развитию совместно с воспитателями является постепенное формирование представлений о поведении мальчика или девочки, их взаимоотношениях. Выполнение такой задачи успешно повлияет на интеллектуальное и моральное развитие ребенка.

Шестой год жизни (старшая группа)

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель, инструктор по физической культуре уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы — возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более вынослив психически (что связано и с возрастающей физической выносливостью).

Седьмой год жизни (подготовительная к школе группа)

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, познавательном, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме инструктор по физическому развитию обогащает представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливания. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятными и аккуратными, причесываться.

Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правилах поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачиваться, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторых правилах ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник и т. п.).

Переход в старшую и особенно в подготовительную группу связан с *изменением статуса дошкольников в детском саду* — в общей семье воспитанников детского сада они становятся самыми старшими. Наряду с воспитателем инструктор по физической культуре помогает детям осознать и эмоционально прочувствовать свое новое положение.

Такие мотивы, как: «Мы заботимся о малышах», «Мы — помощники воспитателя», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе», выступления на спортивных, общегородских соревнованиях направляют активность старших дошкольников на решение новых, значимых для их развития задач. ***Необходимо постоянно поддерживать в детях ощущение взросления,*** растущих возможностей, вызывать стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности, вселять уверенность в своих силах. Одновременно важно развивать чувство ответственности за свои действия и поступки.

Воздушный и тепловой режимы, освещенность спортивного зала должны соответствовать принятым гигиеническим нормам. Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса. Быстро увеличивается длина конечностей. Следует помнить, что позвоночник ребенка 5—7 лет очень чувствителен к деформирующим воздействиям. Поэтому ***постоянный контроль за позой и осанкой каждого ребенка — обязательное условие его нормального физического развития.***

У старших дошкольников наблюдается незавершенность строения стопы. Необходимо предупреждать появление и закрепление плоскостопия. Его причиной могут стать постоянное ношение обуви без каблучка, на жесткой, негнувшейся подошве, большего, чем нужно, размера, а также излишняя масса тела, перенесенные заболевания. ***Инструктору следует быть внимательным к жалобам отдельных детей на усталость и боль в ногах при ходьбе или стоянии.***

У старших дошкольников хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы, особенно кистей рук, все еще слабы. Для их развития инструктор часто использует пальчиковую гимнастику.

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Обязательная часть

Задачи образовательной деятельности	Результаты образовательной деятельности	
	Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
Четвертый год жизни. 2-ая младшая группа		
- развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям; - целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости; - развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя; - развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками - развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.	- ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен; - при выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое; - уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх; - проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре; - с удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату - с интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.	- ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден; - неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании); - затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений; - не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями; - не знаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни; - испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.
Пятый год жизни. Средняя группа		
- развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ	- в двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. - уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук;	- двигательный опыт (объем основных движений) беден; - допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить

как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки ; - целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость; - формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни; - развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).	- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности; - переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность; - самостоятельная двигательная деятельность разнообразна; - проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх; - с интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы; - может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания; - стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации. - умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.	физическое упражнение; -нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует; - движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук - испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости; - интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо; - не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность; - у ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению; - затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит; - испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого; - затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.
Шестой год жизни. Старшая группа		
- развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений); - развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей; - формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; - развивать творчества в двигательной деятельности; - воспитывать у детей стремление самостоятельно	-двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений); - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений; - имеет представления о некоторых видах спорта уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет	- двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук; - в двигательной деятельности затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. - в поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности; - не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.

организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; - развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу; - формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья; - формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения; - развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни; - развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.	упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру; - мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей. - умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, - готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).	- ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры; - слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений-не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению своим поведением основ здорового образа жизни. - представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные; - испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.
Седьмой год жизни. Подготовительная к школе группа		
- развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности - развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях; - закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; - развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; - развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений;	- двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения. спортивные); - в двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость; - осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом; - проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях; - проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта;	- в двигательной деятельности затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости; - допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений; - слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке; - допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности; - не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении; - ребенок проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов, (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками); - не имеет привычки к постоянному использованию

- формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании; - формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту. - воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей; - развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.	- имеет начальные представления о некоторых видах спорта; - имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его; - ребенок владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья; - может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).	культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.
---	--	---

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление развития	Парциальные программы	Планируемые результаты
Физическое развитие	Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б., «Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст)», ЛИНКА-ПРЕСС, 2000	5 лет - выразительны основные виды движений, двигательная находчивость, планирует собственные двигательные действия и координирует их с действиями педагога и других детей; - воспроизводит выразительные позы; - выражает с помощью мимики эмоциональные состояния, воссоздает мимику сказочных персонажей и реальных людей в различных ситуациях; - использует вариативные способы построения и выполнения движений в различных условиях; - самостоятельно находит образы, соответствующие заданному ритму, и выражать их через движения; - ориентируется на других при построении индивидуального действия, перевоплощаться. - использует слово в качестве опоры при решении двигательных задач, осмысленно выделяют правила игры, ориентируется в пространстве. 6 лет - самостоятелен при индивидуальном и групповом построении и выполнении основных видов движений, способен к двигательной импровизации; - строит и выполняет движения с учётом их коммуникативных и эстетических характеристик; - придумывает, принимает и распознает выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов; - использует экспрессию движений как средство общения; - самостоятельно (по замыслу) воспроизводит эмоциональные состояния, а также распознает их; - развита двигательная активность, предполагающая «вхождение в образ», проявляет самостоятельность в индивидуальных и групповых формах; - ориентируется на ритм, передает в движении воображаемый ритм без музыкального сопровождения;

		- ориентируется на мелодию при построении и выполнении движений; - развита координация индивидуальных и групповых движений (во взаимосвязи), способен к включению в двигательно-игровые сюжеты, «театрализации» движений; - сформирована двигательная находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений; - осмысленно выделяет правила игры, выявляет источники их происхождения и границы применимости, ориентируется в пространстве; - умеет придумывать варианты игр-аттракционов. 7 лет - способен создавать и разыгрывать двигательно-игровые сюжеты, элементарные формы двигательной рефлексии — исследовать основания, по которым строятся и выполняются движения в различных условиях; - способен к «театрализации» позы и умению использовать её в качестве инструмента общения; - сформирована «сюжетная» моторика, сила и ловкость, осмысленное отношение к правилам игры в условиях совместной деятельности, освоена позиция игрока; - умеет соревноваться в группах и индивидуально; - ориентируется на мелодию при построении и выполнении движений; - развиты организаторские и «режиссёрские» умения при построении игры; - сформирована двигательная находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений.
--	--	--

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Планирование образовательной нагрузки при работе по пятидневной неделе разработано в соответствии с максимально допустимым объемом образовательной нагрузки для возрастной группы в соответствии с Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Направления развития и образование детей (образовательные области)	Группа	Мл. гр		Сред. гр		Стар. гр		Подг. гр	
	Возраст	3-4 года		4-5 лет		5-6 лет		6-7 лет	
	Продолжительность НОД	15 мин.		20 мин.		25 мин.		30 мин.	
	Вид деятельности/Непосредственно образовательная деятельность	Неделя	Год	Неделя	Год	Неделя	Год	Неделя	Год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Физическое развитие									
		3	108	3	108	3	108	3	108
	Обязательная часть Программы								
	Физическая культура	3	108	2	72	2	72	2	72

	Часть, формируемая участниками образовательных отношений								
	Физическая культура Программа В.Т. Кудрявцева «Развивающая педагогика оздоровления»	0	0	1	36	1	36	1	36

2.2. ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

2.2.1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЯ

Месяц	Тематическая неделя	Тема недели	Месяц	Тематическая неделя	Тема недели	Месяц	Тематическая неделя	Тема недели
Сентябрь	1 неделя 01.09. – 02.09.2022	«До свидания лето» Мониторинг	Декабрь	14 неделя 28.11. – 02.12.2022	Транспорт (виды транспорта). ПДД.	Март	26 неделя 27.02. – 03.03.2023	Наши друзья животные (дикие животные и их детёныши, в подг. гр животные жарких стран).
	2 неделя 05.09. - 09.09.2022	Детский сад. Игрушки. Мониторинг		15 неделя 05.12. – 09.12.2022	Подводный мир (аквариумные и пресноводные рыбы, животный мир морей и океанов)		27 неделя Творческие каникулы 06.03. – 10.03.2023	Мамин праздник
	3 неделя 12.09. – 16.09.2022	Огород. Овощи. (Труд взрослых на полях и огородах) Мониторинг		16 неделя 12.12. – 16.12.2022	Зима (Зимующие птицы, зимние месяцы, дикие животные зимой)		28 неделя 13.03. – 17.03.2023	Пришла весна (растения, животные, перелетные птицы, признаки весны)
	4 неделя 19.09. – 23.09.2022	Сад. Фрукты. (Труд взрослых в садах)		17 неделя 19.12. – 23.12.2022	Зимние забавы и виды спорта		29 неделя 20.03. – 24.03.2023	Театр. Артисты. (27 марта)
	5 неделя 26.09. – 30.09.2022	Лес. Грибы.		18 неделя Творческие каникулы 26.12. – 30.12.2022	Новый год, елка		30 неделя 27.03 – 31.03.2023	Вода вокруг (Паводок+ ОБЖ)
Октябрь	6 неделя 03.10 - 07.10.2022	Осень. (Признаки осени, осенние месяцы, перелетные и водоплавающие птицы и т.д.)	Январь	Новогодние праздничные дни 31.12 – 08.01.2023		Апрель	31 неделя 03.04.- 07.04.2023	Неделя здоровья (7 апреля)
	7 неделя 10.10. – 14.10.2022	Одежда. Обувь.		19 неделя 09.01 – 13.01.2023	Мальчики и девочки		32 неделя 10.04. – 14.04.2023	Космос. Первые полеты в космос.
	8 неделя 17.10 – 21.10.2022	Мебель. Назначение мебели		20 неделя 16.01 - 20.01.2023	Народные промыслы и традиции		33 неделя 17.04. – 21.04.2023	Книга лучший друг (23 апреля)
	9 неделя 24.10.- 28.10.2022	Кухня. Посуда (виды посуды, материалы из		21 неделя 23.01.- 27.01.2023	Профессии, трудовые действия. Инструменты		34 неделя 24.04. – 28.04.2023	Земля – наш общий дом. Природа родного края.

		которых сделана посуда). Бытовая техника						
Ноябрь	10 неделя 31.10. – 03.11.2022	Я и мои друзья (День народного единства)	Февраль	22 неделя 30.01. - 03.02.2023	Этикет и культура поведения	Май	35 неделя 02.05. –05.05.2023	День Победы
	11 неделя 07.11.- 11.11.2022	Наши друзья животные (домашние животные и их детёныши, в подг. гр домашние питомцы жарких стран).		23 неделя 06.02. – 10.02.2023	Мой дом. Моя Семья.		36 неделя 10.05. – 12.05.2023	Насекомые
	12 неделя 14.11. – 18.11.2022	Здания. Архитектура.		24 неделя 13.02.- 17.02.2023	Комнатные растения		37 неделя 15.05. – 19.05.2023	Растения Мониторинг
	13 неделя 22.11 – 25.11.2022	Город. Страна (улица, город, страна)		25 неделя 20.02. – 22.02.2023	Защитники Отечества (23 февраля)		38 неделя 22.05. –31.05.2023	Правила безопасности (ОБЖ) Мониторинг

2.2.2. ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Задачи образовательной деятельности	Содержание образовательной деятельности	Результаты образовательной деятельности	
		Достижения ребенка (Что нас радует)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
Младшая группа			
1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. 2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростносиловые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости. 3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя. 4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками 5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.	Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурногигиенических процедур. Физическая культура <i>Порядковые упражнения. Построения и перестроения:</i> свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу. <i>Основные движения. Ходьба.</i> Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. <i>Бег,</i> не опуская головы. <i>Прыжки.</i> Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. <i>Катание, бросание, метание.</i> Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. <i>Лазание</i> по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. <i>Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения:</i> катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых.	● Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. ● При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. ● Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. ● Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. ● С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату. ● С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания.	● Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден. ● Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании). ● Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений. ● Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями. ● Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни. ● Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

	Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.		
Средняя группа			
1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки. 2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость. 3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни. 4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).	Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур. Физическая культура <i>Порядковые упражнения.</i> Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты. <i>Основные движения.</i> Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. <i>Ходьба</i> с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). <i>Бег.</i> Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5×3=15), ведение колонны. <i>Бросание, ловля, метание.</i> Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. <i>Ползание, лазание.</i> Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и	● В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. ● Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук. ● Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. ● Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. ● Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. ● Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх. ● С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы. ● Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае	● Двигательный опыт (объем основных движений) беден. ● Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение. ● Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. ● Движения недостаточно координированы, быстрые, плохо развита крупная и мелкая моторика рук. ● Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости. ● Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо. ● Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. ● У ребенка наблюдается ситуативный интерес к

	ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. <i>Прыжки.</i> Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см). Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. <i>Подвижные игры:</i> правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. <i>Спортивные упражнения.</i> Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуселочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. <i>Ритмические движения:</i> танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.	недомогания. ● Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации. ● Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.	правилам здорового образа жизни и их выполнению. ● Затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит. ● Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого. ● Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.
Старшая группа			
1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). 2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей. 3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях. 4. Развивать творчество в двигательной деятельности. 5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно	Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания. Физическая культура <i>Порядковые упражнения:</i> порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. <i>Общеразвивающие упражнения:</i> четырехчастные, шестичастные	● Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений). ● В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. ● В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. ● Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.	● Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук. ● В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. ● В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности. ● Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям,

организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. 6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу. 7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. 8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения. 9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни. 10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.	традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координаций. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. <i>Ходьба.</i> Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. <i>Бег.</i> На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). <i>Прыжки.</i> На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. <i>Бросание, ловля и метание.</i> «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. <i>Ползание и лазание.</i> Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. <i>Подвижные игры</i> с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на	● Имеет представления о некоторых видах спорта. ● Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. ● Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру. ● Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей. ● Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. ● Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).	избирательности и инициативы при выполнении упражнений. ● Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры. ● Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению в своем поведении основ здорового образа жизни. ● Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные. ● Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.
---	--	--	--

	развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. <i>Спортивные игры.</i> Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. <i>Спортивные упражнения:</i> скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках		
Подготовительная к школе группа			
1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности. 2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях. 3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами. 4. Развивать творчество и инициативу, добываясь выразительного и вариативного выполнения движений. 5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений. 6. Формировать осознанную потребность в двигательной	Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.). Физическая культура <i>Порядковые упражнения.</i> Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. <i>Основные движения.</i> Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге —	● Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные). ● В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. ● Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. ● Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. ● Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку.	● В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости. ● Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. ● Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке. ● Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. ● Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении. ● Проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов (к

активности и физическом совершенствовании. 7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту. 8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей. 9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.	энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. <i>Ходьба.</i> Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. <i>Упражнения в равновесии.</i> Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаясь, сделать фигуру. <i>Бег.</i> Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, ползанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробежать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробежать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробежать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5×10 м). Пробежать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. <i>Прыжки.</i> Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную	Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. ● Имеет начальные представления о некоторых видах спорта. ● Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его. ● Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья. ● Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).	началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками). ● Не имеет привычки к постоянному использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.
---	--	---	--

	скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. <i>Метание.</i> Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. Точное поражение цели. <i>Лазание.</i> Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». <i>Подвижные игры.</i> Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. <i>Спортивные игры.</i> Правила спортивных игр. Городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон: правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. <i>Спортивные упражнения.</i> Ходьба на лыжах: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках: сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате: отталкивание одной ногой. Плавание: скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. Катание на велосипеде: езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.		
--	--	--	--

МЛАДШАЯ ГРУППА

Тема	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
------	------------------------	---------------	----------------	----------------------

		<i>Построение</i>	<i>Ходьба</i>	<i>Бег</i>	<i>Упражнение на дыхание</i>	<i>ОРУ</i>	<i>ОВД</i>	<i>Подвижные игры</i>	<i>Игры малой подвижности, игровые упражнения, релаксация</i>
СЕНТЯБРЬ									
1. «Пойдем в гости к зайчику и лисичке»	1.Обучать бегу за воспитателем стайкой. 2. Обучать ходьбе по извилистой дорожке. 3.Обучать прыгать на всей ступне на носках.	Построение стайкой	Ходьба стайкой за воспитателем	Бег обычный стайкой «Птички полетели»	«Травушка растет»	«Зайчики и белочки»	1.Ходьба по извилистой дорожке шириной 20 см, длиной 3м. 2.Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка)	«Бегите ко мне»	«Через ручеек» Стр. 109 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
2. «В гостях у зайчика»	1.Обучать ползанию по прямой на средних четвереньках. 2.Продолжать обучать ходить стайкой за воспитателем. 3.Продолжать обучать прыжкам на всей ступне.	«Стайкой»	Ходьба парами в стайке за воспитателем	Бег парами в стайке за воспитателем «Птички летают»	«Травушка растет»	«Зайчики и белочки»	1.Прыжки на всей ступне с работой рук (пружинка) 2.Ползание на средних четвереньках по прямой	«Найди зайку»	«Через ручеек» Стр. 109 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
3.«Пойдем в гости к собачке»	1.Обучать бегу врассыпную по залу. 2.Продолжать обучать ходьбе по извилистой дорожке. 3.Продолжать обучать прокатывать мяч двумя руками друг за другом.	Построение врассыпную	Ходьба врассыпную по залу	Бег врассыпную по залу	«Здравствуй, солнышко»	С погремушками	1.Ходьба по извилистой дорожке (ширина 15 см., длина 4м). 2.Катание мяча двумя руками друг другу «собачки играют с мячиком».	Догонялки с персонажем	«По тропинке стр. 109 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
4.«Пойдем в гости к мишке»	1.Обучать ходьбе между двумя параллельными линиями и прокатывать мяч двумя руками друг другу. 2.Продолжать обучать ползанию на средних четвереньках вдоль	Построение врассыпную	Ходьба врассыпную по залу	Бег врассыпную по залу	«Здравствуй, солнышко»	С погремушками	1.Катать мяч двумя руками между двумя параллельными линиями и ходьба за мячом. 2.Пролезание на средних четвереньках по прямой (5- 6 м).	Догонялки с персонажем	стр.110 «По тропинке стр. 109 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»

	параллельных шнуров.								
5.«Птички летают»	1.Обучать бегу в обусловленное место по сигналу. 2.Обучать прыжкам на двух ногах. 3.Продолжать обучать прокатывать мяч друг другу.	Построение врассыпную	Чередование ходьбы врассыпную с ходьбой стойкой	Чередование бега врассыпную с бегом в обусловленное место по сигналу	«Петушок»	«Птички»	1.Прыжки на двух ногах, стоя на месте 2.Прокатывание мяча двумя руками друг за другом	«Птички летите ко мне»	«Подпрыгни до ладони» стр.110 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
6.«Птичий двор»	1.Обучать ходьбе по доске, сохраняя равновесие. 2.Продолжать обучать прыжкам на всей ступне. 3.Продолжать обучать ходьбе и бегать стойкой за воспитателем.	«Стойкой»	Ходьба стойкой за воспитателем	За воспитателем стойкой	«Петушок»	«Птички»	1.Ходьба по доске, шириной 25 см. 2.Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка)	«Наседка и цыплята»	«Подпрыгни до ладони» стр.110 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
7.«Игрушки»	1.Обучать ходьбе в колонне по одному. 2.Продолжать обучать ходьбе по доске, сохраняя равновесие. 3.Продолжать обучать прыжкам на всей ступне.	В колонну по одному «Поезд»	Ходьба в колонне за воспитателем	«Бегите за мной»	«Хлопушка»	«Наши игрушки»	1.Ходьба по доске, шириной 25 см. 2.Прыжки на всей ступне с продвижением вперед	«Принеси игрушку»	«Перенеси игрушку» стр.110 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
8.«Веселые кубики»	1.Обучать ходить в колонне по одному. 2.Продолжать обучать ходить по доске, перешагивая кубики сохраняя равновесие. 3.Продолжать обучать прыжкам на всей ступне вокруг предметов.	В колонну по одному «Поезд»	Ходьба в колонне за воспитателем «Идем за мной»	За воспитателем «Бегите за мной»	«Хлопушка»	С кубиками	1.Ходьба по доске, шириной 25 см, перешагивая кубики 2.Прыжки на всей ступне с продвижением вперед вокруг кубиков	«Поезд»	«Перенеси игрушку» стр.110 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
ОКТАБРЬ									
1.«В гости к куклам»	1.Обучать ходьбе в колонне по одному по заданным	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне друг за другом по	Бег в колонне друг за	«Хлопушка»	«Поиграем с куклами»	1.Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя	«Солнышко и дождик»	«Кто тише?» стр. 112 «Физическое развитие детей 2 – 7

	ориентирам. 2.Продолжать обучать прыжкам на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя. 3.Продолжатьобучать прокатывать мяч друг другу двумя руками.		зрительным ориентирам	другом по зрительным ориентирам			2.Прокатывание мяча друг другу двумя руками (увеличение расстояния)		лет»
2.«В гостях у кукол»	1.Обучать ходьбе перешагивая предметы. 2.Обучать бегу в обусловленное место. 3.Продолжать обучать прыжкам на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя.	Построение в колонну по одному друг за другом	Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	«Хлопушка»	«Поиграем с куклами»	1.Ходьба с перешагиванием через предметы h = 10-15 см 2.Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя «куклы танцуют»	«Солнышко и дождик»	«Кто тише?» стр. 112 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
3.«Пойдем в гости к зверятам»	1.Обучать прокатывать мяч между предметами. 2.Обучать ползать за катящимся предметом. 3.Продолжать обучать бегать в обозначенное место по сигналу.	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Бег в колонне друг за другом	«Дышим лесным воздухом»	«Зверята»	1.Прокатывание мяча между предметами «Мишки играют с мячом» 2.Ползание за мячом	«Зайцы и волк»	«С кочки на кочку» Стр.112 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
4. «В гостях у зайчика»	1.Обучать прыжкам с поворотом вокруг себя. 2.Продолжать обучать прокатывать мяч между предметами. 3.Продолжать обучать бегу в обозначенное место по сигналу.	Построение в колонну по одному друг за другом	Ходьба в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Бег в колонне друг за другом	«Дышим лесным воздухом»	«Зверята»	1.Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя «как зайчики» 2.Прокатывать мяч между предметами «зайчики играют»	«Зайцы и волк»	«С кочки на кочку» Стр.112 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
5.«Собираем яблоки»	1.Обучать прокатывать мяч от черты. 2.Продолжать ходьбе и бегу в колонне по	Построение в колонну друг за другом	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом по зрительным	«Шарик»	С мячами	1.Ходьба по прямой дорожке 2.Катание мяча в ворота	«Найди свой домик»	«Поймай мяч» стр.114 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»

	одному. 3.Продолжать обучать ходить по дорожке, сохраняя равновесие.			ориентирам					
6.«Веселые мячики»	1.Продолжать обучать ходьбе и бегу в колонне по одному. 2.Продолжать обучать прокатывать мяч от черты. 3.Упражнять в прыжках на носочках.	Построение в колонну друг за другом	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом	«Шарик»	С мячами	1.Прокатывание мяча от черты и бег за ним по сигналу 2.Прыжки на носочках «Достань мячик»	«Найди свой домик»	«Поймай мяч» стр.114 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
7. «В гости к цыплятам»	1.Обучать ходьбе по наклонной доске. 2.Продолжать обучать ходьбе и бегу в колонне по одному. 3.Продолжать обучать прокатывать мяч между предметами.	Построение в шеренгу	В колонне по одному, по прямой, по кругу	В колонне по одному, по прямой, по кругу	«Здравствуй, солнышко»	«Цыплята»	1.Ходьба по наклонной доске «по мостику» 2.Катание мяча между предметами	«Наседка и цыплята»	«Пройди по дорожке» Стр.112 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
8.«Поможем маме курице»	1.Обучать ходьбе на высоких четвереньках. 2.Продолжать обучать прокатывать мяч в разных направлениях. 3.Продолжать обучать ходьбе и бегу в колонне по одному.	Построение в шеренгу	В колонне по одному, по кругу	В колонне по одному, по кругу	«Здравствуй, солнышко»	«Цыплята»	1.Прокатывание мяча до ориентира 2.Ползание на четвереньках в прямом направлении	«Наседка и цыплята»	«Пройди по дорожке» Стр.112 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
НОЯБРЬ									
1.«Машины»	1.Обучать бегу в обозначенное место по сигналу. 2.Продолжать обучать ходьбе по наклонной доске, сохраняя равновесие. 3.Равивать быстроту.	Построение в колонну по росту	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением	«Насос»	«Машины»	1.Бег в обозначенное место по сигналу 2.Ходьба по наклонной доске и спуск с нее	«Воробушек и автомобили»	«Пройди и не сбей» Стр.115 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
2.«Едем на машине»	1.Продолжать обучать прыжкам на двух ногах до ориентира. 2.Упражнять в	Построение в колонну по росту	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом	«Насос»	«Машины»	1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед 2.Прокатывание мяча	«Воробушек и автомобили»	«Пройди и не сбей» Стр.115 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»

	прокатывании мяча между предметами. 3.Развивать ловкость.						между предметами		лет»
3.«Наши любимые игрушки»	1.Обучать ползанию по туннелю на низких четвереньках. 2.Упражнять в ходьбе по наклонной доске, сохраняя равновесие. 3.Упражнять в беге со сменой темпа.	Построение в колонну по росту	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением	«Воздушные шары»	С погремушками	1.Ходьба по наклонной доске и спуск с нее 2.Ползание на низких четвереньках по туннелю	«Найди игрушку»	«Игрушки спят» Ходьба врассыпную под стихотворение, лечь на коврики
4. «В гости к игрушкам»	1.Продолжать обучать ползать по туннелю на низких четвереньках. 2.Упражнять в прокатывании мяча по прямой. 3.Упражнять в беге со сменой темпа.	Построение в колонну по росту	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением	«Воздушные шары»	С погремушками	1.Прокатывание мяча по прямой 2.Ползание на низких четвереньках по туннелю	«Найди игрушку»	«Игрушки спят» Ходьба врассыпную под стихотворение, лечь на коврики
5.«Путешествие в лес на автобусе»	1.Обучать ползать на средних четвереньках по скамейке. 2.Упражнять в ходьбе по наклонной доске и спуск с нее. 3.Упражнять в беге парами.	Построение в колонну парами	Ходьба в колонне парами	Бег в колонне парами, взявшись за руки	«Здравствуй, солнышко»	С кольцами	1.Ползание на средних четвереньках по скамейке 2.Ходьба по наклонной доске и спуск с нее	«По ровненькой дорожке»	«Попади в круг» Стр. 116 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
6.«Прогулка в лес»	1.Обучать прокатывать мяч под дугу. 2.Упражнять в прыжках на двух ногах на месте в паре. 3.Упражнять в беге парами.	Построение в колонну парами	Ходьба в колонне парами	Бег в колонне парами, взявшись за руки	«Здравствуй, солнышко»	С кольцами	1.Прокатывание мяча под дугу 2.Прыжки на двух ногах на месте в паре	«По ровненькой дорожке»	«Попади в круг» Стр. 116 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
7. «В гости к лисятам»	1.Обучать перепрыгивать через шнур, положенный на полу. 2.Упражнять в прокатывании мяча в	Построение в колонну по росту	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом с ускорением и	«Часики»	«Лисята»	1.Перепрыгивание через шнур положенный на полу 2. Прокатывание мяча в прямом направлении	«Лисята и волк»	«По трудной дорожке» стр.115 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»

	прямом направлении. 3.Упражнять в беге со сменой темпа.			замедлением					
8. «В гостях у лисят»	1.Обучать ходить между кубиками, положенными в одну линию. 2.Продолжать обучать перепрыгивать через шнур, положенный на полу. 3.Упражнять в беге со сменой темпа.	Построение в колонну по росту	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением	«Часики»	«Лисята»	1.Ходьба между кубиками, положенными в одну линию 2.Перепрыгивание через шнур, положенный на полу	«Лисята и волк»	«По трудной дорожке» стр.115 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
ДЕКАБРЬ									
1.«Прогулка в зимний лес»	1.Обучать ходьбе по скамейке и прыгивать на обе ноги в обозначенное место. 2.Обучать подлезанию в ворота на низких четвереньках.	Перестроение в колонну по росту с перестроением в рассыпную по залу	Ходьба в колонне друг за другом змейкой	Бег в колонне друг за другом змейкой	«Подуем на снежинку»	Комплекс со снежками	1.Ходьба по гимнастической скамейке и прыгивание в обозначенное место 2.Подлезание на низких четвереньках в ворота «тигрята»	«Лошадки»	«Заморожу»
2. «В гости к лесным зверятам»	1.Оучать бросать мяч в корзину. 2.Продолжать обучать подлезать в ворота на низких четвереньках. 3.Развивать выносливость.	Перестроение в колонну по росту с перестроением в рассыпную по залу	Ходьба в колонне друг за другом змейкой	Бег в колонне друг за другом змейкой	«Подуем на снежинку»	Комплекс со снежками	1.Бросание мяча в корзину 2.Подлезание на низких четвереньках в ворота	«Лошадки»	«Заморожу»
3.«Любимые игрушки»	1.Обучать прыгать вверх с целью достать предмет. 2.Упражнять в прокатывании мяча по прямой. 3.Закреплять ходьбу по залу со сменой направления и реагировать на сигнал воспитателя.	Перестроение в колонну по росту с перестроением в рассыпную по залу	Ходьба в колонне друг за другом	Бег в колонне друг за другом	«Хлопушка»	С погремушками	1.Прыжки вверх с целью достать снежки на обруче 2.Прокатывание мяча по прямой	«Найди свой домик»	«Игрушки спят» Ходьба в рассыпную под стихотворение, лечь на коврики
4.Наши игрушки»	1.Обучать подлезать под дугу, не касаясь	Перестроение в колонну по	Ходьба в колонне друг	Бег в колонне	«Хлопушка»	С погремушка	1.Подлезать под дугу не касаясь руками пола.	«Найди свой	«Игрушки спят» Ходьба в рассыпную

	руками пола. 2.Упражнять в прыжках с целью достать предмет. 3. Развивать быстроту.	росту с перестроение м врассыпную по залу	за другом	друг за другом		ми	2.Прыжки вверх с целью достать предмет.	домик»	под стихотворение, лечь на коврики
5.«Мы веселые спортсмены»	1.Упражнять в бросании мяча в корзину. 2.Упражнять в ходьбе по скамейке. 3.Закрепить умение бегать друг за другом змейкой.	Перестроение в колонну	Ходьба в колонне змейкой	Бег в колонне друг за другом змейкой между предметами	«Часики»	«Физкульту рники»	1.Бросание мяча в корзину. 2.Ходьба по скамейке.	«Не опоздай» стр. 123 Т.И. Осокина	Игра «Мизинчик» стр.130 «Развивающие игры для детей»
6.«Физкульту рники»	1.Продолжать обучать бегать в колонне друг за другом змейкой. 2.Упражнять в бросании мяча в корзину. 3.Упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола.	Перестроение в колонну	Ходьба в колонне змейкой	Бег в колонне друг за другом змейкой между предметами	«Часики»	«Физкульту рники»	1.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола 2.Бросание мяча в корзину.	«Не опоздай»	Игра «Мизинчик» стр.130 «Развивающие игры для детей»
7. «В цирке»	1.Обучать бросать мяч об пол и ловить мяч двумя руками. 2.Упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола. 3.Упражнять в ходьбе, со сменой направления по сигналу.	Построение в шеренгу и равнение по линии с поворотом в колонну друг за другом	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки, сменой направления по сигналу «Карусели»	Бег по кругу взявшись за руки со сменой направлена по сигналу «Карусели»	«Воздушные шары»	«Цирковое представле ние»	1.Бросание мяча об пол и ловля «жонглеры» 2.Подлезание под несколько дуг «львы на арене»	«Дрессиров ка животных» дети изображают действия и повадки животных по показу воспитателя	Карточка №4 «Пёс»
8.«Цирковое представлени е»	1.Обучать ходить по скамейке перешагивая кубики и прыгивать в обозначенное место. 2.Упражнять в ходьбе, со сменой направления по сигналу.	Построение в шеренгу и равнение по линии с поворотом в колонну друг за другом	Ходьба в колонне по кругу, взявшись за руки, сменой направления по сигналу	Бег по кругу взявшись за руки со сменой направлена по сигналу	«Воздушные шары»	«Цирковое представле ние»	1.Ходьба по скамейке перешагивая кубики 2.Спрыгивать со скамейки в обозначенное место на обе ноги. «гимнасты»	«Дрессиров ка животных»	Карточка №4 «Пёс»

	3.Развивать внимание.								
ЯНВАРЬ									
1.«Магазин игрушек»	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке приставляя пятку к носку. 2.Упражнять в прыжках с высоты в обозначенное место. 3.Закрепить бег в заданном направлении змейкой.	Построение в шеренгу, равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонне	Ходьба в колонне в заданном направлении змейкой	Бег в колонне друг за другом в заданном направлении	«Хлопушка»	Комплекс «Мы как игрушки»	1.Ходьба по гимнастической скамейке приставляя пятку к носку 2.Прыжки с высоты в обозначенное место h-20см	«Найди себе пару»	Карточка №14 «Найди игрушку»
2.«На самолете»	1. Обучать бросать мяч об пол двумя руками и ловить его. 2.Продолжать обучать ходить по скамейке приставляя пятку к носку. 3.Упражнять в беге змейкой.	Построение в шеренгу, равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колонне	Ходьба в колонне в заданном направлении с ускорением и замедлением	Бег в колонне друг за другом в заданном направлении	«Хлопушка»	Комплекс «Самолет»	1.Бросание мяча об пол двумя руками и ловить его 2.Ходьба по скамейке приставляя пятку к носку	«Самолеты»	Карточка №16 «Тихо-громко»
3.«Поиграем с разноцветными мячами»	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке с мячом над головой. 2.Упражнять в бросании мяча об пол двумя руками и ловить его. 3.Упражнять в беге с остановкой по сигналу.	Построение в шеренгу с перестроение м в круг	Ходьба шеренгой с одной стороны площадки на другую	Бег в колонне друг за другом с остановкой по сигналу (приседание)	«Часики»	Комплекс «Поиграем с разноцветными мячами»	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой 2.Бросание мяча об пол двумя руками и ловля его	«Поймай мяч» стр. 126 Т. И. Осокина	Карточка №18 «Как зимой нам поиграть»
4.«Мы играем с мячиками»	1.Обучать ловить мяч брошенный воспитателем. 2.Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мячом над головой. 3. Упражнять в беге с остановкой по сигналу.	Построение в шеренгу с перестроение м в круг	Ходьба шеренгой с одной стороны площадки на другую	Бег в колонне друг за другом с остановкой по сигналу (приседание)	«Часики»	Комплекс «Поиграем с разноцветными мячами»	1.Ловля мяча брошенного воспитателем 2. Ходить по гимнастической скамейке с мячом над головой	«Подбрось повыше» стр.126 Т.И. Осокина	Карточка №18 «Как зимой нам поиграть»

5.«Наши игрушки»	1.Обучать прыгать в длину с места. 2.Упражнять в ловле мяча, брошенного воспитателем. 3. Развивать быстроту.	В колонну по одному	Ходьба с заданиями для рук и ног	Бег с изменением темпа	«Воздушный шарик»	Комплекс «Игрушки»	1.Прыжки в длину с места (расстояние 40 см) 2.Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 1- 1,5 м)	«Бегите к флажку»	Карточка №13 «Снежинки и ветер»
6.«Поиграем с игрушками»	1.Обучать пролезать в вертикальный обруч, не касаясь руками пола. 2.Упражнять в прыжках в длину с места. 3.Упражнять в беге с изменением темпа.	В колонну по одному	Ходьба с заданиями для рук и ног	Бег с изменением темпа	«Воздушный шарик»	Комплекс «Игрушки»	1.Пролезание в вертикальный обруч, не касаясь руками пола 2. Прыжки в длину с места (расстояние 40 см)	«Найди свой домик» стр. 89 А. И. Сорокина	Карточка №13 «Снежинки и ветер»
7.«Веселые мышки»	1.Обучать подниматься по наклонной доске вверх и спускаться с нее. 2.Упражнять в пролезании в вертикальный обруч, не касаясь руками пола. 3.Упражнять в беге с изменением темпа.	В колонну по двое	Всей группой на другую сторону зала	Бег с изменением темпа	«Дудочка»	Комплекс «Мышки»	1.Подниматься по наклонной доске вверх и спускаться с нее 2.Пролезание в вертикальный обруч, не касаясь руками пола	«Мыши и кот»	Карточка №22 «Петрушка»
8.«Ребята, давайте жить дружно!» (музыка из мультфильма «Про кота Леопольда»)	1.Обучать метать вдаль правой и левой рукой. 2.Упражнять в поднимании по наклонной доске вверх и спускаться с нее. 3.Закрепить ходьбу всей группой на другую сторону зала.	В колонну по двое	Всей группой на другую сторону зала	Бег с изменением темпа	«Дудочка»	Комплекс «Мышки»	1.Метание вдаль правой и левой рукой 2.Поднимание по наклонной доске вверх и спускаться с нее	«Мыши и кот»	Карточка №22 «Петрушка»
ФЕВРАЛЬ									
1.«Цирковые собачки»	1.Обучать бросать мячик в	В круг	На носках с высоким	С ускорением	«Шарик»	Комплекс «Собачки в	1.Бросание мяча в горизонтальную цель	«Лохматый пес»	Пальчиковая гимнастика

	горизонтальную цель. 2.Упражнять в прыжках вверх с целью достать предмет. 3. Развивать быстроту.		подниманием колен	и замедлением		цирке»	2.Прыжки вверх с целью достать предмет «Достань снежинку»		«Собачка»
2.«Веселые клоуны»	1.Обучать бросать мяч в горизонтальную цель двумя руками снизу. 2.Упражнять в ползании на низких четвереньках. 3.Упражнять в беге с высоким подниманием колена.	В круг	На носках с высоким подниманием колен	С ускорением и замедлением	«Шарик»	Комплекс «Клоуны выступают на арене»	1.Бросание мяча в горизонтальную цель «брось дальше» 2.Ползание на четвереньках «Кто быстрее доползет до погремушки»	«Догони меня» стр.91 Тематическое планирование в ДОУ»	Карточка №23 «Хочешь с нами поиграть?»
3. «В гости к белочкам»	1.Обучать ползать на средних четвереньках по прямой. 2.Закрепить бросание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу. 3.Упражнять в ходьбе змейкой.	В колонну по одному	Змейкой врассыпную	Бег на носочках в колонне по одному	«Подуем на снежинку»	Комплекс «Белочки»	1.Бросание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу 2.Ползание на средних четвереньках по прямой	«Белочки собирают орешки»	Пальчиковая гимнастика «Едет белка на тележке»
4. «Прогулка в зимний лес»	1.Обучать бросать мяч в горизонтальную цель обеими руками от груди. 2.Упражнять в прыжках вверх с места с целью достать предмет. 3. Развивать глазомер.	В колонну по одному	Змейкой врассыпную	Бег на носочках в колонне по одному	«Подуем на снежинку»	Комплекс «Играем в снежки»	1.Бросание мяча в горизонтальную цель обеими руками от груди 2.Прыжках вверх с места с целью достать предмет	«Хоровод» стр. 81 «Тематическое планирование в ДОУ»	Под музыкальное сопровождение «Падает снег» Мелодия «Зимняя сказка»
5.«Волшебные шнурочки»	1.Обучать прыгать в длину с места через две линии. 2.Обучать ходить перешагивая через шнуры. 3. Упражнять в беге с высоким	В шеренгу	На носках, с высоким подниманием колен, с остановкой по сигналу	Легкий бег на носочках	«Дудочка»	Комплекс со шнурами	1.Прыжки в длину с места через две линии 2. Ходьба перешагивая через шнуры	«Перенеси предмет» стр. 83 «Тематическое планирование в ДОУ»	Под музыкальное сопровождение «Падает снег» Мелодия «Зимняя сказка»

	подниманием колен.								
6.«Прилетели воробышки»	1.Продолжать обучать прыгать в длину с места через две линии. 2.Упражнять в подлезании в ворота, не касаясь руками пола. 3.Упражнять в беге с подниманием колен.	В шеренгу	На носках, с высоким подниманием колен, с остановкой по сигналу	Бег в чередовании с прыжками	«Дышим носом»	Комплекс «Воробышки»	1.Прыжки в длину с места через две линии 2. Подлезание в ворота, не касаясь руками пола	«Воробышки и кот»	Под музыкальное сопровождение «Падает снег» Мелодия «Зимняя сказка»
7.«Мы собираемся гулять»	1.Обучать перешагивать череп палки. 2.Упражнять в прыжках в длину с места через две линии. 3.Упражнять в ходьбе с заданиями по сигналу.	Построение в круг	С остановкой, приседанием	Врассыпную	«Солнышко»	Комплекс «Мы собираемся гулять» стр. 37 Ю.А. Кириллова	1.Перешагивание череп палки 2.Прыжки в длину с места через две линии	«Мы собираемся гулять» стр.38	Под музыкальное сопровождение «Падает снег» Мелодия «Зимняя сказка»
8.«Мы солдаты»	1.Обучать бросать мяч в горизонтальную цель правой и левой рукой. 2.Упражнять в подлезании под препятствия не касаясь руками пола. 3.Упражнять в беге змейкой.	В шеренгу	«Мы солдаты»	С ускорением и замедлением	«Дышим носом»	Комплекс «Солдаты»	1.Бросание мяч в горизонтальную цель правой и левой рукой 2.Подлезание под препятствия не касаясь руками пола	«Самолеты»	«Перенеси флажок» Стр.123 «Физическое развитие детей 2 – 7 лет»
МАРТ									
1«Лесная школа»	1.Обучать ходить по кирпичикам, сохранять равновесие. 2.Упражнять в бросании мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. 3.Упражнять в беге по извилистой дорожке.	В круг	По «медвежьей»	По извилистой дорожке	«Дышим лесным воздухом»	«Мишка» №9	1.Ходьба по кирпичикам, сохранять равновесие 2.Бросание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой	«У медведя во бору»	Карточка №34 «Шарик»
2. «В гости к	1.Обучать бросать мяч	В круг	По	По	«Дышим	«Мишка»	1.Бросание мяча двумя	«Брось и	Карточка №34

мишке»	двумя руками из-за головы. 2.Продолжать обучать ходить по кирпичикам, сохранять равновесие. 3.Упражнять в беге в обозначенное место.		«медвежь»	извилистой дорожке	лесным воздухом»	№9	руками из-за головы 2. Ходьба по кирпичикам, сохранять равновесие	догони»	«Шарик»
3.«Весенние забавы»	1.Обучать ползать по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине и спускаться с лесенки. 2.Упражнять в прыжках со сменой положения ног способом врозь – вместе. 3. Развивать ловкость.	В колонну по одному	Со сменой направления по сигналу	По кругу взявшись за руку	«Здравствуй, солнышко!»	Комплекс №14	1.Ползание по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине и спускаться с лесенки 2.Прыжки со сменой положения ног способом врозь – вместе (на месте)	«Птички в гнездышках »	Ходьба в колонне друг за другом «Чижи, чижи, чижи, чок, где ты дедушка молчок...»
4.«Весна пришла»	1.Обучать ходить по кочкам, сохраняя равновесие. 2. Упражнять ползать по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине и спускаться с лесенки. 3.Упражнять в беге в обозначенное место.	В колонну по одному	Со сменой направления по сигналу	По кругу взявшись за руку	«Здравствуй, солнышко!»	Комплекс №14	1.Ходьба по кочкам, расположенным на расстоянии 20 см. друг от друга 2.Ползание по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине и спускаться с лесенки	«Птички в гнездышках »	Ходьба в колонне друг за другом «Чижи, чижи, чижи, чок, где ты дедушка молчок...»
5.«Лесное путешествие»	1.Обучать бросать мяч двумя руками из – за головы через веревку. 2. Упражнять ходить по кочкам, сохраняя равновесие. 3.Развивать ловкость	В шеренгу	Ходьба широким и мелким шагом	Бег по извилистой дорожке	«Дышим лесным воздухом»	«Зверята» №4	1.Бросание мяча двумя руками из – за головы через веревку 2.Ходить по кочкам, сохраняя равновесие	«Зайцы и волк»	Ходьба Враспынную под музыку «Зима в лесу» Зимние сюжеты в произведениях классической музыки
6. «В гости к зверятам»	1.Обучать ходьбе по наклонной доске. 2.Упражнять в бросании мяча двумя руками из – за головы.	В шеренгу	Ходьба широким и мелким шагом	Бег по извилистой дорожке	«Дышим лесным воздухом»	«Зверята» №4	1.Лазание по лесенке вверх и спускаться произвольным способом	«Зайцы и волк»	Ходьба Враспынную под музыку «Зима в лесу» Зимние сюжеты в

	3. Развивать быстроту.						2.Бросание мяча двумя руками из – за головы через веревку		произведениях классической музыки
7.«Палочка выручалочка»	1.Обучать прыгать через предметы на двух ногах. 2. Упражнять ходьбе по наклонной доске. 3. Развивать ловкость.	Построение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба на носках, на пятках	Бег по кругу взявшись за руки	«Дудочка»	С палками №11	1.Прыжки через предметы h = 5- 10 см. 2.Лазание по лесенке вверх и спускаться произвольным способом	«Птички летают»	Игра малой подвижности «За весною» стр. 157 Ю.А. Кириллова
8.«Веселые белочки»	1.Обучать бросать мяч друг другу снизу. 2.Упражнять в прыжках через предметы на двух ногах. 3. Развивать быстроту.	Построение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба на носках, на пятках	Бег по кругу взявшись за руки	«Дышим воздухом»	Комплекс с малыми мячами	1.Бросание мяча друг другу, ловить брошенный мяч 2.Прыжки через предметы на двух ногах	«Белочки собирают орешки»	Игра малой подвижности «За весною»
АПРЕЛЬ									
1.«Мишкина школа»	Обучать бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. 2.Продолжать обучать лазать по лесенке приставным шагом. 3. Развивать быстроту.	Построение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющими и по ориентиру	Ходьба с дополнительными заданиями для рук	Бег с ускорением и замедлением	«Мишка просыпается»	«Мишка»	1.Бросание мяча о землю и ловить его (2-3 раза подряд) 2.Лазание по лесенке «как мишка»	«У медведя во бору»	«Танец медвежат» стр.75 Е.Н. Вареник
2.«Лесная школа»	1.Обучать ходить по ребристой доске перешагивая предметы. 2.Продолжать обучать бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. 3. Развивать ловкость.	Построение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющими и по ориентиру	Ходьба с дополнительными заданиями для рук	Бег по извилистой дорожке	«Дышим воздухом»	Комплекс №4	1.Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы с мячом 2.Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками	«Пузырь»	«В лес» стр.87 Е.Н.Вареник
3.«Мы в космосе»	1.Обучать ходить по скамейке, перешагивая кубики, сохранять равновесие. 2.Закрепить бросание	Построение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющими	Ходьба с остановкой по сигналу	Бег руки в стороны «В невесомости»	«Задержка дыхания»	Комплекс №10	1.Ходьба по доске, перешагивая кубики, сохранять равновесие 2.Броосание мяча о землю и ловля его	«Найди свою звезду»	Ходьба врассыпную под музыку «В невесомости» композиция «Поход» композитора

	мяча о землю и ловля его двумя руками. 3.Развивать равновесие.	м и по ориентиру					двумя руками		Эдуарда Артемьева
4.«Мы любим играть»	1.Обучать прыжкам с места с целью достать предмет. 2.Продолжать обучать ходьбе по скамейке, приставляя пятку к носку. 3. Развивать быстроту.	В колонну по два за звеньевым	Ходьба с остановкой по сигналу	Бег с высоким подниманием колен «Через лужи»	«Задержка дыхания»	Комплекс №10	1.Прыжки с места с целью достать предмет 2. Ходьба по скамейке, приставляя пятку к носку	«Солнышко и дождик»	Карточка №9 «Девочки и мальчики»
5.«Путешествие бумажного кораблика» стр. 170 Ю.А. Кириллова	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке боком. 2.Совершенствовать прыжки с места с целью достать предмет. 3.Развивать быстроту.	В колонну по два за звеньевым	Ходьба под речевое сопровождение	Бег между веревочками «плывет кораблик»	«Ветерок подгоняет кораблик»	Комплекс «Бумажные кораблики»	1.Ходьба по гимнастической скамейке боком 2.Прыжки с места с целью достать предмет	«Перенеси кораблик»	Игра с речевым сопровождением А. Барто «Матросская шапка»
6.«Самолеты»	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями для рук. 2.Закрепить прыжки с места с целью достать предмет. 3.Развивать быстроту.	В круг	Ходьба руки в стороны «крылья у самолетов»	Бег в колонне друг за другом «Самолеты»	«Гудит мотор»	Комплекс «Самолеты»	1.Ходьба по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями для рук «летят самолеты» 2.Закрепить прыжки с места с целью достать предмет	«Самолеты»	Ходьба под речевое сопровождение стихотворение О. Высотской «Самолет» стр.149 Ю. А. Кириллова
7.«Морское путешествие»	1.Обучать прыгать через кубики, мягко приземляясь на обе ноги. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями для рук. 3.Развивать равновесие.	В круг	Ходьба между веревочками «плывет кораблик»	Бег с ускорением и замедлением «плывет кораблик»	«Шум моря»	Комплекс № 13 «Рыбки»	1.Прыжки через кубики, мягко приземляясь на обе ноги 2.Ходьба по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями для рук	«Удочка»	Карточка №3 «Тишина у пруда»
8.«Птички»	1.Обучать бросать мяч	В колонну по	Ходьба под	Бег друг за	«Птички	Комплекс	1.Бросание мяча через	«Птички в	Игра с речевым

	через веревку из – за головы. 2.Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями для рук. 3.Развивать ловкость.	два за звеньевым	речевое сопровождение	другом «птички летят»	машут крылышками»	«Гули гуленьки» стр. 124	веревку из – за головы 2.Ходьба по гимнастической скамейке с дополнительными заданиями для рук	гнездышках»	сопровождением «Птички» стр.123 Ю.А. Кириллова
МАЙ									
1.«Насекомые друзья»	1.Обучать прыгать в длину с места, мягко приземляться на обе ноги. 2.Упражнять в ходьбе по скамейке. 3.Упражнять в беге в указанное место.	В круг	Змейка между кеглями	По сигналу в указанное место	«Жук жужжит»	Комплекс №15 «Насекомые друзья»	1.Прыжки в длину с места «кузнечики» 2.Ходьба по гимнастической скамейке держа руки на поясе «муравьишки»	«Поймай комара»	«Веселые бабочки» стр.167 Ю.А. Кириллова
2.«Веселые кузнечики»	1.Обучать прокатывать мяч на средних четвереньках друг другу. 2.Упражнять в прыжках в длину с места. 3.Упражнять в беге в указанное место.	В круг	Змейка между кеглями	По сигналу в указанное место	«Жук жужжит»	Комплекс «Веселые кузнечики»	1.Прокатывание мяча друг другу из положения стоя на средних четвереньках 2.Прыжки в длину с места «кузнечики»	«Прыгают кузнечики»	«Веселые кузнечики» стр.167 Ю.А. Кириллова
3.«Мы как белочки»	1.Обучать лазать по наклонной лестнице вверх и спускаться с нее. 2.Упражнять в прокатывании мяча на средних четвереньках друг другу. 3.Закреплять умение строиться в две колонны.	В колонну по два	Ходьба в чередовании с прыжками «белочки скачут по веточкам»	С ускорением	«Здравствуй, солнышко»	Комплекс «Белочки собирают орешки»	1.Ходьба по доске, с перешагиванием через бруски «белочки скачут по веточкам» 2.Лазание по наклонной лестнице «как белочки»	«Белочки собирают орешки»	Карточка №25 «Держи не урони»
4.«Мы как зайчики»	1.Упражнять в прыжках в длину с места. 2.Совершенствовать прокатывание мяча на	В колонну по два	Ходьба в чередовании с прыжками «зайки прыгают»	С ускорением	«Здравствуй, солнышко»	Комплекс «Зайцы делают зарядку»	1.Прыжки в длину с места «зайки прыгают» 2.Прокатывание мяча на средних четвереньках друг	«Зайцы и волк»	Карточка №25 «Держи не урони»

	средних четвереньках друг другу. 3.Закреплять умение бегать в указанное место.						другу.		
5.«Мы великаны»	1.Упражнять в ходьбе по скамейке перешагивая кубики. 2.Совершенствовать в метании мешочков вдаль за линию правой и левой рукой. 3.Закреплять умение ходить на носочках, высоко поднимая колени.	В колонну по одному	Широким шагом	В быстром темпе	«Вырасти большой»	Комплекс с большими мячами «Мы сильные»	1.Ходьба по скамейке перешагивая кубики «у великанов большие ноги» 2.Метание мешочков вдаль за линию правой и левой рукой «сильные великаны»	«Пузырь»	Карточка №10 «Это я»
6.«Веселые котята»	1.Продолжать обучать бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. 2.Совершенствовать в ползании на четвереньках по скамейке. 3.Упражнять в беге с ускорением и замедлением.	В колонну по одному	Идем тихо «мягкие лапки у котят»	В быстром и медленном темпе	«Вырасти большой»	Комплекс «Котята»	1.Бросание мяча вверх и ловить его двумя руками 2. Ползании на четвереньках по скамейке	«Кот и мыши»	Ходьба под речевое сопровождение «Потешки о котике»
7.«Волшебники»	1.Совершенствовать лазанье по наклонной лестнице вверх и спускаться с нее. 2.Упражнять в ползании на четвереньках по скамейке. 3.Закреплять умение строиться в колонну по два.	В колонну по два	Ходьба на носках, на пятках	Бег с изменением темпа	«Волшебный цветок распускается»	Комплекс «Волшебный шнурок»	1.Лазанье по наклонной лестнице вверх и спускаться с нее «волшебный мостик» 2.Ползании на четвереньках по скамейке «высокий замок»	«Найди волшебный цветок» стр.161 Ю.А.Кириллова	Карточка №10 «Это я»
8.«Чудесный лес»	1.Совершенствовать бросание мяча о землю и ловля его двумя руками.	В колонну по два	Ходьба высоко поднимая колени	Бег на носочках «по узкой дорожке»	«Лес шумит»	Комплекс «На лесной полянке»	1.Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками «белочки бросают орешки»	«Найди зайку»	Карточка №3 «Тишина у пруда»

	2.Упражнять в ходьбе по скамейке. 3.Закреплять умение строиться в колонну по два.		«перешагиваем ветки»				2.Ходьба по скамейке «идем по мостику»		
--	--	--	----------------------	--	--	--	---	--	--

СРЕДНЯЯ ГРУППА

№ Тема	Программное содержание	Вводная часть				Основная часть			Заключительная часть
		Построение	Ходьба	Бег	Упражнение на дыхание	ОРУ	ОВД	Подвижные игры	Релаксация, игры малой подвижности, игровые упражнения
Сентябрь									
1.Сюжетный «Прогулка в осенний лес»	1.Обучать ходить по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы. 2.Совершенствовать прыжки на двух ногах на месте. 3.Закрепить прокатывание мячей друг другу.	Построение в колонну по одному (по росту)	Ходьба на носках, на пятках, на наружном крае стопы «мишки»	Бег на месте с переходом в движение и наоборот (по сигналу) «по лесной дорожке»	«Лес шумит»	Комплекс №1 «В лесу»	1.Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через осенние листочки 2.Прыжки на двух ногах на месте 3.Прокатывание мячей друг другу	«У медведя во бору» стр.98 А.И. Сорокина	Ходьба под музыку «Звуки леса» Звуки природы: «Золотая осень»
2.Сюжетный «Экскурсия в осенний лес на поезде»	1.Обучать ползать на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м) 2. Совершенствовать ходьбу по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы. 3. Закрепить прыжки на двух ногах на месте.	Построение в колонну по одному по росту, держась за шнур	Ходьба на носках, на пятках держась за длинный шнур	Бег с изменением темпа движения, держась за шнур	«Лес шумит»	Комплекс №1 «В лесу»	1.Учит ползать на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м) 2. Совершенствовать ходьбу по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы 3. Закрепить прыжки на двух ногах на месте	«Зайцы и волк» стр. 100 А.И. Сорокина	Ходьба под музыку «Звуки леса» Звуки природы: «Золотая осень»
3.Сюжетный «На день рождения куклы Маши»	1.Обучать прокатывать обруч друг другу по прямой. 2.Совершенствовать ползание на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м) 3.Закрепить ходьбу по	Равнение по ориентиру	Ходьба по кругу взявшись за руки с ускорением и	Бег взявшись за руку (цепочкой со сменой направления	«Наши носики»	«Печем праздничный пирог»	1. Прокатывать обруч друг другу по прямой 2 Ползание на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м)	«Подарки» стр. 103 А.И. Сорокина	«Посидим в тишине» Е. Благинина под речевое сопровождение

	извилистой дорожке с перешагиванием через предметы.		замедление м темпа (поздравляем куклу с днем рождения)	я			3. Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы. (играем с куклой)		
4. Сюжетный «На именины к мишке»	1. Обучать прыгать на двух ногах поочередно через 5 – 6 линий. 2. Совершенствовать прокатывание обруча друг другу по прямой. 3. Закрепить ползание на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м)	Равнение по ориентиру	Чередование обычной ходьбы с ходьбой с закрытыми глазами (3-4 м)	Бег со сменой направления по звуковому сигналу	«Наши носики»	«Печем праздничный пирог»	1. Прыгать на двух ногах поочередно через 5 – 6 линий (расстояние между ними 40 – 50 см.) 2. Совершенствовать прокатывание обруча друг другу по прямой 3. Закрепить ползание на четвереньках (средних, низких; расстояние 10 м) (играем с мишкой)	«Подарки»	«Посидим в тишине» под речевое сопровождение
5. Сюжетный «Веселая карусель»	1. Обучать ходить по шнуру, по прямой. 2. Совершенствовать прыжки на двух ногах поочередно через 5 – 6 линий. 3. Закрепить прокатывание обруча друг другу по прямой.	Нахождение своего места в колонне по росту	Ходьба со сменой направления (с поворотом кругом по зрительному сигналу)	Чередование бега в колонне по кругу с бегом в рассыпную по залу	«Дразнилка»	С мелкими игрушками	1. Ходить по шнуру, по прямой 2. Прыжки на двух ногах поочередно через 5 – 6 линий 3. Прокатывание обруча друг другу по прямой	«Карусель» стр. 111 А.И. Сорокина	«Молчок» Стр.100 Е. Н. Вареник
6. Сюжетный «Ярмарка»	1. Обучать прокатывать мяч друг другу двумя и одной рукой. 2. Совершенствовать ходьбу по шнуру, по прямой. 2. Закрепить прыжки на двух ногах поочередно через 5 – 6 линий.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентирам	Ходьба приставным шагом	Бег в колонне с чередованием бега с высоким подниманием бедер	«Дразнилка»	С мелкими игрушками	1. Прокатывать мяч друг другу двумя и одной рукой 2. Ходьбу по шнуру, по прямой 2. Прыжки на двух ногах поочередно через 5 – 6 линий	«Карусель» стр. 111 А.И. Сорокина	«Молчок» Стр.100 Е. Н. Вареник
7. Сюжетный «Цирк»	1. Обучать ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2. Совершенствовать прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентирам	Ходьба приставным шагом вперед и назад	Бег мелким и широким шагом	«Шар лопнул»	«Животные на арене»	1. Ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 2. Совершенствовать прокатывание мяча	«Лошадки» стр. 99 А. И. Сорокина	Ходьба «Великаны и гномики» Стр.77 Е.Н. Вареник

	3.Закрепить ходьбу по шнуру, по прямой.						друг другу двумя и одной рукой (жонглеры) 3.Закрепить ходьбу по шнуру, по прямой (акробаты)		
8. Игровой	1.Закрепить прыжки на двух ногах в движении, прокатывание обруча по прямой. 2.Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения во время подвижных игр.	Построение в шеренгу	Ходьба на носках, на пятках	Бег в разном темпе	«Шар лопнул»		1.П /и. «У медведя во бору» 2.П/и. «Зайцы и волк» 3.П/и. «Карусель» 4.П/и. «Докати обруч до кегли»		Ходьба «Великаны и гномики» Стр.77 Е. Н. Вареник
1.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Формировать правильную осанку. 2.Укреплять мышечно-связочный аппарата ног и туловища. 3.Развивать произвольность движений.	Построение в колонну по двое	С остановкой, с поворотами	Змейкой, по кругу	«Рисование дыхание м в воздухе воображаемых фигур» Стр.47	Упражнения для ОРУ стр.200 В. Т. Кудрявцев	1.Ловля мяча брошенного воспитателем. 2. Подлезание в обруч прямо.	«Воробушки – попрыгунчики » стр.45 «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев	«Воробей» Стр.42
2.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Формировать правильную осанку. 2.Укреплять мышечно-связочный аппарата ног и туловища. 3. Развивать произвольность движений.	Построение в колонну по двое	С остановкой, с поворотами	Змейкой, по кругу	«Рисование дыхание м в воздухе воображаемых фигур» Стр.47	Упражнения для ОРУ стр.200 В. Т. Кудрявцев	1.Прыжки с высоты 20 - 25 см на мягкое покрытие. 2. Подлезание в обруч прямо.	«Воробушки – попрыгунчики »	«Воробей» Стр.42
3.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Увеличение амплитуды движений в голеностопных суставах и суставах стоп и пальцев ног. 2. Формировать правильную осанку. 3.Развивать быстроту реакции.	Построение в колонну по двое	С остановкой, приседание м	По сигналу в указанное место	«Паровозик» Стр.47	Комплекс №2 стр. 206 В. Т. Кудрявцев	1.Бросание мяча в парах снизу. 2.Прыжки с высоты 20 - 25 см на мягкое покрытие.	«Дождик» Стр.45	Потягивание на носках Стр.42
4.Оздоровитель	1.Увеличение амплитуды	Построение в	С	По сигналу	«Парово	Комплек	1. Подлезание в	«Дождик»	Потягивание

ный по Кудрявцеву В.Т.	движений в голеностопных суставах и суставах стоп и пальцев ног. 2. Формировать правильную осанку. 3.Развивать быстроту реакции.	колонну по двое	остановкой, приседание м	в указанное место	зик» Стр.47	с №2 стр. 206 В. Т. Кудрявцев	обруч прямо. 2.Бросание мяча в парах снизу.	Стр.45	на носках Стр.42
Октябрь									
1.Сюжетный «Собираем урожай»	1.Обучать прыжкам из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением. 2.Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3.Закрепить прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Чередовани е обычной ходьбы, с ходьбой пригнувшись (несем груз)	Бег со сменой ведущего в чередовани и с ходьбой в рассыпную	«Здравст вуй, солнышко»	«Собира ем урожай»	1.Прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3.Прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой	«Раз, два, три, овощ или фрукт назови»	«Подсолнухи на нашем огороде» стр.239 В.Т. Кудрявцев
2.Сюжетный «Наш сад»	1.Обучать ходить по доске с предметом в руке. 2.Совершенствовать прыжкам из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением. 3. Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Ходьба по кругу с поворотами	Бег по кругу парами	«Здравст вуй, солнышко»	«Фрукты »	1.Ходить по доске с предметом в руке 2.Прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками	«Найди свой цвет» стр. 95 А.И. Сорокина	«Подсолнухи на нашем огороде» стр.239 В.Т. Кудрявцев стр.242
3.Сюжетный «Мои любимые игрушки»	1.Обучать подлезать под препятствие правым и левым боком. 2.Совершенствовать ходьбу по доске с предметом в руке. 3. Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	С выполнение м дополнительных заданий по сигналу (присесть, встать на	Бег по кругу с изменением темпа движения по звуковому сигналу	«Наши носики»	Комплек с №3 (с игрушка ми)	1. Подлезать под препятствие правым и левым боком 2. Ходьба по доске с предметом в руке 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя	«Найди, где спрятано» стр. 105 А. И. Сорокина	«Мы рисуем» стр.242 В.Т. Кудрявцев

			колей и. т. д.)				руками		
4.Сюжетный «Путешествие на волшебный остров» (на самолете)	1.Обучать ходить по доске с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3.Закрепить прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру, повороты направо, налево на месте переступанием	Чередование обычной ходьбы с ходьбой прямыми руками в стороны «летим на самолете» с остановкой по сигналу	Бег прямыми руками в стороны «летим на самолете» с остановкой по сигналу	«Насос»	«Самолеты» № 2	1. Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками 3.Прокатывание мяча друг другу двумя и одной рукой	«Самолеты» стр. 99 А.И. Сорокина	«Мы рисуем» стр.242 В.Т. Кудрявцев
5.Сюжетный «В гостях у Айболита» (все о здоровье)	1.Обучать бросать мяч вверх, вниз о пол и ловля его двумя руками. 2.Совершенствовать ходьбу по доске с мешочком на голове, руки на поясе. 3.Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	Перестроение в колонну по одному по росту, повороты направо, налево на месте переступанием	Ходьба со сменой ведущего	Бег со сменой ведущего	«Наши носики» (дышим правильно)	С мячами № 10	1. Бросание мяча вверх, вниз о пол и ловля его двумя руками (3 – 4 раза подряд) 2.Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе (прямая осанка) 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (сильные руки)	«Перебежки» стр. 210 Т.И. Осокина	«Потягушечки» стр. 238 В.Т. Кудрявцев
Сюжетная Правила безопасности «Лунтик на дороге»	1.Закреплять знания о правилах дорожного движения. 2.Развивать умение ориентироваться в пространстве. 3.Активизировать двигательную активность.	Перестроение в колонну по одному по росту	Ходьба по кругу по ориентирам (красный, желтый, зеленый) флажок	Легкий бег по кругу	«Регулировщик»	Комплекс «Мы шоферы»	1.Ходьба между кеглями (извилистая дорожка) 2. Подлезать под препятствие прямо (машины едут в тоннель)	«Цветные автомобили»	«Потягушечки» стр. 238 В.Т. Кудрявцев
7.Сюжетный «Наши друзья животные»	1.Обучать прыжкам на двух ногах с продвижением вперед. 2.Совершенствовать бросание мяч вверх, вниз о пол и ловля его двумя руками. 3.Закрепить ходьбу по доске с	Построение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба на наружных сторонах стопы «медведи», на	Бег по извилистой дорожке «лисичка», с высоким подниманием	«Ежик»	Комплекс №12 «Мишка»	1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (4 – 5 м) «Зайцы» 2.Бросание мяч вверх, вниз о пол и ловля его	«Зайка серый умывается» стр. 163 Т.И. Осокина	«Медвежата» стр. 238 В.Т. Кудрявцев

	мешочком на голове, руки на поясе.		четверенька х «собачки»	м колене «лошадки»			двумя руками «Белочки с орешками» 3. Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе		
8. Игровой.	1.Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 2.Развивать ловкость, быстроту, чувство равновесия. 3.Воспитывать умение соблюдать правила подвижных игр.	Нахождение своего места в колонне по росту	Ходьба обычная, на носках, на пятках	Бег по кругу парами	«Наши носики»		1. «Найди свой цвет» 2. «Самолеты» 3.«Зайка серый умывается» 4.«Найди, где спрятано»		«Потягушечк и» стр. 238 В.Т. Кудрявцев
1.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Формировать правильную осанку 2.Укреплять мышцы ног и туловища. 3.Развивать ловкость.	Построение в колонну по двое	С остановкой, с поворотами	Змейкой, по кругу	«Птицы летят»	Комплек с «Бурати но» стр. 192 В. Т. Кудрявц ев	1.Прыжки «Поймай комара». 2. Лазание по скамейке на четвереньках «Кто быстрее доползет до кегли».	«Кто живет в избушке?» Стр. 121 «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев	«Кошка» Стр.40 «Развивающа я педагогика оздоровления » В.Т. Кудрявцев
2.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Формировать правильную осанку. 2.Укреплять мышцы ног и туловища. 3.Развивать ловкость.	Построение в колонну по двое	С остановкой, с поворотами	Змейкой, по кругу	«Птицы летят»	Комплек с «Бурати но» стр. 192 В. Т. Кудрявц ев	1.Метание «Кто бросит дальше мешочек» 2.Прыжки «Поймай комара».	«Кто живет в избушке?»	«Кошка»
3.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Упражнять в правильном движениями грудной клетки. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию движений.	Построение в круг.	В колонне по одному	В колонне по одному	«Лесной воздух»	Комплек с ОРУ стр. 172 В. Т. Кудрявц ев	1.По гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2.Прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка «Достань комара».	«Ловишки» Стр.45	Сбор фруктов» Стр.40

4.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Упражнять в правильном движениями грудной клетки. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию движений.	Построение в круг.	В колонне по одному	В колонне по одному	«Лесной воздух»	Комплек с ОРУ стр. 172 В. Т. Кудрявцев	1.Метание в горизонтальную цель обеими руками от груди. 2. Лазание по скамейке на четвереньках «Кто быстрее доползет до кегли».	«Ловишки»	Сбор фруктов» Стр.40
НОЯБРЬ									
1.Сюжетный «Магазин одежды»	1.Обучать ходьбе по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга. 2.Совершенствовать бросание мяч вверх, вниз о пол и ловля его двумя руками. 3.Закрепить прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением.	Построение из колонны по одному в колонну по два за направляющим	Ходьба с дополнительными заданиями для рук и плечевого пояса (рывки рук, вращения кистями рук)	Бег со сменой ведущего в колонне в чередовании и с ходьбой врассыпную	«Выраст и большой»	Комплек с «Наша одежда»	1. Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга 2. Бросание мяча вверх, вниз о пол и ловля его двумя руками 3. Прыжки из глубокого приседа, стоя на месте, чередуя с расслаблением	«Перебежки»	«Магазин одежды» (ребенок придумывает любую одежду один ребенок показывает, рассказывает, дети отгадывают и повторяют)
2.Сюжетный «Магазин обуви»	1.Обучать подлезать в обруч прямо. 2. Совершенствовать ходьбу по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга. 3.Закрепить прыжки из глубокого приседа со сменой высоты движения и темпа движения, чередуя с расслаблением.	Построение из колонны по одному в колонну по два за направляющим	Чередование бега в парах в колонне с бегом врассыпную («Чье звено быстрее найдет друг друга»)	Бег в чередовании и с ходьбой и прыжками на месте и в движении	«Выраст и большой»		1.Подлезание в обруч прямо 2. Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга 3. Прыжки из глубокого приседа со сменой высоты движения и темпа движения, чередуя с расслаблением	«Найди себе пару» стр. 161 Т.И. Осокина	«Где мы были мы не скажем, а что делали покажем» Стр.133 «Физическое развитие детей 2–7 лет»
3.Сюжетный «Магазин мебели»	1.Обусать отбивать мяч о пол на месте правой и левой рукой. 2.Совершенствовать подлезание в обруч прямо.	Построение из колонны по одному в колонну по два за	Ходьба в чередовании и с бегом и прыжками на месте и с	Бег в чередовании и с ходьбой и прыжками на месте и в	«Дышим животом»	Комплек с со стульчиками	1. Отбивать мяч о пол на месте правой и левой рукой 2.Подлезание в обруч прямо.	«Найди себе пару»	«Где мы были мы не скажем, а что делали покажем»

	3.Закрепить ходьбу по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга.	направляющим	продвижением вперед	движении			3.Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске, не уронив друг друга		Стр.133 «Физическое развитие детей 2–7 лет»
4.Сюжетный «Магазин инструментов»	1.Обучать прыжкам с продвижением вперед через линии. 2.Совершенствовать отбивание мяча о пол на месте правой и левой рукой. 3.Закрепить подлезание в обруч прямо.	Построение из колонны по одному в колонну по три за направляющим, по ориентирам	Ходьба в чередовании с бегом и прыжками на месте и с продвижением вперед	Бег в чередовании с прыжками в движении с преодолением препятствий	«Дышим животом»	Комплекс «Инструменты»	1.Прыжки с продвижением вперед через (6 – 8 линии расстояние 50-60 см.) 2. Отбивание мяча о пол на месте правой и левой рукой 3.Подлезание в обруч прямо	«Перебежки»	«Потягушечки» стр. 238 В.Т. Кудрявцев
5.Сюжетный «Наша страна»	1.Обучать ходить по наклонной доске. 2. Совершенствовать прыжки с продвижением вперед через линии. 3.Закрепить отбивание мяча о пол на месте правой и левой рукой.	Построение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба обычная, на носках, на пятках (путешествие)	Бег в колонне по одному и парами (прогулка)	«Здравствуй, солнышко»	Комплекс в парах (дети дружат)	1.Ходьба по наклонной доске 2.Прыжки с продвижением вперед через линии 3.Отбивание мяча о пол на месте правой и левой рукой	Русская народная игра «Гуси – лебеди» стр.12 «Детские подвижные игры народов СССР»	«Все спортом занимаются» Стр. 78 Е.Н. Вареник
6.Сюжетный «Наш город»	1.Обучать лазать по доске с опорой на стопы и ладони. 2.Совершенствовать ходьбу по наклонной доске. 3.Закрепить прыжки с продвижением вперед через линии	Построение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего	Ходьба спиной вперед (2 – 3 м), со сменой темпа	Бег со сменой ведущего и со сменой темпа	«Здравствуй, солнышко»	Комплекс в парах	1. Лазание по доске с опорой на стопы и ладони 2.Ходьба по наклонной доске 3. Прыжки с продвижением вперед через линии	«Из домика в домик» стр.19 Т.С. Грядкина	«Все спортом занимаются» Стр. 78 Е.Н. Вареник
7.Сюжетный «Поздняя осень»	1.Обучать прокатывать мяч из разных исходных положений. 2.Совершенствовать лазать по доске с опорой на стопы и ладони. 3.Закрепить ходьбу по наклонной доске.	Построение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего	Ходьба в полуприседе, с поворотами	Бег в колонне по одному, между предметами	«Наши носики»	Без предметов	1.Прокатывать мяч из разных исходных положений 2.Лазание по доске с опорой на стопы и ладони 3. Ходьба по наклонной доске	«Найди свой листик»	«Прогулка в лес» стр. 105 Е.Н. Вареник
8. Игровой.	1.Закрепить прокатывание мяча из разных исходных положений. 2.Развивать скоростно –	Построение в колонну по одному по росту	Ходьба с заданиями (руки на поясе, к	Бег в колонне по одному, в разном	«Наши носики»	Без предметов	1.«Передай мяч» 2. ««Найди себе пару» 3. «Из домика в		«Прогулка в лес»

	силовые качества. 3.Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения во время подвижных игр.		плечам, в стороны, за спину)	темпе			домик» 4. «Гуси – лебеди»		
1.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укрепление мышц спины. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию и быстроту движений в крупных и мелких мышечных группах.	Построение в шеренгу	По кругу, в разных направлениях	В колонне по одному	«Имитация движения грузовика» стр. 47	Комплекс ОРУ стр.118 В. Т. Кудрявцев	1.Ходьба по наклонной доске (высота 30—35 см). 2. Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1Д м; размер 1—1,5 м).	«Футбол» Стр.129 В.Т. Кудрявцев	«Перекатывание бревен» Стр.41 В.Т. Кудрявцев
2.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укрепление мышц спины. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию и быстроту движений в крупных и мелких мышечных группах.	Построение в шеренгу	По кругу, в разных направлениях	В колонне по одному	«Имитация движения грузовика»	Комплекс ОРУ стр.118 В. Т. Кудрявцев	1. Прыжки через предметы (высота 5 см). 2.Подлезание под препятствия (высота 50 см), не касаясь руками пола.	«Сшибалочки» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Перекатывание бревен» Стр.41 В.Т. Кудрявцев
3.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Упражнять в правильном движениями грудной клетки. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развитие координации движений.	Размыкание, смыкание	Змейкой, по кругу	По кругу, по извилистой дорожке	Имитация движения дровосека стр.47	Комплекс ОРУ стр.172 В. Т. Кудрявцев	1.Ходьба по канату. 2.Подлезание под дуги (догоняя свой мяч).	«Футбол»	«Тишина» Стр.128 В.Т. Кудрявцев
4.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Упражнять в правильном движениями грудной клетки. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развитие координации движений	Размыкание, смыкание	Змейкой, по кругу	По кругу, по извилистой дорожке	Имитация движения дровосека стр.47	Комплекс ОРУ стр.172 В. Т. Кудрявцев	1.Прыжки на обеих двух ногах с продвижением вперед (3м) 2. Ходьба по канату.	«Сшибалочки» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Тишина» Стр.128 В.Т. Кудрявцев
Декабрь									
1.Сюжетный «Строим дом»	1.Обучать ходить по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема. 2.Совершенствовать ходьбу и бег. 3.Закрепить бросание, ловлю и прокатывание мяча из разных исходных положений.	Построение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба с наклоном руки на поясе (машины везут груз), с поворотами	Бег в колонне по одному парами	«Каланча»	Комплекс «Строим дом»	1.Ходить по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема 2. Ходьба и бег (следить за дыханием, за темпом бега, за	«Где мы были – мы не скажем, а что делали – покажем» стр. 120 В.Т. Кудрявцев	Пальчиковая игра «Дом» стр.162 «Развивающие игры для детей»

							осанкой при ходьбе) 3.Бросание, ловля и прокатывание мяча из разных исходных положений		
2.Сюжетный «Дома на улицах нашего города»	1.Обучать прыжкам вверх с места с касанием одной рукой предмета. 2.Совершенствовать ходьбу по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема. 3.Развивать выносливость и ловкость.	Построение из колонны по одному в колонну по два в движении	Ходьба на носках (большие дома), ходьба в полуприседе (маленькие дома)	Бег между предметами (обходим дом)	«Каланча»	Комплекс с «Строим дом	1.Прыжки вверх с места с касанием одной рукой предмета подвешенного выше поднятой руки (расстояние 2 – 2,5 см) 2.Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема	«Перебежки» стр. 36 Л.И. Пензулаева	Пальчиковая игра «Дом» стр.162 «Развивающие игры для детей»
3.Сюжетный «На улице города»	1.Обучать метать предметы в горизонтальную цель правой и левой рукой. 2.Совершенствовать «Пружинку» с прыжками. 3.Закрепить лазание по доске с опорой на стопы и ладони.	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба по сигналу «светофора» через шнуры (пешеходный переход)	Бег «змейкой», через шнуры	«Регулировщик»	Комплекс №7 «Машины»	1. Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2 – 2,5 м) 2.«Пружинка» с прыжками 3.Лазание по доске с опорой на стопы и ладони	«Найди свой домик» стр.35 Л.И. Пензулаева	«Паровозик» стр. 75 Е.Н. Вареник
4.Сюжетный «Транспорт»	1.Обучать перелезать через гимнастическую скамейку. 2.Совершенствовать метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой. 3.Закрепить «Пружинку» с прыжками	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба в полуприседе (едем в машине), «паровозик»	Бег мелким шагом (легковые машины), широким шагом (грузовые машины)	«Регулировщик»	Комплекс №7 «Машины»	1. Перелезание через гимнастическую скамейку 2.Метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2 – 2,5 м) 3. «Пружинка» с прыжками	«Цветные автомобили» стр. 161 Т.И. Осокина	«Паровозик» стр. 75 Е.Н. Вареник
5.«Неделя здоровья» (с фитболами)	1.Укреплять здоровье детей с помощью фитболов. 2.Развивать ловкость,	В полукруг	Обычная ходьба, на носках,	Легкий бег	«Ох»	На фитболах	1.Прокатывание мяча по кругу. 2.Прыжки на мяче на	«Колобок» «Тематическое планирование	«Потягивание» стр. 74

Сказка «Колобок»	<i>равновесие и внимание. 3.Воспитывать умение заботиться о своем здоровье.</i>		высоко поднимая колени				месте.	ДОУ»	Е.Н. Вареник
6.Традиционны й.	1.Обучать прямому галопу. 2. Совершенствовать ходьбу по скамейке перешагивая через предметы. 3.Закрепить бросание мяча вверх и ловля его.	Размыкание и смыкание при построении обычным шагом	Ходьба по ребристой дорожке	Бег с дополнительным заданием: догонять убегающего	«Выраст и большой»	Комплек с №6	1.Прямой галоп. 2. Ходьба по скамейке перешагивая через предметы 3.Бросание мяча вверх и ловля его	«Догони свою пару» стр.144 «Тематическое планирование ДОУ»	«Потягивание» стр. 74 Е.Н. Вареник
7.Игровой «Зимние забавы»	1.Совершенствовать ходьбу и бег. 2.Развивать ловкость и быстроту. 3. Воспитывать умение выполнять правила игры.	Построение из двух колонн в круг	Ходьба по залу с выполнением движений рук (к плечам. вверх, в стороны)	«Перебежки» (бег на встречу друг другу, не наталкиваясь, найти свое место в шеренге)	«Дровосек»		1.«Пройди и не задень» стр. 30 Л.И. Пензулаева 2. «Кто дальше бросит?» стр. 30 3. «Веселые воробышки» стр.30 4. «Карусель»		Под музыку: Мелодия «Вальс снежинок» «Снежинки летят»
8.Игровой «Зимние забавы»	1.Совершенствовать бросание, ловлю и прокатывание мяча. 2.Развивать ловкость и внимание. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба по залу с выполнением движений рук	«Найди себе пару»	«Дровосек»		1.«Зайцы и волк» стр.162 Т.И. Осокина 2. «Сбей кеглю» Стр. 164 Т.И. Осокина 3. «Подбрось – поймай» стр.163 Т.И. Осокина 4. «Лиса в курятнике» стр. 162 Т. И. Осокина		Под музыку: Мелодия «Вальс снежинок» «Снежинки летят»
9.Сюжетный «Новый год, елка»	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке гимнастическим шагом и прыгивать с нее. 2.Совершенствовать перелезание через гимнастическую скамейку. 3.Закрепить метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой.	Построение в шеренгу, колонну по одному по росту	Ходьба высоко поднимая колени с перешагиванием через предметы	Бег «змейкой, в маленьком кругу	«Обнялись» стр. 107 Е.Н. Вареник	Комплек с «Наряжем Елку»	1.Ходьба по гимнастической скамейке гимнастическим шагом и прыгивать с нее 2. Перелезание через гимнастическую скамейку 3.Метание предметов	«Зайка серый умывается» стр. 163 Т.И. Осокина	«Олени» стр.103 Е.Н. Вареник

							в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние 2 – 2,5 м)		
8. Игровой.	1.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке и прыгивание с нее, метание предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой, прокатывание мяча в цель. 2.Развивать быстроту и ловкость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения в играх - эстафетах.	Построение в шеренгу, колонну по одному по росту, размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба по залу с выполнение м движений рук	Бег со сменой ведущего, со сменой темпа	«Обняли сь»		1.«Пройди – не упади» стр. 16 Л.И. Пензулаева 2.«Мяч в корзину» 3. «Прокати мяч до кегли» 4. «Перебежки» стр. 36 Л.И. Пензулаева		«Олени» стр.103 Е.Н. Вареник
1.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Формировать правильную осанку во время ходьбы. 2. Укреплять мышечный корсет. 3.Развивать ловкость.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, с высоким поднимание м колен	Бег в колонне по одному, «змейкой»	«Ежик вытянул ся, свернулс я»	Комплек с ОРУ стр. 196 В. Т. Кудрявц ев	1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2.Прыжки в длину с места на мягкое покрытие.	«Раз, два, три — место свое займи»	«Дедушка Молчок» стр. 100 Е.Н. Вареник
2.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Формировать правильную осанку во время ходьбы. 2. Укреплять мышечный корсет. 3.Развивать ловкость.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, с высоким поднимание м колен	Бег в колонне по одному, «змейкой»	«Ежик вытянул ся, свернулс я»	Комплек с ОРУ стр. 196 В. Т. Кудрявц ев	1.Подлезание под дуги (стоящие друг от друга на расстоянии 1 м) правым, левым боком. 2. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками	«Самый внимательный»	Под речевое сопровожден ие «Волшебный сон» стр. 10 Е.Н. Вареник
3.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять голеностопный сустава. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать мышцы позвоночника.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному	В колонне по одному, с захлестом голени на- зад	«Гуси»,	Развива ющие упражне ния стр. 116 В. Т. Кудрявц ев	1.Прыжки в длину с места на мягкое покрытие. 2. Подлезание под дуги (стоящие друг от друга на расстоянии 1 м) правым, левым боком.	«Ловишка»	«Дедушка Молчок»
4.Оздоровитель ный по	1.Укреплять голеностопный сустава.	Построение в шеренгу,	Ходьба в колонне по	В колонне по одному,	«Череп ахи»	Развива ющие	1.Ходьба по гимнастической	«Раз, два, три — место	Под речевое сопровожден

Кудрявцеву В.Т.	2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать мышцы позвоночника.	перестроение в колонну по одному	одному	с захлестыванием голени назад		упражнения стр. 116 В. Т. Кудрявцев	скамейке, руки в стороны. 2. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.	свое займи»	ие «Волшебный сон»
Январь									
1.Сюжетный «Мальчики и девочки»	1.Обучать прыжкам вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка. 2.Совершенствовать ходьбу и бег по наклонной доске вверх и вниз. 3.Закрепить перелезание через гимнастическую скамейку.	Повороты кругом, переступая на месте	Чередование обычной ходьбы с ходьбой с закрытыми глазами	Бег с ловлей и увертыванием в разных ситуациях	«Обнялись»	Комплекс с «Мальчики и девочки»	1.Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 20 см. 2. Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15- 20 см, высота 30 – 35 см.) 3.Перелезание через гимнастическую скамейку	«Мальчики и девочки» стр. 125 В.Т. Кудрявцев	Игра «Мальчики – пальчики» стр. 161 «Развивающие игры для детей»
2.Традиционный.	1.Обучать ползать на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально. 2.Совершенствовать прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка. 3.Закрепить ходьбу и бег по наклонной доске вверх и вниз.	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба по пересеченной местности	Бег с ловлей и увертыванием	«Лыжник»	Комплекс с «Мальчики и девочки»	1.Ползание на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально (ширина доски 15 – 20 см.) 2.Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 20 см. 3. Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз	«Мыши в кладовой»	Игра «Мальчики – пальчики»
3.Сюжетный «Русские народные игры»	1.Познакомить детей с русскими народными играми. 2.Закрепить умение	Поворот кругом, прыжком стоя на месте	Чередование ходьбы на месте с	Чередование бега в колонне с	«Здравствуй, солныш»		1.«Гуси – лебеди» «У медведя во бору» 2. «Мячик кверху»		Игра «Мальчики – пальчики»

	выполнять правила установленные в игре. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения во время подвижных игр.		высоким поднимание м бедра с ходьбой в движении по звуковому сигналу	бегом на месте с высоким поднимание м бедра – «лошадки»	ко»		3. «Игровая» «Детские подвижные игры народов СССР»		
4. Традиционный	1. Обучать бросать мяч двумя руками из – за головы. 2. Совершенствовать ползание на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально. 3. Закрепить прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка.	Повороты кругом стоя на месте, прыжком	Ходьба на носках, на пятках, внешней стороне стопы, со сменой положения рук	Бег в колонне с остановкой на сигнал (спрятать мяч за голову, зажать между ног)	«Мяч вверх»	Комплекс с мячами	1. Бросание мяча двумя руками из – за головы (расстояние 2 м.) 2. Ползание на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально 3. Прыжки вверх с места с касанием одной, двумя руками предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка	«Снайперы» стр. 40 Л.И. Пензулаева	Пальчиковая игра «Паучки» стр. 144 «Развивающие игры для детей»
5. Сюжетный «Бытовая техника»	1. Обучать ходьбе, бегу и прыжкам на двух ногах по наклонной доске вверх и вниз. 2. Совершенствовать бросание мяча двумя руками из – за головы. 3. Закрепить ползание на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально.	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба по залу с выполнением м движений рук	Бег со сменой ведущего, со сменой темпа	«Пылесос»	Комплекс «Бытовые приборы»	1. Ходьба, бег и прыжки на двух ногах по наклонной доске вверх и вниз 2. Бросание мяча двумя руками из – за головы 3. Ползание на средних и низких четвереньках по доске, положенной горизонтально	«Третий лишний» стр. 162 О.Н. Козак	Загадать детям загадки о бытовых приборах (с мячом)
6. Традиционный (с мячами)	1. Обучать бросать мяч одной рукой через шнур. 2. Совершенствовать бросать мяч двумя руками из – головы через шнур. 3. Закрепить метание	Построение из колонны по одному в шеренгу	Ходьба на носках, на пятках, внешней стороне стопы, со	Бег в колонне с остановкой на сигнал (поднять мяч вверх,	«Подуем на мяч»	Комплекс с мячами	1. Бросание мяч одной рукой через шнур 2. Бросание мяча двумя руками из – за головы через шнур 3. Метание предметов	«Подбрось поймай»	Пальчиковая игра «Паучки» стр. 144 «Развивающие игры для

	предметов в горизонтальную цель правой и левой рукой.		сменой положения рук	зажать между ног)			в горизонтальную цель правой и левой рукой		детей»
7.Сюжетный «Кукольный театр Карабаса Барабаса»	1.Обучать прыжкам стоя на месте с зажатым мячом между ног. 2.Совершенствовать бросание мяча одной рукой через шнур. 3.Закрепить бросание мяча двумя руками из – за головы через шнур.	Перестроение из двух колонн в две шеренги	Ходьба «Буратино», «Артемон», «Мальвина»	Бег обычный и с ускорением (убегаем от Карабаса-Барабаса)	«Дышим носом»	Комплек с «Игруш ки из кукольн ого театра»	1.Прыжки стоя на месте с зажатым мячом между ног 2. Бросание мяча одной рукой через шнур 3. Бросание мяча двумя руками из – за головы через шнур	«Кто скорее перенесет игрушки» стр.164 О. Н. Козак	Игра «Снежная баба» стр.22 Т.Л. Зуева
8. Игровой.	1.Закрепить навыки работы с мячом. 2.Развивать быстроту, ловкость, внимание. 3.Воспитывать умение выполнять правила игры.	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба в чередовани и с бегом и прыжками на месте и с продвижени ем вперед	Бег в чередовани и с ходьбой и прыжками на месте и в движении	«Дышим носом»		1.«Кто скорее перенесет игрушки» стр.164 О.Н. Козак 2. «Подбрось поймай» 3. «Третий лишний» стр.162 О.Н. Козак 4. «Снайперы» стр. 40 Л.И. Пензулаева		Игра «Снежная баба» стр.22 Т.Л. Зуева
1.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять мышечно – связочный аппарата ног и туловища. 2. Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию.	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнение м подражател ьных движений	Бег в коодному, медленный оздорови- тельный бег	«Часики » Стр.47 В.Т. Кудрявц ев	Развива ющий комплек с «Волше бный цветок» стр.116 В. Т. Кудрявц ев	1.Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах через кубики.	«Зайчики» Стр.124 В. Т Кудрявцев	«Великан» Стр.41 В.Т. Кудрявцев
2.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять мышечно – связочный аппарата ног и туловища. 2. Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию.	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнение м подражател ьных движений	Бег в колонне по одному, медленный оздорови- тельный бег	«Часики » Стр.47 В.Т. Кудрявц ев	Развива ющий комплек с «Волше бный цветок» стр.116 В. Т. Кудрявц ев	1.Ползание по-пластунски под дугами, стоящими друг от друга на расстоянии 1 м. 2. Подбрасывание и ловля мяча обеими руками, не	«Вороны и воробьи» стр. 124 В.Т. Кудрявцев	«Великан» Стр.41 В.Т. Кудрявцев

			ьных движений			В. Т. Кудрявцев	прижимая его к груди.		
3.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укреплять опорно-двигательный аппарат. 2. Формировать правильную осанку. 3.Развивать быстроту.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному «Великаны и гномики»	Бег в колонне по одному с преодолением препятствий	«Подуем на снежинку»	Комплекс с малыми обручами стр. 119 В. Т. Кудрявцев	1. Прыжки на двух ногах через кубики. 2.Ползание попластунски под дугами, стоящими друг от друга на расстоянии 1 м.	«Зайчики» Стр.124 В. Т Кудрявцев	«Кошка» Стр.40 «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев
4.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укреплять опорно-двигательный аппарат. 2. Формировать правильную осанку. 3.Развивать быстроту.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному «Великаны и гномики»	Бег в колонне по одному с преодолением препятствий	«Подуем на снежинку»	Комплекс с малыми обручами стр. 119 В. Т. Кудрявцев	1. Подбрасывание и ловля мяча обеими руками, не прижимая его к груди. 2. Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе.	«Вороны и воробьи» стр. 124 В.Т. Кудрявцев	«Кошка» Стр.40 «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев
Февраль									
1.Традиционный.	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке. 2. Совершенствовать в прыжках стоя на месте с зажатым мячом между ног. 3. Закрепить бросание мяча одной рукой вдаль.	Построение из колонны по одному, в колонну по два в движении	Ходьба с дополнительным заданием для рук и плечевого пояса с гимнастической палкой	Непрерывный бег «змейкой»	«Часики»	Комплекс №5	1.Ходьба по гимнастической скамейке с палкой за головой на плечах 2.Прыжки стоя на месте с зажатым мячом между ног 2.Бросание мяч одной рукой через шнур	«Найди, где спрятано» стр. 105 А. И. Сорокина	Пальчиковая игра «Паучки» стр. 144 «Развивающие игры для детей»
2.Сюжетный «По сказке Красная шапочка»	1.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке. 2. Закрепить прыжки стоя на месте с зажатым мячом между ног. 3.Развивать быстроту и ловкость.	Построение из колонны по одному, в колонну по два в движении	Обычная ходьба, по волчьим	Бег с подскоками (Красная шапочка идет по дорожке)	«Лес шумит»	Комплекс «В лесу»	1.Лазание по гимнастической стенке произвольным способом 2.Ходьба по гимнастической скамейке с палкой за головой на плечах 3.Прыжки стоя на месте с зажатым	Русская народная игра «Волк» стр.28 «Детские подвижные игры народов СССР»	Пальчиковая игра «Паучки» стр. 144 «Развивающие игры для детей»

							мячом между ног		
3.Традиционны й.	1.Обучать прыжкам с высоты в обруч (высота 25 см). 2.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке. 3.Развивать ловкость.	Построение из колонны по одному, в колонну по два в движении	Ходьба на носках, в пятках, внешней стороне стопы, со сменой положения рук.	Бег со средней скоростью в чередовани и с ходьбой (3-4 раза)	«Часики »	Комплек с №5	1.Прыжка и с высоты в обруч (высота 25 см) 2.Лазание по гимнастической стенке произвольным способом 3.Ходьба по гимнастической скамейке с палкой за головой на плечах	«Подбрось – поймай»	«Зимушка, зима» стр. 23 Т. Л. Зуева
4.Сюжетный «Профессии»	1.Обучать метать предметы на дальность. 2.Совершенствовать прыжки с высоты в обруч (высота 25 см). 3.Развивать ловкость.	Построение из колонны по одному, в колонну по три в движении	Ходьба с остановкой на зрительный сигнал (флажки: красного, желтого и зеленого цвета)	Бег со средней скоростью, по одной стороне зала пробегать по узкой дорожке	«Регули ровщик»	Комплек с «Профес сии»	1.Учить метать предметы на дальность. (расстояние 3,5 – 6,5м) 2. Прыжки с высоты в обруч (высота 25 см) 3.Лазание по гимнастической стенке произвольным способом	«Раз, два, три профессию назови»	«Зимушка, зима» стр. 23 Т. Л. Зуева
5.Традиционны й	1.Продолжать обучать метать предметы на дальность. 2.Закрепить прыжки с высоты в обруч (высота 25 см).	Перестроение из колонны по одному, в колонну по три в движении	Ходьба с остановкой на звуковой сигнал (встать на одной ножке, присесть)	Бег со средней скоростью 40 – 60 м «змейкой» в чередовани и с ходьбой (80 -120 м)	«Лес шумит»	Комплек с №25	1. Прыжкам на одной ноге по дорожке 2.Метание предметов на дальность 2. Прыжки с высоты в обруч (высота 25 см)	«Бездомный заяц»	Игра «Снежная баба» стр.22 Т. Л. Зуева
6.Сюжетный правила безопасности «Как работают пожарные»	1.Совершенствовать метание предметов на дальность. 2.Упражнять в прыжки с высоты в обруч (высота 25 см). 3.Закрепить правила пожарной безопасности.	Построение в шеренгу	Ходьба с остановкой на звуковой сигнал, с пролезание м в тоннель	Обычный бег, между предметами	«Тушим огонь»	Комплек с «Пожар ные на трениро вке»	1.Прыжки с высоты в обруч (высота 25 см) 3.Лазание по гимнастической стенке произвольным способом	«Не шали с огнем» стр.77 Н.С. Голицына «ОБЖ Для младших дошкольников »	Загадать загадки о пожароопасн ых вещах (с мячом)
7.Сюжетный «Защитники	1.Совершенствовать метание мяча на дальность.	Построение в шеренгу	Обычная ходьба в	Обычный бег и бег с	«Подуй на	Комплек с «Мы	1.Метание мяча на дальность	«Самолеты»	«Самолетик – самолет»

Отечества» стр. 104 Е.Ф. Желобкович	2.Совершенствовать бросание и ловлю мяча. 3. Закрепить прыжки с высоты в обруч (высота 25 см).	краткая беседа о празднике	колонне по одному, в чередовании с ходьбой на носках, пятках, широким шагом, врассыпную «Займи свое место в строю»	ускорением	флажок»	летчики»	2.Бросание и ловля мяча 3. Прыжки с высоты в обруч (высота 25 см)		Стр.79 Е.Н. Вареник
8. Игровой.	1.Упражнять в ходьбе и беге. 2.Развивать быстроту, ловкость, внимание. 3.Воспитывать желание соблюдать правила игры.	Построение в круг	Ходьба с дополнительными заданиями для рук и плечевого пояса	Бег в колонне с остановкой на звуковой сигнал.	«Дышим носом»		1.«Найди и промолчи» 2. Русская народная игра «Волк» 3. «Подбрось – поймай» 4. «Бездомный заяц»		Игра «Снежная баба» стр.22 Т. Л. Зуева
1.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять своды стопы, мышц туловища. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать равновесие.	Размыкание, смыкание	Змейкой, по кругу	По кругу, по извилистой дорожке	«Полет самолета» Стр.47 В.Т. Кудрявцев	Комплекс с лентами стр. 119 В. Т. Кудрявцев	1.Ходьба по наклонной доске (высота 30—35 см). 2.Подлезание под препятствия в обруч	«Найди свое место»	Катание мяча ступнями
2.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять своды стопы, мышц туловища. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать равновесие	Размыкание, смыкание	Змейкой, по кругу	По кругу, по извилистой дорожке	«Гудок паровоза» Стр.47 В. Т. Кудрявцев	Комплекс с лентами стр. 119 В. Т. Кудрявцев	1.Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м; размер 1—1,5 м) 2. Прыжки через предметы (высота 5 см).	«Кто быстрее докатит мяч до указанного места»	Катание мяча ступнями
3.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Следить за дыхательными движениями грудной клетки. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию движений.	Построение в круг.	В колонне по одному	В колонне по одному	«Полет самолета» Стр.47 В.Т. Кудрявцев	Комплекс №1 стр. 173 В. Т. Кудрявцев	1.Подлезание под препятствия в обруч. 2.Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м; размер 1—1,5 м)	«Найди свое место»	«Самолет» Стр.40 В.Т. Кудрявцев

4.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Следить за дыхательными движениями грудной клетки. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию движений.	Построение в круг.	В колонне по одному	В колонне по одному	«Гудок парохода» Стр.47 В. Т. Кудрявцев	Комплекс №1 стр. 173 В. Т. Кудрявцев	1. Прыжки через предметы (высота 5 см). 2. Ходьба по наклонной доске (высота 30—35 см).	«Кто быстрее докатит мяч до указанного места»	«Самолет» Стр.40 В.Т. Кудрявцев
Март									
1.Традиционный	1.Обучать ходить по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук. 2.Совершенствовать метание мяча на дальность. 3. Упражнять в прыжках с высоты в обруч (высота 25 см).	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба в колонне «змейкой»; с поворотом кругом по сигналу	Чередование бега в колонне с бегом враспынную в медленном темпе	«Дышим носом»	Комплекс «Парочки» №8	1.Ходьба по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук 2.Метание мяча на дальность 3.Прыжки с высоты в обруч (высота 25 см)	«Охотники и зайцы» стр.143 «Тематическое планирование в ДОУ»	Пальчиковая игра «Улитка» стр.141 100 развивающих игр для детей»
2.Сюжетный «Очень маму я люблю» стр. 112 Ю.А. Кириллова	1.Обучать прыжкам в высоту с места. 2. Совершенствовать ходьбу по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук. 3.Закрепить метание мяча на дальность.	Построение в круг	Обычная ходьба в колонне по одному, в чередовании с ходьбой на носках	Чередование бега в колонне с бегом враспынную в медленном темпе	«Весенний ветерок»	Комплекс «Очень маму я люблю»	1.Прыжки в высоту с места 2.Ходьба по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук 3.Метание мяча на дальность	«Найди платочек»	«Не наступи» Стр.142 «Физическое развитие детей 2-7 лет»
3.Сюжетный «Пришла весна» 155 Ю.А. Кириллова	1.Обучать бросать мяч двумя руками в цель (расстояние 1м.) 2.Совершенствовать прыжкам в высоту с места. 3.Закрепить ходьбу по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба в колонне «змейкой», перешагивая с одного предмета на другой «проталины»	Бег в медленном темпе, широким шагом (через лужи)	«Весенний ветерок»	Комплекс «Весна пришла»	1.Бросание мяча двумя руками в цель (расстояние 1м) 2.Прыжки в высоту с места. 3.Ходьба по наклонной доске с дополнительными заданиями для рук	«Лягушки»	«Не наступи» Стр.142 «Физическое развитие детей 2-7 лет»
4.Традиционный	1.Обучать ходьбе по скамейке гимнастическим шагом. 2.Совершенствовать бросание мяча двумя руками снизу в горизонтальную цель в цель. 3.Закрепить прыжки в высоту	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Чередование ходьбы мелким и широким шагом	Обычный бег в колонне в чередовании с бегом широким	«Весенний ветерок»	Комплекс «Парочки» №8	1.Прыжки с короткой скакалкой 2.Бросание мяча двумя руками в цель (расстояние 1м.) 2.Прыжки в высоту	«Поймай комара»	Пальчиковая игра «Улитка» стр.141 100 развивающих игр для

	с места.			шагом (по волчьи)			с места		детей»
5.Сюжетный «Весна»	1. Обучать бросать мяч одной рукой в горизонтальную цель. 2.Совершенствовать ходьбу по скамейке гимнастическим шагом. 2.Развивать ловкость и быстроту.	Нахождение своего места в колонне, в шеренге, в кругу	Чередование ходьбы в парах по кругу с ходьбой враспынную по залу	Чередование бега в парах по кругу взявшись за руки с бегом враспынную по залу	«Дышим носом»	Комплекс №1	1. Прыжки с короткой скакалкой 2.Бросание мяча двумя руками в цель	«Перелет птиц»	«Через ручеек» стр.142 «Физическое развитие детей 2-7 лет»
6.Традиционный.	1.Обучать бросать мяч вверх и ловить его. 2. Упражнять ходьбе по скамейке гимнастическим шагом. 3.Развивать внимание и силу.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба в колонне «змейкой»; с поворотом кругом по сигналу	Чередование бега в колонне с бегом враспынную в медленном темпе	«Насос»	Комплекс №1	1.Бросание мяча вверх и ловля его 2.Прыжки с короткой скакалкой	«Ловишки – перебежки» стр.142 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Через ручеек» стр.142 «Физическое развитие детей 2-7 лет»
7.Сюжетный «Птицы»	1.Обучать ходить по скамейке перешагивая через предметы. 2.Совершенствовать бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3.Развивать равновесие.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба в чередовании с прыжками «воробышки»	Бег в быстром и медленном темпе (руки в стороны) «птицы летят»	«Гуси»	Комплекс «Птицы прилетели»	1.Ходьба по скамейке перешагивая через предметы 2.Бросание мяча вверх и ловля его	«Перелет птиц»	«Птичка» стр. 82 Е.Н. Вареник
8.Игровой.	1.Упражнять в беге, в прыжках вверх на месте. 2.Развивать ловкость и внимание. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Построение в круг	Обычная ходьба в колонне по одному, в чередовании с ходьбой на носках	Чередование бега в колонне с бегом враспынную в медленном темпе	«Насос»		1. «Охотники и зайцы» 2. «Поймай комара» 3.«Ловишки – перебежки» 4. «Найди платочек»		«Птичка» стр. 82 Е.Н. Вареник
1.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укреплять свод стопы. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию быстроты движений.	Построение в одну шеренгу	Ходьба в колонне по одному	Бег в колонне по одному	«Подуем на снежинку»	Комплекс №2 стр.206 В. Т. Кудрявцев	1.Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением правильной осанки. 2. Прыжки на	«Волк – волчок» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	Вращение палки ступнями и пальцами ног

							двух ногах с продвижением вперед (3 м).		
2.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укреплять свода стопы. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать координацию быстроты движений	Построение в одну шеренгу	Ходьба в колонне по одному	Бег в колонне по одному	Подуем на снежинку»	Комплекс №2 стр.206 В. Т. Кудрявцев	1.Прокатывание мяча по дорожке, через дуги. 2. Ходьба по канату, лежащему на полу.	«Волк – волчок» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	Вращение палки ступнями и пальцами ног
3.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Формировать правильную осанку. 2.Развивать координацию быстроты движений в крупных мышечных группах. 3.Приобщать к здоровому образу жизни.	Построение в одну шеренгу	Ходьба парами	Бег парами	Рисование дыхания в воздухе воображаемой фигуры» Стр.47 В.Т. Кудрявцев	Комплекс для формирования правильной осанки стр.196 В. Т. Кудрявцев	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (3 м). 2. Прокатывание мяча по дорожке, через дуги.	«Теремок» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Росточки» Стр.48 В.Т. Кудрявцев
4.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Формировать правильную осанку. 2.Развивать координацию быстроты движений в крупных мышечных группах. 3.Приобщать к здоровому образу жизни.	Построение в одну шеренгу	Ходьба парами	Бег парами	Рисование дыхания в воздухе воображаемой фигуры» Стр.47 В.Т. Кудрявцев	Комплекс для формирования правильной осанки стр.196 В. Т. Кудрявцев	1.Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением правильной осанки. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (3 м).	«Теремок» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Росточки» Стр.48 В.Т. Кудрявцев
Апрель									
1.Традиционный	1.Обучать метать предметы в вертикальную цель. 2.Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках. 3.Закрепить перебрасывание мяча через невысокие	Повороты направо, налево переступанием	Обычная ходьба, на наружных сторонах стопы, в полуприседе	Бег «змейкой»	«Петух»	Комплекс с короткими шнуром стр.31 «Тематическое	1.Метание предметов в вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2м) 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках	«Воробушки» стр.141 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Океан» стр.103 Е.Н. Вареник

	предметы.					планиро вание в ДОУ»	3.Перебрасывание мяча через невысокие предметы		
2.Сюжетный «Вода вокруг»	1.Обучать ползанию по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках. 2.Обучать перебрасыванию мяча через невысокие предметы. 3.Закрепить лазание по гимнастической стенке, чередующимся шагом.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба с предметами на голове (кубики) , «змейкой»	Бег в кругу «озеро», бег по извилистой дорожке «ручеек»	«Маяк»	Комплек с «Рыбки» стр.34 Т.Л.Зуев а	1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках 2.Перебрасывание мяча через невысокие предметы 3.Лазание по гимнастической стенке, чередующимся шагом	«Рыбаки и рыбки»	«Океан» стр.103 Е.Н. Вареник
3.Сюжетный «Полеты в космос»	1.Совершенствовать прямой галоп. 2.Закрепить ходьбу по скамейке перешагивая через предметы. 3.Развивать ловкость и координацию.	Размыкание и смыкание при построении обычным шагом	Ходьба по профилакти ческой дорожке	Бег на скорость (до 15 – 20 м)	«Ракета»	Комплек с «Мы космона вты»	1.Лазание по гимнастической стенке, чередующимся шагом 2.Прямой галоп 3.Ходьба по скамейке перешагивая через предметы	«Космонавты» стр.180 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Полет в космос» под музыкальное сопровожде ние композиция «Поход» композитора Эдуарда Артемьева
4.Традиционны й	1.Упражнять в перебрасывании мяч через невысокие предметы. 2. Совершенствовать лазание по гимнастической стенке, чередующимся шагом. 3.Закрепить прямой галоп.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба по ребристой дорожке	Бег в колонне по одному «змейкой»	«Выраст и большой »	Комплек с №6	1.Перебрасывание мяч через невысокие предметы 2.Лазание по гимнастической стенке, чередующимся шагом 3.Прямой галоп	«Совушка» стр.144 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Потягивание » стр. 74 Е.Н. Вареник
5.Сюжетный «В мире игры»	1.Упражнять в беге, прыжках, метании в вертикальную цель. 2.Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3.Воспитывать умение выполнять правила в подвижных играх.	Построение в круг Создание игровой ситуации			«Выраст и большой »		1.«Догони свою пару» 2. «Совушка» 3. «Зайцы и волк» 4. «Сбей кеглю» стр.147 «Тематическое планирование в ДОУ»		«Черепахи» стр. 81 Е.Н Вареник

6.Традиционны й	1. Обучать прыжкам вверх с места. 2.Закреплять перебрасывание мяча через невысокие предметы. 3.Развивать ловкость.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба в колонне «змейкой»; с поворотом кругом по сигналу	Чередование бега в колонне с бегом враспынную в медленном темпе	«Насос»	Комплекс с мячами большого размера. стр.32 «Тематическое планирование в ДОУ»	1.Прыжкам вверх с места. 2.Перебрасывание мяча через невысокие предметы.	«Лягушки» Стр.125 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Угадай, кто позвал?»
7.Сюжетный «Земля и ее обитатели»	1.Продолжать обучать прыжкам вверх с места. 2.Упражнять в метании предметов в вертикальную цель. 3.Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках.	Повороты направо, налево и кругом переступанием	Ходьба на наружных сторонах стопы «медведи», «змейкой»	Бег в чередовании с прыжками «зайцы», «по волчьи», «гуси» - в приседе	«Ежик»	Комплекс «Мышечные»	1.Прыжкам вверх с места (впрыгивание) высота 15 – 20 см 2.Метание предметов в вертикальную цель 3.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках	«Зайцы и волк»	«Черепашки» стр. 81 Е.Н Вареник
8.Традиционны й	1.Продолжать обучать прыжкам вверх с места. 2.Упражнять в метании предметов в вертикальную цель. 3.Развивать ловкость и быстроту.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Обычная ходьба, на носках, высоко поднимая колени	Чередование бега в колонне с бегом враспынную в медленном темпе	«Ежик»	Комплекс с короткими шнурами	1.Прыжки вверх с места. 2.Метание предметов в вертикальную цель.	«Найди свой цвет» Стр.99 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Потягивание» стр. 74 Е.Н. Вареник
1.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять мышцы рук и плечевого пояса. 2.Формировать правильную осанку. 3.Развивать умение ориентироваться в пространстве.	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	Бег в колонне по одному, змейкой	«Вырасти большой» стр. 106 Е.Н. Вареник	Комплекс «Игрушки» стр. 104 В. Т. Кудрявцев	1.Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на руки и колени.	«Зайчики» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Коромысло» стр.40 В.Т. Кудрявцев
2.Оздоровитель	1.Укреплять мышцы рук и	Построение в	Ходьба в	Бег в	«Петушок»	Комплекс	1.Прыжки на двух	«Хитрая лиса»	«Коромысло»

ный по Кудрявцеву В.Т.	плечевого пояса. 2.Формировать правильную осанку. 2.Развивать координацию.	колонну по одному, перестроение в колонну по двое	колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	колонне по одному, змейкой	к» Стр.106 Е.Н. Вареник	с «Игрушки» стр. 104 В. Т. Кудрявцев	ногах из обруча в обруч (обручи лежат на полу последовательно). 2.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе, голова прямо.	Стр.45 В.Т. Кудрявцев	стр.40 В.Т. Кудрявцев
3.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять опорно-двигательного аппарат. 2.Развивать умение ориентироваться в пространстве. 3.Приобщать к здоровому образу жизни.	Построение шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, между предметами змейкой	Бег по залу в колонне по одному, змейкой между предметами	«Петушок» Стр.106 Е.Н. Вареник	Комплекс №4 стр.208 В. Т. Кудрявцев	1.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на руки и колени. 2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат на полу последовательно).	«Зайчики» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Лягушка» Стр.41 В.Т. Кудрявцев
4.Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять опорно-двигательного аппарат. 2.Развивать координацию движений. 3.Приобщать к здоровому образу жизни.	Построение шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, между предметами змейкой	Бег по залу в колонне по одному, змейкой между предметами	«Петушок» Стр.106 Е.Н. Вареник	Комплекс №4 стр.208 В. Т. Кудрявцев	1.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе, голова прямо. 2.Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками.	«Хитрая лиса» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Лягушка» Стр.41 В.Т. Кудрявцев
Май									
1.Традиционный.	1.Обучать прыгать через веревку боком с продвижением вперед. 2.Совершенствовать ползание, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги. 3.Упражнять в перебрасывании мяча через невысокие предметы.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Ходьба в полуприседе, с высоким подниманием колен	Бег обычный по кругу, «змейкой»	«Травушка колыхается»	Комплекс с веревочкой (в колоннах)	1.Прыжки через веревку боком с продвижением вперед 2.Ползание, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги 3.Перебрасывание мяча через невысокие	«Море волнуется»	«Океан» стр.103 Е.Н. Вареник

							предметы		
2.Сюжетный «Мы солдаты»	1.Обучатьходить по скамейке приставным шагом. 2.Совершенствоватьсяпрыжки через веревку боком с продвижением вперед. 3. Закрепить ползание, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги.	Повороты направо, налево и кругом переступанием	Ходьба с высоким подниманием колен «солдаты», враспынную	Бег с препятствиями «солдаты на учениях»	«Отдых»	Комплек с «Мы солдаты »	1.Ходьба по скамейке приставным шагом боком (высота скамейки 20-25 см.) 2.Прыжки через веревку боком с продвижением вперед «солдаты на учениях» 3.Ползание, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги	«Перешагни не задень» стр. 64 Л.И. Пензулаева	«Самолет» стр.74 Е.Н. Вареник
3.Сюжетный «Насекомые»	1.Обучать ползанию, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги. 2.Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках. 3.Закрепить метание предметов в вертикальную цель.	Построение из колонны по одному в колонну по три	Обычная ходьба, ходьба с плавными движениями и рук «бабочки летят», в сочетании с прыжками «кузнечики »	Бег в быстром и медленном темпе «стрекозы»	«Травушка колыхается»	Комплек с «Насекомые»	1. Ползание продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги «Жучок» 2.Ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках «гусеница» 3.Метание предметов в вертикальную цель	«Поймай комара»	«Гусеница» стр.76 Е.Н. Вареник
4.Сюжетный «Растения»	1.Упражнять в прокатывании обруча между предметами. 2.Упражнять в подлезании под шнур прямо. 3.Закрепить перепрыгивание через бруски.	Построение в две колонны	Ходьба между предметами «обходим деревья в лесу»	Бег обычный, «змейкой» «между деревьями»	«Вдыхаем аромат цветов»	Комплек с «Дерево, цветы, трава»	1.Прокатывание обруча между предметами «между елками и березками» 2.Подлезание под шнур прямо 3.Перепрыгивание через бруски «идем по высокой траве»	«Раз, два, три растение назови»	«Деревца» Стр. 90 Е.Н. Вареник
5.Традиционный.	1.Обучать прокатывать обруч между предметами. 1.Совершенствоваться перепрыгивание через бруски. 2.Закрепить подлезание под шнур прямо. 3.Развивать ловкость.	Построение в две колонны	Ходьба с изменением направления движения, широким шагом	Легкий бег, с подскоками	«Наш носик»	Комплек с с обручем	1.Прокатывание обруча между предметами (расстояние между предметами 40-50 см.)	«Мышеловка»	«Океан» стр.103 Е.Н. Вареник

5. Сюжетный «Моя семья»	1. Обучать перепрыгивать через бруски. 2. Совершенствовать подлезание под шнур прямо. 3. Закрепить ходьбу по скамейке приставным шагом.	Построение в круг	Ходьба обычная, парами «идем на прогулку»	Бег парами и враспынную	«Вырасти как папа большой»	Комплекс «Зарядка для всей семьи»	1. Перепрыгивание через бруски (высота бруска 6см.) 2. Подлезание под шнур прямо 3. Ходьба по скамейке приставным шагом «семейная прогулка в лес»	Игры с мячом «Подбрось поймай» стр.126 Т. И. Осокина «Поймай мяч» стр.126 Т.И. Осокина	«Идем к маме» стр. 87 Е.Н. Вареник
4. Традиционный.	1. Обучать подлезать под шнур прямо. 2. Совершенствовать ходьбу по скамейке приставным шагом. 3. Закрепить прыжки через веревку боком с продвижением вперед.	Размыкание и смыкание при построении обычным шагом	Ходьба на внешнем своде стопы, в полуприседе	Бег обычный по кругу, с изменением темпа	«Отдых»	Комплекс с веревочкой (в колоннах)	1. Подлезание под шнур прямо (высота шнура 40-50см.) 2. Ходьба по скамейке приставным шагом 3. Прыжки через веревку боком с продвижением вперед	«Гуси -лебеди» стр.20 Л.И. Пензулаева	«Самолет» стр.74 Е.Н. Вареник
8. Игровой. «Здравствуй лето»	1. Закрепить подлезание под шнур прямо, прокатывание обруча между предметами, перебрасывание мяча через невысокие предметы. 2. Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения во время подвижных игр.	Построение в круг	Ходьба на носках, на пятках	Легкий бег, с ускорением и замедлением темпа	«Наш носик»		1. «У ребят порядок строгий» стр.103 Л.И. Пензулаева 2. «Прокати обруч» стр. 74 Л.Н. Пензулаева 3. «Мыши в кладовой» 4. «Перебрось мяч»		«Деревца» Стр. 90 Е. Н. Вареник
1. Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укреплять мышцы туловища и конечностей. 2. Формировать правильную осанку. 3. Развивать ловкость.	Построение в колонну по одному, перестроение в шеренгу	Ходьба спортивная, гимнастическим шагом, на пятках, на носках	Оздоровительный бег в среднем темпе до 1 мин	«Ёжик» Стр. 106 Е.Н. Вареник	Комплекс с мячами стр.119 В. Т. Кудрявцев	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки на правой и левой ногах через шнуры (расстояние 20—25 см.).	«Запомни чей цвет» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Угадай чей голосок?» Стр. 45 В.Т. Кудрявцев
2. Оздоровительный по Кудрявцеву В.Т.	1. Укрепление опорно-двигательный аппарат. 2. Формировать правильную осанку. 3. Развивать ловкость.	Построение в колонну по одному, перестроение в шеренгу	Ходьба спортивная, гимнастическим	Оздоровительный бег в среднем темпе до 1 мин	«Мишка просыпается» в положен	Комплекс с мячами стр.119 В. Т.	1. Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками. 2. Подлезание под дуги правым,	«Птица без гнезда» стр.45 В.Т. Кудрявцев	«Угадай чей голосок?» Стр. 45 В.Т. Кудрявцев

			шагом, на пятках, на носках		ии лежа	Кудрявц ев	левым боком.		
3.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять мышцы участвующих в формировании свода стопы. 2.Формировать правильную осанку. 3.Приобщать к здоровому образу жизни.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному. «Цапли», «Великаны и гномики»	Бег в колонне по одному с преодоле нием препятств ий	«Ёжик» Стр. 106 Е.Н. Вареник	Комплек с для формиро вания правиль ной осанки стр. 196 В. Т. Кудрявц ев	1.Прыжки на правой и левой ногах через шнуры (расстояние 20—25 см). 2.Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками.	«Запомни чей цвет» Стр.45 В.Т. Кудрявцев	Упражнение для пальцев ног: схватывание и удержание платка Стр.42 В.Т. Кудрявцев
4.Оздоровитель ный по Кудрявцеву В.Т.	1.Укреплять мышцы участвующих в формировании свода стопы. 2.Формировать правильную осанку. 3.Приобщать к здоровому образу жизни.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному. «Цапли», «Великаны и гномики»	Бег в колонне по одному с преодоле нием препятств ий	«Мишка просыпа ется» в положен ии лежа	Комплек с для формиро вания правиль ной осанки стр. 196 В. Т. Кудрявц ев	1.Подлезание под дуги правым, левым боком. 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	«Птица без гнезда» стр.45 В.Т. Кудрявцев«Пт ица без гнезда» стр.45 В.Т. Кудрявцев	Упражнение для пальцев ног: схватывание и удержание платка Стр.42 В.Т. Кудрявцев

СТАРШАЯ ГРУППА

№ Тема	Программное содержание	Вводная часть			Основная часть				Заключительная часть
		Построение	Ходьба	Бег	Упражнение на дыхание	ОРУ	ОВД	Подвижные игры	Игры малой подвижности, игровые упражнения, релаксация
СЕНТЯБРЬ									
1.Традиционный	1.Обучать отбивать мяч об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте. 2.Совершенствовать прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие. 3.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движение руками.	Построение в шеренгу, размыкание приставным шагом	Ходьба с изменением направления по ориентирам, остановка по сигналу	Бег, выбрасывая прямые ноги вперед и широким шагом	«Лес шумит»	С лентами	1.Отбивание мяча о пол правой и левой рукой поочередно стоя на месте (не менее 10 раз) 2.Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20см) 3.Ходьба по гимнастической скамейке приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движение руками	«Не попадись» стр.6 Л.И. Пензулаева	«Слушай сигнал!» стр.5 «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет. Л.И. Пензулаева
2.Сюжетный «До свидания лето»	1.Обучать ползать на четвереньках по скамейке. 2.Совершенствовать отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте. 3.Закрепить прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие.	Построение в шеренгу, колонну равнение на ведущего, повороты на месте	Ходьба с заданиями (с хлопками, различными положениями рук)	Бег, на носках в разных направлениях, по сигналу бег в колонне	«Хлопушка»	С лентами	1. Ползание на четвереньках по скамейке. 2.Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте (не менее 10 раз) 3. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие	«Мы веселые ребята» стр.200 Т.И. Осокина	«Слушай сигнал!» стр.5 Л.И. Пензулаева

3.Тренировка (с мячами)	1.Совершенствовать отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте. 2.Развивать ловкость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения в играх.	Построение в шеренгу, колонну, размыкание приставным шагом	Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок	Бег с высоким подниманием колен, со сменой темпа	«Лес шумит»	С мячами №3	1.Прокатывание мяча из разных положений (сидя, стоя) 2. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте	«Школа мяча» стр. 213 Т.И. Осокина	«Расслабление» стр.101 Е. Н. Вареник «Физкультурно – оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет»
4 «Детский сад»	1.Укреплять мышечно – связочный аппарат стоп и голени. 2.Развивать физические и волевые качества. 3.Воспитывать умение следить за здоровьем.	Построение в шеренгу, в 2 колонны	Ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы.	Бег обычный в чередовании с прыжками	«Насос»	По предупреждению плоскостопия	1.Ходьба по наклонной доске прямо и боком приставным шагом 2.Упражнение на равновесие, выполнить 2- 3 раза	«Мы веселые ребята» стр.200 Т.И. Осокина	«Все спортом занимаются» стр.78 Е. Н. Вареник
5.Традиционный	1.Обучать лазанию по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног. 2.Совершенствовать прыжки через длинную скакалку на двух ногах. 3.Закрепить бросание мяча о пол поочередно правой и левой рукой.	Построение в 2,3 колонны на месте; расчет на 1-й, 2-й, 3-й.	Ходьба парами, по сигналу ходьба враспынную	Бег парами, по сигналу бег враспынную	«Насос»	С мячами №3	1.Прыжки через длинную скакалку на двух ногах 2.Ходьба по гимнастической скамейке выполняя приседания на середине, руки вперед. 3.Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте	«Кто скорее к своему флажку?» стр. 211 Т.И. Осокина	«Расслабление» стр.101 Е. Н. Вареник
6.Сюжетный «Прогулка в лес»	1.Совершенствовать прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие. 2.Совершенствовать прыжки через длинную скакалку на двух ногах. 3.Развивать быстроту.	Построение в две колонны	Ходьба в глубоком приседе в колонне, с перекатом с пятки на носок	Бег «змейкой»; широким шагом, преодолевая препятствия	«Лес шумит»	Комплекс №3 по Кудрявцеву	1.Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног 2.Прыжки через длинную скакалку на двух ногах 3.Бросание мяча о пол поочередно правой и левой рукой (10 раз подряд)	«С кочки на кочку»	«Прогулка в лес» стр. 105 по Кудрявцеву
7.Тренировка	1.Упражнять в прыжках через длинную скакалку на двух ногах.	Построение в шеренгу, перестроение в 2 звена	Ходьба с задержкой на носке «петушины	Бег по кругу, по сигналу смена	«Хлопушка»	Без предметов	1.Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20см) 2.Прыжки через длинную	«Найди свое место»	Под музыкальное сопровождение

	2.Закрепить отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.		й шаг»	направлен ия			скакалку на двух ногах		Музыкальная композиция «Наедине с дождем»
8.Игровой	1.Обучать отбивать мяч об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте. 2.Совершенствовать прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие. 3.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движение руками.	Построение из одной шеренги в круг	Ходьба по кругу, взявшись за руки, с заданиями для рук	Бег по кругу, со сменой темпа	«Насос»		1.«Перетяни за черту» (в парах перетягивают друг друга у черты) 2.«Проползи по гимнастической скамейке на четвереньках» 3.Прыжки через скакалку «Кто больше?» 4. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно, стоя на месте «Кто больше?»		«Прогулка в лес» стр. 105 по Кудрявцеву

ОКТАБРЬ

1.Традиционный	1.Обучать отбивать мяч одной рукой на месте. 2.Совершенствовать лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног. 3.Закрепить ходьбу по веревочке, выложенной «змейкой» с мешочком на голове.	Построение в шеренгу, повороты на месте	Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево на пятках, на носках	Бег со сменой ведущего; выбрасывая прямые ноги вперед; с остановкой по звуковому сигналу	«Глубокое дыхание»	Без предмет ов №1	1.Отбивание мяч одной рукой на месте. 2. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног 3. Ходьба по веревочке, выложенной «змейкой».	«Затейники» Стр. 209 Т.И. Осокина	Под музыкальное сопровождение музыкальная композиция «Наедине с дождем»
2.Сюжетный «Наш огород»	1.Обучать метать в горизонтальную цель (с расстояния 3,5-4 м) 2.Совершенствовать отбивание мяча одной рукой на месте. 3.Закрепить прыжки через длинную скакалку на двух ногах.	Построение в шеренгу, в колонну, в две колонны	Ходьба с приседанием «собираем овощи», с наклоном «несем груз»	Бег обычный, со сменой темпа	«Травушка растет»	Комплек с «Овощи »	1.Метание в горизонтальную цель (с расстояния 3,5-4 м) 2.Отбивание мяч одной рукой на месте. 3.Прыжки через длинную скакалку на двух ногах	«Мышеловка » стр. 207 Т.И. Осокина	«РАЗ. ДВА, ТРИ, ОВОЩЬ НАЗОВИ» (С МЯЧОМ)

3.Тренировка	1.Совершенствовать отбивание мяч одной рукой в движении. 2.Соверштовать метание в горизонтальную цель (с расстояния 3,5-4 м)	Повороты на месте прыжком в разные стороны, построение в круг	Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок	Бег между предметами, в медленном темпе	«Глубокое дыхание»	В парах	1.Отбивание мяч одной рукой в движении 2.Метание в горизонтальную цель (с расстояния 3,5-4 м)	«Попади в обруч» стр. 212 Т.И. Осокина	«Волшебный сон» стр.101 Е.Н Вареник
4.«Мои любимые игрушки»	1.Обучатьходить по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2.Совершенствовать прыжки на обеих ногах через шнуры с продвижением вперед. 3.Закрепить навык перебрасывания мяча друг другу обеими руками снизу, стоя в шеренгах. 4.Формировать правильную осанку.	Построение в колонну по одному, перестроения в 2 звена	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках, коррекционные упражнения «Клоуны», «Куклы»	Бег враспыпну ю с нахождении своего места в колонне по сигналу	«Вырасти большой»	Без предметов №1	1.Ходить по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой 2.Прыжки на обеих ногах через шнуры (5-6 шт.) с продвижением вперед 3.Перебрасывание мяча друг другу обеими руками снизу, стоя в шеренгах	«Подарки» А.И. Сорокина	«Волшебный сон» стр.101 Е.Н Вареник
5.Традиционный	1.Обучать прыжкам через предметы (высота 15- 20 см) по прямой на двух ногах. 2.Совершенствовать ходьбу по веревочке, выложенной «змейкой» с мешочком на голове. 3.Закрепить лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног.	Построение в шеренгу, в круг	Ходьба по кругу на носках, на пятках, с выпадами, спиной вперед	Бег длинной и короткой «змейкой», с поворотом кругом по звуковому сигналу	«Вырасти большой»	В парах	1.Прыжки через предметы (высота 15- 20 см) по прямой на двух ногах 2. Ходьба по веревочке, выложенной «змейкой» с мешочком на голове 3. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног	«Самолеты» стр.6 Л.И. Пензулаева	«Веселые гномы» Стр. 99 Е. Н. Вареник
6.Сюжетный «Наши друзья животные»	1.Обучать лазать по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической	Построение в шеренгу, в колонну, в две колонны	Ходьба на внешних сторонах стопы «Мишка», «Собачки» (на	Бег «Лисички», с прыжками «Зайчик»	«Ежик»	«Мишка»	1.Лазание по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет 2.Ходить по гимнастической скамейке прямо, приставляя	«Лошадки» стр. 7 Л.И. Пензулаева	«Кошка с котятками – 1» стр. 86 Е.Н. Вареник

	скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3.Закрепить прыжки на обеих ногах через шнуры с продвижением вперед.		четверенька х)				пятку одной ноги к носку другой 3.Прыжки на обеих ногах через шнуры (5-6 шт.) с продвижением вперед		
7.Тренировка	1.Совершенствовать умение лазать по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног. 2.Совершенствовать лазание по гимнастической стенке разноименным способом. 3. Развивать координацию.	Построение в две колонны, повороты на месте	Ходьба с закрытыми глазами, С остановкой по сигналу	Бег в разном темпе, с остановкой по зрительному сигналу	«Глубокое дыхание»	«Мишка»	1. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног 2.Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	«Медведь и пчелы» стр. 212 Т.И. Осокина	«Веселые гномы» Стр. 99 Е. Н. Вареник
8.Игровой	1.Упражнять в метании предметов в горизонтальную цель. 2.Закрепить умение лазать по гимнастической стенке разноименным способом. 3.Развивать быстроту и ловкость.	Перестроение в два круга	Ходьба с заданиями для рук	Бег по кругу, бег через предметы	«Ежик»			1.«Мы веселые ребята» 2. ««Попади в обруч» 3.Медведь и пчелы» 4. «Кто летает?» стр. 213 Т. И. Осокина	«Фигуры» Стр.11 «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет. Л.И. Пензулаева
НОЯБРЬ									
1.Традиционный	1. Обучать перебрасывать мяч друг другу от груди. 2. Совершенствовать прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед. 3.Закрепить ползание на животе по гимнастической скамейке.	Повороты на месте, кругом; построение в три колонны	Ходьба с заданиями для рук	Бег высоко поднимая колени; по сигналу бег враспынную; в колонне обычный бег	«Глубокое дыхание»	Комплек с мячами	1. Перебрасывать мяч друг другу от груди 2. Прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед 3.Ползание на животе по гимнастической скамейке	«Не попадись» стр.115 А.И. Сорокина	«Сказка» стр.100 Е. Н. Вареник
2.Сюжетный «Магазин одежды и обуви»	1.Обучать легкому бегу на носках по гимнастической скамейке.	Повороты на углах; расхождение	Ходьба с закрытыми глазами (3-4	Бег семенящим шагом,	«Наш носик»	Комплек с «Наша одежда»	1. Легкий бег на носках по гимнастической скамейке 2.Перебрасывание мяча друг	«Раз, дав, три одежду, обувь	«Сказка» стр.100 Е. Н. Вареник

	2.Совершенствовать перебрасывать мяч друг другу от груди. 3.Закрепить прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед.	из колонны по одному в разные стороны	м)	высоко поднимая колени			другу от груди 3. Прыжки через предметы, чередуя прыжок на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед	назови!»	
3.Тренировка (с мячами)	1.Совершенствовать метании предметов в горизонтальную цель. 2.Совершенствовать перебрасывание мяча друг другу от груди. 3.Развивать ловкость.	Построение из шеренги в колонну, в две колонны	Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег обычный чередуя по сигналу с прыжком на одной ноге	«Наш носик»	Комплек с мячами	1. Метание предметов в горизонтальную цель 2.Перебрасывание мяча друг другу от груди	«Мяч водящему» стр. 136 А.И. Сорокина	«Кулачки» стр.101 Е.Н. Вареник
4. «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО РОДНОМУ ГОРОДУ»	1.Обучать прыжкам на обеих ногах из обруча в обруч. 2.Совершенствовать ходьбу с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3.Закрепить умение лазать по гимнастической стенке разноименным способом.	Перестроение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках	Бег по кругу с изменением направления по сигналу	«Глубокое дыхание	КОМПЛЕКС «МЫ СТРОИТЕЛИ»	1 Прыжки на обеих ногах из обруча в обруч 2.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени 3. Умение лазать по гимнастической стенке разноименным способом	«ПЕРЕНЕСИ ПРЕДМЕТ»	«Веселые гномы» стр.99 Е.Н. Вареник
5.Традиционный	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке приставным шагом в сторону. 2.Совершенствовать прыжки на обеих ногах из обруча в обруч 3. Закрепить легкий бег на носках по гимнастической скамейке.	Повороты на месте	Ходьба в колонне по одному; парами	Бег с остановкой по звуковому сигналу	«Дразнилка»	С гимнастической палкой	1.Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом в сторону 2.Прыжки на обеих ногах из обруча в обруч 3.Легкий бег на носках по гимнастической скамейке	«Ловишки парами» стр. 23 Л.И. Пензулаева	«Кулачки» стр.101 Е.Н. Вареник
6.Сюжетный «Поздняя осень»»	1.Обучать лазать по гимнастической стенке разноименным способом. 2.Совершенствовать ходить по гимнастической скамейке приставным шагом в сторону. 3. Закрепить прыжки на	Построение в две колонны; повороты на месте	Ходьба по ребристой доске, по буму	Бег противоходом; с ускорением; с остановкой по звуковому	«Дышим животом»	Комплек с №17	1. Лазать по гимнастической стенке разноименным способом 2.Ходить по гимнастической скамейке приставным шагом в сторону 3.Прыжки на обеих ногах из обруча в обруч	«Встречные перебежки» стр. 210 Т.И. Осокина	«Молчок» стр.100 Е.Н. Вареник

	обеих ногах из обруча в обруч.			сигналу					
7.Тренировка	1.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке приставным шагом в сторону. 2.Совершенствовать легкий бег на носках по гимнастической скамейке. 3.Развивать чувство равновесия.	Построение в шеренгу, повороты направо, налево	Ходьба с заданиями для рук	Бег по кругу, бег через предметы	«Дышим животом»	Комплек с №17	1.Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом в сторону 2.Легкий бег на носках по гимнастической скамейке	«Кто скорее до флажка?» стр. 211 Т.И.Осокина	«Молчок» стр.100 Е.Н. Вареник
8.Игровой	1.Совершенствовать легкий бег на носках по гимнастической скамейке. 2.Развивать выносливость, ловкость и быстроту. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми в игре.	Построение в шеренгу, в колонну, в две колонны	Ходьба в медленном и быстром темпе	Бег с высоким подниманием колен	«Звук (м)»		1.«Не наступи!» 2. «Мяч водящему» 3. «Ловишки парами» 4. «Встречные перебежки» 5. «Пробег по скамейке»		«У кого мяч?» стр. 8 Л.И. Пензулаева
ДЕКАБРЬ									
1.Традиционный	1.Обучать прыжкам на мягкое покрытие в обозначенное место. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке с поворотами. 3.Закрепить перебрасывание мяча друг другу от груди.	Расчет на 1, 2, 3, перестроение по расчету	Ходьба через предметы	Бег с препятствиями (по доске, через кубики)	«Часики» стр.106 Е.Н. Вареник	Без предмет ов	1.Прыжкам на мягкое покрытие с высоты 30 см в обозначенное место (со скамейки) 2.Ходьба по гимнастической скамейке с поворотами 3.Пребрасывание мяча друг другу от груди	«Кто сделает меньше шагов?» стр. 210 Т.И. Осокина	«Домик» стр. 133 «Развивающие игры для детей»
2.Сюжетный «Дома на улицах города»	1.Обучать перебрасывать мяч друг другу от груди. 2.Совершенствовать прыжки на мягкое покрытие в обозначенное место. 3.Закрепить легкий бег, на носках по гимнастической скамейке.	Построение в звенья за ведущим	Ходьба высоко поднимая колени, спиной вперед	Бег медленный, чередующийся с прыжками с ноги на ногу	«Часики» стр.106 Е.Н. Вареник	Комплек с «Строим дом»	1.Пребрасывание мяча друг другу от груди. 2.Прыжки на мягкое покрытие в обозначенное место. 3.Легкий бег на носках по гимнастической скамейке.	«Быстрее по местам» стр. 122 А.И. Сорокина	«Домик» стр. 133 «Развивающие игры для детей»
3.Тренировка (с мячами)	1.Совершенствовать перебрасывание мяча друг другу снизу.	Перестроение в пары в колонны	Обычная ходьба в чередовании	Бег высоко поднимая колени,	«Шар лопнул»	Без предмет ов	1.Пребрасывание мяча друг другу снизу 2.Пребрасывание мяч друг	«Красный, синий, кто за ним?» стр. 15	«Расслабление» стр.101 Е.Н. Вареник

	2. Совершенствовать перебрасывать мяч друг другу от груди. 3.Развивать ловкость.		и с ходьбой на носках, на пятках	пронося прямую ногу через сторону			другу от груди	Н.Н. Кильпио	
4.Традиционный	1.Обучать детей прыжкам с высоты на полусогнутые ноги. 2.Совершенствовать пролезание в обруч прямо и боком. 3.Закрепить умение перебрасывать мяч друг другу от груди.	Построение в колонну по одному	Ходьба спортивная, гимнастическим шагом, на пятках, на носках	Бег в колонне по одному, боковой галоп (правое, левое плечо вперед)	«Мишка и мишки» стр. 79	Без предметов	1. Прыжки с высоты на полусогнутые ноги (высота 30 – 40 см.) 2.Пролезание в обруч прямо и боком 3.Перебрасывание мяча друг другу от груди	Коррекционные упражнения: «Кач – кач» стр. 80 «По ледяной дорожке– турецки мы сидим...» стр. 81	«Олени» стр. 103
5.Сюжетный «Транспорт»	1.Обучать ползанию до кегли, прокатывая вперед мяч головой. 2.Совершенствовать умение прыгать с высоты на полусогнутые ноги. 3.Закрепить пролезание в обруч прямо и боком.	Построение в шеренгу, расчет на 1,2,3.	Ходьба в полуприседе (едут грузовые машины), в полном приседе (едут легковые машины)	Бег в медленном и быстром темпе (машины едут по дороге)	«Трактор» стр. 108 Е.Н. Вареник	Комплекс «Машины»	1.Ползанию до кегли, прокатывая вперед мяч головой 2.Умение прыгать с высоты на полусогнутые ноги (высота 30 – 40 см.) 3.Пролезание в обруч прямо и боком	«Быстрее по местам» стр.38 Л. И. Пензулаева	«Расслабление» стр.101 Е.Н. Вареник
6.«Неделя здоровья»	1.Упражнять в беге и метании. 2.Развивать быстроту, ловкость. 3.Воспитывать умение выполнять правила в играх.	Расчет на 1, 2, перестроение в шеренгу, в две шеренги	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках, пятках,	Бег по диагонали	«Дровосек»		1.«Метелица» стр. 32 Л.И. Пензулаева 2.«Фигуры» стр. 33 Л.И. Пензулаева 3.«Мороз Красный нос» стр.30 Л.И. Пензулаева 4. «Меткие стрелки» стр. 32 Л.Н. Пензулаева		«Олени» стр. 103 Е.Н. Вареник
7.Сюжетный «Зимние забавы»	1.Упражнять в ходьбе по скамейке, беге и прыжках с продвижением вперед. 2.Развивать внимание, быстроту и ловкость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения во время игр.	Расчет на 1, 2, 3, перестроение в две, три шеренги	Обычная ходьба, по сигналу с поворотом кругом	«Уголки»	«Дровосек»		1.«Кто быстрее?» стр.36 Л.И. Пензулаева (перебежки шеренгами) 2. «Позвони в колокольчик» 3.«Два мороза» стр.238 О.Н. Козак 4.Эстафета «Пробеги по снежному буму» (ходьба по скамейке) 5.Эстафета «Через сугробы»		«Олени» стр. 103 Е.Н. Вареник

							(прыжки через кубики)		
8.Сюжетный «Новый год»	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками. 2.Совершенствовать ползание до кегли, прокатывая вперед мяч головой. 3.Закрепить умение прыгать с высоты на полусогнутые ноги.	Построение в три колонны в движении	Ходьба в чередовании с ходьбой на высоких четвереньках	Бег в медленном темпе, имитируя скобление по ледяной дорожке	«Подуем на снежинку»	Комплекс со «Снежка ми»	1.Ходьба по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками 2.Ползание до кегли, прокатывая вперед мяч головой 3.Прыжки с высоты на полусогнутые ноги (высота 30 – 40 см.)	«Пятнашки» стр.161 О.Н. Козак	«Олени» 103 Е.Н. Вареник
ЯНВАРЬ									
1.Традиционный	1. Обучать ползать по пластунски до обозначенного места. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками. 3.Закрепить перебрасывание мяч друг другу от груди.	Построение в одну, в три колонны	Ходьба в колонне; в шеренге; по сигналу принять и.п. – лежа на полу	Бег приставным шагом вправо, влево; с изменением темпа; со сменой направляющего	«Вертолет»	Комплекс со шнуром	1.Ползание по пластунски до обозначенного места 2.Ходьба по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками 3. Перебрасывание мяч друг другу от груди	«Пустое место» Т. И. Осокина	«Метелица» стр.32 Л.И. Пензулаева
2.Сюжетный «Мальчики и девочки»	1.Обучать перебрасывать мяч друг другу через сетку. 2.Совершенствовать ползание по пластунски до обозначенного места. 3.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками.	Построение в шеренгу	Ходьба «змейкой», по сигнал - остановиться и присесть	Бег между предметами, по сигналу - остановиться и присесть	«Здороваясь с солнышком»	Комплекс «Мальчики и девочки»	1.Пребрасывание мяча друг другу через сетку 2.Ползание по пластунски до обозначенного места 3.Ходьба по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками	«Мы веселые ребята» стр. 208 Т.И. Осокина	«Метелица» стр.32 Л.И. Пензулаева
3.Традиционный	1.Совершенствовать ползание по пластунски до обозначенного места. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической	Построение в одну, в две, в три колонны	Ходьба с перекатом с пятки на носок; обычная	Бег «змейкой» на носках, со сменой ведущего	«Вертолет»	Комплекс со шнуром	1.Ползание по пластунски до обозначенного места 2.Ходьба по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и	«Кто раньше дойдет до середины» стр. 121 А.И. Сорокина	«Снежок» стр. 87 Е.Н.Вареник

	скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками. 3.Развивать быстроту и ловкость.		ходьба – по сигналу поворот прыжком	по сигналу			ловля его двумя руками		
4. Тренировка	1.Обучать прыжкам через короткую скакалку, вращая ее впереди. 2.Повторить подлезание под шнур правым, левым боком. 3.Закрепить умение ходить по гимнастической скамейке боком, с мешочком на голове, руки в стороны.	Построение в колонну по одному	Ходьба на пятках, на носках	Бег в колонне по одному, боковой галоп	«Пляска»	Комплек с без предмет ов	1.Прыжки через короткую скакалку, вращая ее впереди 2. Подлезание под шнур правым, левым боком	«Пустое место»	«Волшебный сон» стр.101 Е. Н. Вареник
5.Традиционный	1.Обучать прыжкам в длину с места. 2.Совершенствовать подлезание под шнур правым, левым боком. 3.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками.	Построение в круг размыкание на вытянутые руки	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Бег обычный, с остановко й по сигналу	«Здоровая мся с солнышко м»	Комплек с без предмет ов	1. Прыжки в длину с места 2. Подлезание под шнур правым, левым боком 3. Ходьба по гимнастической скамейке бросая мяч то справа, то слева о пол и ловля его двумя руками	«Мышеловка » Т.И. Осокина	«Волшебный сон» стр.101 Е. Н. Вареник
6.Сюжетный «Народные традиции»	1.Познакомить детей с русскими народными играми. 2.Развивать ловкость и быстроту. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	Построение в пары	Ходьба приставным шагом, с притопом и с прихлопом	Бег со сменой направлени я движения по музыкальн ому сигналу	«Пляска»		1.«Пятнашки обыкновенные» 2.«Платок» 3.«Перебрасывание мяча» 4.«Мешочек» 5.«Солнце и месяц» М.Ф.Литвинова «Русские народные подвижные игры»		Под русскую народную мелодию «Валенки», ходьба с выполнением заданий (на внимание)
7.Тренировка	1.Совершенствовать прыжки в длину с места. 2.Совершенствовать прыжки в длину с места, перепрыгивая «бревнышки».	Перестроение в одну, в две, в три колонны	Ходьба широким шагом, по сигналу прыжки на двух ногах	Бег высоко поднимая колени, с преодолен ием препятств	«Стрельба »	Комплек с без предмет ов	1.Прыжки в длину с места 2. Прыжки в длину с места, перепрыгивая «бревнышки»	«Белые медведи» стр. 134 В.Т. Кудрявцев	Игра «Снежок» стр.47 «Т.Л. Зуева

	3. Развивать быстроту.			ий					
8.Игровой	1.Упражнять в ходьбе и беге. 2.Развивать ловкость, быстроту, выносливость. 3. Воспитывать интерес к физкультуре.	Построение в одну колонну, расхождение через середину по одному в разные стороны	Ходьба перекатом с пятки на носок; обычная ходьба – по сигналу поворот прыжком	Бег «змейкой» на носках со сменой ведущего по сигналу	«Стрельба»		1.«Кто скорее к флажку» - бег на носках по канату 2.«Кто дальше прыгнет?» - прыжки в длину с места 3.«Попади в корзину» 4.«Подлезь и не задень» 5. «Кто быстрее проползет?» - ползание по пластунски		Игра «Снежок» стр.47 «Т.Л. Зуева
ФЕВРАЛЬ									
1.Традиционная	1. Обучать прыжкам вверх с 3- 4 шагов с касанием предмета. 2.Совершенствовать ходьбу по скамейке с хлопком над головой. 3.Закрепить подлезание под шнур правым, левым боком.	Построение в один круг, в два круга	Ходьба с заданиями для рук и ног	Бег «змейкой» ускоряя и замедляя шаг; бег высоко поднимая колени; бег через препятствия	«Дышим свободно»	Комплекс №5 с мешочками	1.Прыжки вверх с 3- 4 шагов с касанием предмета, подвешенного на 15 – 20 см выше поднятой руки 2. Ходьба по скамейке с хлопком над головой 3. Подлезание под шнур правым, левым боком	«Зима – лето» стр.159 Планирование по программе «Детство»	«Ель, елка, елочка» стр.79 Е.Н.Вареник
2.Сюжетный «Все работы хороши» стр. 86 «Интегрированные физкультурно – речевые занятия»	1.Упражнять в отбивании мяча об пол. 2.Совершенствовать последовательное перешагивание через 5 – 6 кубиков. 3.Развивать координацию движений, внимание.	Построение в шеренгу	Ходьба гимнастическим шагом, на внешнем своде стопы	Бег на носках, с высоким подниманием бедра	«Шуршит метла»	Комплекс с гимнастической палкой	1.Отбивании мяча об пол 2. Последовательное перешагивание через 5 – 6 кубиков	«Найди себе пару» А.И. Сорокина	«Раз, два, три, профессию назови» (с мячом)
3.Тренировка	1.Совершенствовать подлезание под шнур правым, левым боком. 2.Совершенствовать пролезание в вертикально поставленный обруч. 3.Развивать быстроту.	Построение в три колонны	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой скрестным шагом	Бег по кругу, изменяя направление; спиной вперед	«Дышим свободно»	Комплекс №5 с мешочками	1.Подлезание под шнур правым, левым боком 2. Пролезание в вертикально поставленный обруч	«Кто скорее до флажка» стр. 120 А.И. Сорокина	«Ель, елка, елочка» стр.79 Е.Н.Вареник

4.Традиционный	1.Обучать перебрасывать мяч из разных исходных положений. 2. Совершенствовать пролезание в вертикально поставленный обруч. 3.Закрепить прыжки вверх с 3 – 4 шагов с касанием предмета.	Построение в три колонны	Ходьба на носках, пятках, боком, спиной вперед	Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны, по сигналу обычный бег	«Барабан»	Комплек с мячами	1.Перебрасывание мяч из разных исходных положений (прямой рукой снизу, прямой рукой сверху) 2.Пролезание в вертикально поставленный обруч 3.Прыжки вверх с 3 – 4 шагов с касанием предмета	«Метелица» стр.160 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Морская звезда» стр.73 Е.Н.Вареник
5.Сюжетный Правила безопасности «Спасатели, вперед!»	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правой и левой ноге. 2.Повторить прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги. 3.Закрепить подлезание под веревку, натянутую от пола на высоте 50 см, правым, левым боком.	Построение в шеренгу	Ходьба через препятствия, с пролезанием в тоннель	Бег в среднем и быстром темпе	«Тушим пожар»	Комплек с «Пожарные на ученьях»	1. Пролезание в вертикально поставленный обруч 3.Прыжки вверх с 3 – 4 шагов с касанием предмета	1.Эстафета «Ловкие пожарные» стр.79 «Азбука безопасности» 2.Эстафета «Разбор завалов» стр.77	«Морская звезда» стр.73 Е.Н.Вареник
4.Традиционный	1.Совершенствовать спортивные умения (бег, прыжки, метание, подлезание) 1.Укреплять здоровье детей. 3.Развивать выносливость, быстроту, ловкость.	Построение в колонну по одному, перестроение с поворотом вправо, влево по сигналу	Ходьба спортивная, гимнастическим шагом, на пятках, на носках	Бег в колонне по одному, боковой галоп вправо, влево	«Ракеты»	Комплек с флажками	1.Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правой и левой ноге 2. Прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги 3.Подлезание под веревку, натянутую от пола на высоте 50 см, правым, левым боком	«Снежная королева» стр.42 Л.И. Пензулаева	«Потягивание» стр.74 Е. Н. Вареник
7.Тренировка	1Совершенствовать перебрасывание мяча из разных исходных положений. 2.Развивать выносливость, быстроту, ловкость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения во время игры.	Повороты налево, направо в колонне, в шеренге	Ходьба Со сменой ведущего, по сигналу-прыжки	Бег «змейкой» на носках, по сигналу – остановка	«Дуем на мяч»	Комплек с мячами	1.Перебрасывание мяча из разных исходных положений (прямой рукой снизу, прямой рукой сверху)	«Поймай мяч» стр.150 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Потягивание» стр.74 Е. Н. Вареник

8. Сюжетный «Защитники Отечества»	1. Обучать прыжкам вверх с 3- 4 шагов с касанием предмета. 2. Совершенствовать ходьбу по скамейке с хлопком над головой. 3. Закрепить подлезание под шнур правым, левым боком.	Построение в две колонны	Ходьба по залу «солдаты»	Обычный бег, бег с препятствиями «солдаты на учениях»	«Ракеты»	Комплек с флажками	1. Эстафета «Кольцеброс» 2. Эстафета «Бег «змейкой» с ракетой в руке» 3. Эстафета «Метание в цель» 4. Эстафета «Лазанье» 5. Эстафета «Возьми предмет» стр. 48 «Инструктор по физкультуре» №2 2010		«Стойкий оловянный солдатик» стр. 73 Е. Н. Вареник
МАРТ									
1. Традиционный	1. Обучать перебрасывать малый мяч из одной руки в другую, двигаясь по доске. 2. Совершенствовать прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги. 3. Развивать ловкость и координацию движений.	Построение в две, три колонны на месте и в движении	Ходьба выпадами	Обычный бег, по зрительно му ориентиру остановка	«Трубач»	Комплек с №10	1. Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую, двигаясь по доске 2. Прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги	«Не выпускай мяч из круга» стр. 161 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Океан» стр. 103 Е.Н. Вареник
2. Сюжетный «Мамин праздник»	1. Обучать прыжкам в высоту с разбега. 2. Совершенствовать подлезать правым и левым боком под веревочку. 3. Закрепить прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги.	Перестроение в пары на месте, по сигналу – в движении	Ходьба в сочетании с движениями и для рук	Бег широкой «змейкой» с остановкой на сигнал – свисток	«Здравствуй, солнышко»	Комплек с «Дарим маме цветы»	1. Прыжки в высоту с разбега 2. Подлезание правым и левым боком под веревочку 3. Прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги	«Догони свою пару» стр. 161 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Идем к маме» стр. 87 Е.Н. Вареник
3. Традиционный	1. Обучать ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом. 2. Совершенствовать перебрасывать малый мяч из одной руки в другую. 3. Закрепить подлезание правым и левым боком в обруч. 4. Развивать ловкость и быстроту	Построение в две, три колонны на месте и в движении	Ходьба в колонне через середину, расхождением в разные стороны по одному	Бег с приставным шагом правым и левым боком	«Трубач»	Комплек с №10	1. Лазание по гимнастической лестнице приставным способом 2. Прыжки в высоту с разбега 3. Подлезание правым и левым боком под веревочку	«Перебежки» стр. 162 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Океан» стр. 103 Е.Н. Вареник

4.Тренировка	1.Совершенствовать прыжки в высоту с разбега. 2Совершенствовать прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги. 3.Развивать ловкость.	Построение в колонну, перестроение в звенья	Ходьба в колонне со сменой ведущего, ходьба короткой и длинной «змейкой»	Бег «змейкой», по сигналу – бег врассыпную	«Здравствуй, солнышко»	Аэробика	1.Прыжки в высоту с разбега 2.Прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги	«Хитрая лиса» Т. И. Оскина	«Не расплескай воду» стр. 94 Е.Н. Вареник
5.Сюжетный «Пришла весна»	1.Обучать перебрасывать набивной мяча из – за головы. 2. Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице приставным способом. 3. Закрепить прыжки в высоту с разбега.	Построение в колонну, перестроение в звенья	Ходьба широким шагом «через лужи», на высоких четвереньках «медведь проснулся»	Бег между предметами и «обегаем лужи», в чередовании с прыжками «зайцы»	«Лес шумит»	Комплекс «Пришла весна»	1.Перебрасывание набивного мяча из – за головы 2. Лазание по гимнастической лестнице приставным способом 3. Прыжки в высоту с разбега	«Медведь и пчелы» стр. 162 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Лужи» стр.91 Е.Н. Вареник
6. Тренировка с мячом	1.Обучать прыжкам на двух ногах вдоль каната 2.Совершенствовать бросать набивной мяча вперед из – за головы. 3.Закрепить умение бросать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши (стоя на месте).	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне, на носках, в полуприседе	Бег в среднем темпе, врассыпную, боковой галоп	«Подуй на мяч»	Комплекс с малым мячом	1.Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием малого мяча перед собой (из правой руки в левую) 2.Прыжки на обеих ногах вдоль каната, перепрыгивая справа, слева 3.Бросание мяча вверх и ловить его после хлопка в ладоши (стоя на месте, в движении)	«Не выпускай мяч из круга» стр. 161 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Молчок»
7.Сюжетный «Птицы»	1.Совершенствовать прыжки на двух ногах продвигаясь вдоль каната. 2. Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его после хлопка в ладоши (стоя на месте). 3. Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке приставным шагом. 4. Развивать внимание и	Построение в две, три колонны на месте и в движении	Ходьба с заданиями для рук (руки превращаются в крылья) «как птицы»	Бег в чередовании с прыжками «воробьи»	«Гуси»	Комплекс «Прилетели птицы»	1.Ведение мяча между кеглями 2.Перебрасывание набивного мяча из – за головы 3. Лазание по гимнастической лестнице приставным способом	«Совушка» стр. 5 Л. И. Пензулаева	«Цапля» стр.73 Е.Н.Вареник

	выносливость.								
8.Игровой	1.Упражнять детей в беге, прыжках, ловле, бросании и прокатывании мяча. 2.Развивать ловкость, быстроту, выносливость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне, на носках, в полуприседе	Бег в среднем темпе, враспыну, боковой галоп	«Гуси»		1. «Ловишка» 2. «Догони свою пару» 3. «Перебежки» 4. «Хитрая лиса» 5. «Передай мяч».		«Не расплескай воду» стр. 94 Е.Н. Вареник
АПРЕЛЬ									
1.Сюжетный «Вода вокруг»	1.Обучать подлезать под дугу (высота 40-50 см.). 2. Совершенствовать метание малого мяча на дальность правой и левой рукой. 3.Закрепить ходьбу с мешочком на голове по скамейке боком.	Перестроение в 3 -4 колонны	Ходьба с различными движениями и рук	Медленный бег «речка течет» боком приставным шагом	«Море шумит»	Комплекс «Пловцы»	1.Подлезание в обруч боком. 2.Совершенствовать метание малого мяча на дальность правой и левой рукой 3.Ходьба с мешочком на голове по скамейке боком.	«Море волнуется» Л. И. пензулаева	«Океан» «Безопасность» «Здоровье» «Социализация»
2.Традиционный	1.Обучать ходьбе с мешочком на голове по скамейке. 2. Совершенствовать отбивание мяча от пола в движении. 3.Закрепить бросание набивного мяча из – за головы.	Построение в три колонны	Ходьба в колонне со сменой ведущего, «змейкой»	Челночный бег 3по10м в медленном темпе	«Глубокое дыхание»	Комплекс №5	1.Ходьба с мешочком на голове по скамейке боком 2.Ведение мяча между кеглями 3Перебрасывание набивного мяча из – за головы	«Третий лишний» Т. И. Осокина	«Пружинки» стр.92 »
3.Сюжетный в «Полет космос»	1.Обучать метанию малого мяча на дальность правой и левой рукой. 2.Совершенствовать ходьбу с мешочком на голове по скамейке боком. 3.Закрепить ведение мяча между кеглями.	Размыкание из одной колонны в три колонны приставным шагом	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой широким шагом	Бег в медленном темпе	«Задержание дыхания» стр.109	Комплекс «Тренировка космонавтов»	1.Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой 2.Ходьба с мешочком на голове по скамейке боком 3.Ведение мяча между кеглями	«Займи место в ракете»	Под музыкальное Сопровождение «В космосе» композиция «Поход» композитора Эдуарда Артемьева
4.Тренировка	1.Совершенствовать умение бросания мяча вверх и ловить его после хлопка в ладоши. 2. Совершенствовать	Размыкание из одной колонны в три колонны	Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег с приставным шагом правым и левым	«Задержание дыхания»	Комплекс с мячами	1. Бросание мяча вверх и ловить его после хлопка в ладоши 2.Метание малого мяча на дальность правой и левой	«Быстрые и меткие» стр.151 «Тематическое	«Сидячий футбол» стр.81 Е.Н.Вареник

	метание малого мяча на дальность правой и левой рукой. 3.Развивать глазомер.			боком			рукой	планирование в ДОУ»	
1. Сюжетный «Неделя финансовой грамотности»	1.Обучать ходьбе по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками. 2.Закрепить умение бросать мяч вверх и ловить его после хлопка в ладоши. 3.Укреплять мышечный корсет позвоночника.	Равнение в шеренге, перестроение в колонну по одному	С высоким подниманием колен, на носках, на пятках	В колонне по одному с выполнением различных заданий по сигналу	«Глубокое дыхание»	Комплекс с мешочками	1.Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча обеими руками 2.Бросание мяча и ловля его после хлопка в ладоши 3.Подлезание под дугами	Игра «Дорого – дешево».	«Пружинки» стр.92 Е. Н. Вареник
6.Традиционный	1.Обучать лазать по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет. 2. Совершенствовать подлезание под дугу. 3.Закрепить метание малого мяча на дальность правой и левой рукой.	Перестроение в колонну, перестроение в звенья	Ходьба с закрытыми глазами	Бег со сменой темпа	«Море шумит»	Комплекс с мячами	1. Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет 2.Подлезание в обруч боком 3.Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой	«Ловишка бери ленту» Т. И. Осокина	«Пружинки» стр.92 Е. Н. Вареник
7.Сюжетный «Земля и ее обитатели»	1.Обучать прыжкам через длинную скакалку (неподвижную) 2.Совершенствовать лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет. 3. Закреплять подлезание под дугу.	Построение в два круга	Ходьба с перекатом с пятки на носок	Бег «лисички», «волки»	«Ежик»	Комплекс с «Обезьянки»	1.Прыжки через длинную скакалку (неподвижную) 2.Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет 3.Подлезание в обруч боком	«Лиса и куры» Т. И. Осокина	«Бегемот» стр.85 Е. Н. Вареник
8.Игровой	1.Закрепить навыки работы с мячом. 2.Развивать ловкость, быстроту, внимание. 3.Воспитывать умение соблюдать правила в играх – эстафетах.	Построение в два круга	Ходьба с различными движениями и рук	Бег в быстром и медленном темпе	«Ежик»		Эстафеты: 1.«Кто дальше бросит мяч?» 2. «Проведи мяч между кеглями» 3. «Попади в цель» 4. «Пронеси и не урони» 5. «Полоса препятствий»		«Сидячий футбол» стр.81 Е. Н. Вареник
МАЙ									

1.Традиционный	1.Обучать прыжкам через скакалку на месте. 2.Упражнять в подлезании в обруч боком. 3.Закрепить метание малого мяча на дальность правой рукой.	Перестроение в колонну, перестроение в звенья	Ходьба правым и левым боком, с высоким подниманием колен	Бег с захлестыванием ног назад, быстрый бег	«Одуванчик»	Комплекс со скакалкой	1.Прыжки через скакалку на месте 2.Подлезание в обруч боком 3.Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет	«Кто быстрее добежит до флажка» Т. И. Осокина	«Помощники» стр.89 Е.Н. Вареник
2.Сюжетный «Насекомые и растения»	1.Обучать ходьбе по шнуру (8-10метров). 2. Совершенствовать в прыжках через скакалку на месте. 3. Закрепить лазание по гимнастической лестнице приставным способом.	Перестроение в 3 -4 колонны	Обычная ходьба, с приседанием «бабочки сели на цветы»	Бег обычный, с ускорением «жуки летят»	«Одуванчик»	Комплекс «Дерево в лесу»	1.Перебрасывание мяча из одной руки в другую 2.Прыжки через скакалку на месте «кузнечики» 3. Лазание по гимнастической лестнице приставным способом «высокое дерево»	«Ловля бабочек» стр.74 Л. И. Пензулаева	«Жучок на спине» стр.93 Е.Н. Вареник
3.Тренировка	1.Совершенствовать в прыжках через скакалку на месте. 2.Совершенствовать в прыжках через длинную скакалку (неподвижную) 3.Развивать ловкость.	Построение в две колонны	Ходьба на носках на пятках, с высоким подниманием колен	Бег обычный, спиной вперед	«Задерживание дыхания»	Комплекс со скакалкой	1.Прыжки через скакалку на месте 2.Прыжки через длинную скакалку (неподвижную)	«Удочка» Л. И. Пензулаева стр. 62	«Помощники» стр.89 Е. Н.Вареник
4.Сюжетный «День Победы»	1.Обучать прыжкам в длину с разбега. 2. Совершенствовать ходьбу по шнуру. 3. Закрепить прыжки через длинную скакалку (неподвижную)	Перестроение в 3 -4 колонны «на параде»	Обычная ходьба, высоко поднимая колено, с остановкой по сигналу «солдаты маршируют»	Бег обычный, между предметами, с остановкой по сигналу	«Стрельба» стр.108 Е.Н. Вареник	Комплекс «Разминка для солдат»	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Перебрасывание мяча из одной руки в другую 3.Прыжки через длинную скакалку (неподвижную) «Полоса препятствий»	«Попади в цель»	«Стойкий оловянный солдатик» стр. 73 Е. Н.Вареник
5.Традиционный	1.Обучать забрасывать мяч в корзину с места. 2.Совершенствовать прыжки в длину с разбега. 3.Закрепить прыжки через скакалку на месте.	Построение в шеренгу, расчет на 1й,2й	Ходьба на носках, на пятках, скрестным шагом	Боковой галоп правым и левым боком	«Задерживание дыхания»	Комплекс с мячом среднего размера	1.Забрасывание мяча в корзину с места 2.Прыжки в длину с разбега 3.Прыжки через скакалку на месте	«Не оставайся на полу»	«Уголок» стр.80 Е.Н. Вареник
6.Сюжетный	1.Обучать ходить по	Построение в	Ходьба со	Бег	«Обнялис	Комплек	1.Ходьба по канату боком	«Ловишки -	«Покачай

«Семья»	канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 2.Совершенствовать забрасывание мяча в корзину с места. 3.Закрепить прыжки в длину с разбега.	круг	сменой положения рук, в колонне по одному с перестроением в пары	враспыну ю, со сменой направлени я	ь» стр.107 Е.Н. Вареник	с «Размин ка»	приставным шагом с мешочком на голове (руки на поясе) 2.Забрасывание мяча в корзину с места «играем всей семьей» 3.Прыжки в длину с разбега	перебежки» Т. И. Осокина	малышку» стр.75 Е.Н. Вареник
7.Тренировка	1.Совершенствовать забрасывание мяча в корзину места и с разбега. 2.Развивать ловкость и глазомер. 3.Развивать быстроту.	Построение в шеренгу, расчет на 1й,2й,3й	Ходьба с перестроением в две колонны и опять в колонну по одному	Бег спиной вперед, быстрый бег	«Обнялис ь» стр.107 Е.Н. Вареник	Комплек с «Размин ка»	1.Забрасывание мяча в корзину места и с разбега (корзина расположена на 20-25см. выше поднятой руки ребенка)	«Попади в цель»	«Уголок» стр.80 Е.Н. Вареник
8. Игровой	1.Закрепить прыжки в длину с разбега, через скакалку на месте, забрасывание мяча в корзину места. 2.Развивать быстроту, ловкость, глазомер. 3.Воспитывать умение играть в коллективе.	Построение в круг, в две колонны	Ходьба на носках, на пятках	Легкий и быстрый бег	«Задержи вание дыхания»		1. «Не задень!» стр.105 Л.И. Пензулаева 2. «Эстафета с мячом» 3. «День и ночь стр.102 Л. И. Пензулаева 4. «Кто дальше прыгнет» 5. «Тихо – громко» стр.23 Л.И. Пензулаева		«Жучок на спине» стр.93 Е.Н. Вареник

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН
«РАЗВИВАЮЩАЯ ПЕДАГОГИКА ОЗДОРОВЛЕНИЯ КУДРЯВЦЕВ В.Т.
(старшая группа)
СЕНТЯБРЬ

Программное содержание	Построение, пере-строения	Ходьба	Бег	Коррекционные упражнения	Равновесие	ОВД		Игры разной подвижности	Дыхательная гимнастика	Релаксация
Формирование правильного стереотипа ходьбы и навыков правильной осанки.	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках	Бег в колонне по одному, в рассыпную с нахождением своего места в колонне по одному, по	«Лягушата» стр.77 Е. Н. Вареник «Походи боком» стр.80 Е. Н. Вареник	Ходьба по канату, лежащему на полу, боком приставным шагом	— Прокатывание мяча по дорожке, через дуги, попадая им в кубик, стоящий за	Подлезание под дуги (догоняя свой мяч)	"Охотники" стр.62 "Петрушка" стр.62 В. Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления"	«В лесу»» стр.175 В. Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления»	Под речевое сопровождение «Волшебный сон» стр.101 Е. Н. Вареник

			сигналу			дугами				
Формирование правильного стереотипа ходьбы и навыков правильной осанки	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках	Бег в колонне по одному, врассыпную с нахождением-ем своего места в колонне по одному, по сигналу	«Лягушата», «Походи боком»	Ходьба по канату, лежащему на полу, боком приставным шагом	— Прокатывание мяча по дорожке, через дуги, попадая им в кубик, стоящий за дугами 3	Подлезание под дуги (догоняя свой мяч) П	"Птицы в клетке" стр.62 "Большие и маленькие колеса" стр.63	«Сердитый ежик» стр.175 В. Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления»	Под речевое сопровождение «Волшебный сон» стр.101 Е. Н. Вареник
Укрепление мышечного корсета	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали	«Великаны и гномики» стр. 77 «Все спортом занимаются» стр. 78 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением правильной осанки	Перебрасывание мяча друг другу от груди, стоя в шеренгах	Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед (3—5 м)	"Охотники" стр.62 "Петрушка" стр.62 В. Т. Кудрявцев	«Гуси летят» стр.174 В. Т. Кудрявцев «развивающая педагогика оздоровления»	Под речевое сопровождение «Расслабление» стр.101 Е. Н. Вареник
Укрепление мышечного корсета	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали	«Великаны и гномики» стр. 77 , «Все спортом занимаются» стр.78 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением правильной осанки	Перебрасывание мяча друг другу от груди, стоя в шеренгах	Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед (3—5 м)	"Охотники" стр.62 "Петрушка" стр.62 В. Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления»	«Сердитый ежик» стр.175 В. Т. Кудрявцев «развивающая педагогика оздоровления»	Под речевое сопровождение «Расслабление» стр.101 Е. Н. Вареник

ОКТАБРЬ

Программное содержание	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	Коррекционные упражнения	Равновесие	ОВД	Игры разной подвижности	Дыхательная гимнастика	Релаксация
Укрепление голеностопного сустава, мышечного корсета	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному	В колонне по одному, с захлестыванием голени назад, с высоким подниманием	«Цапля» стр. 73, «Гуси» Стр. 81, Е. Н. Вареник «Физкультурно - оздоровительные	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, затем	Прыжки в длину с места на мягкое покрытие	Подлезание под дуги (стоящие друг от друга на расстоянии 1м) правым, левым	"Поезда" стр.130 В. Т. Кудрявцев "Колобок " стр. 63	«Глубокое дыхание" стр. 104 Е. Н. Вареник

позвоночника.			колен	занятия»	выпрямиться и пройти до конца скамейки		боком		
Укрепление голеностопного сустава, мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному	В колонне по одному, с захлестыванием голени назад, с высоким подниманием колен	«Цапля» стр. 73, «Гуси» Стр. 81, Е. Н. Вареник «Физкультурно - оздоровительные занятия»	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, затем выпрямиться и пройти до конца скамейки, руки в стороны	Прыжки в длину с места на мягкое покрытие	Подлезание под дуги (стоящие друг от друга на расстоянии 1м правым, левым боком	"Поезда" стр.130 В. Т. Кудрявцев "Колобок " стр. 63	"Глубокое дыхание" стр. 104 Е. Н. Вареник
Укрепление мышечно- связочного аппарата ног и туловища	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали, медленный оздоровительный бег до 1 мин.	"Паровозик" стр.75 "Еж с ежатами" стр.78 Е.Н. Вареник	Ходьба по ребристой доске, руки в стороны	Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед (вправо, влево через канат, лежащий на по	Подбрасывание и ловля мяча обеими руками	"Прыгуны и ползуны" стр.62 В.Т. Кудрявцев "Поезда" стр.62	"Гудок парохода" стр. 173 В.Т. Кудрявцев
Укрепление мышечно- связочного аппарата ног и туловища	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали, медленный оздорови- тельный бег до 1 мин.	"Паровозик" стр.75" Еж с ежатами" стр.78 Е.Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, затем выпрямиться и пройти до конца скамейки, руки в стороны	Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед (вправо, влево через канат, лежащий на полу	Подбрасывание и ловля мяча обеими руками	"Прыгуны и ползуны" стр.62 В.Т. Кудрявцев "Поезда" стр.62	"Гудок парохода" стр. 173 В.Т. Кудрявцев

НОЯБРЬ

Формирование правильной осанки, укрепление мышц	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Обычная ходьба по залу, на носках, на	Бег по кругу, в прямом направлении в колонне	«Морская звезда» стр.73, «Цапля» стр.73	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики	Прыжки на обеих ногах из обруча в обруч (лежат	Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой про-	«Репка» стр.129, "Веселые человечки" стр.62	«Прогулка в лес» стр.105 Е. Н. Вареник	Под речевое сопровождение «Сказка» стр. 100
---	--	---	--	---	---	--	---	---	--	---

туловища и конечностей		пятках	по одному	Е. Н. Вареник		на полу последовательно)	лет	В. Т. Кудрявцев		Е. Н. Вареник
Формирование правильной осанки, укрепление мышц туловища и конечностей	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Обычная ходьба по залу, на носках, на пятках	Бег по кругу, в прямом направлении в колонне по одному	«Морская звезда» стр.73, «Цапля» стр.73 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики	Прыжки на обеих ногах из обруча в обруч (обручи лежат на полу последовательно)	Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет	"Не задень веревочку" стр. 132 В. Т. Кудрявцев "Цирк" стр.130	«Прогулка в лес» стр. 105 Е. Н. Вареник	Под музыкальное и речевое сопровождение «Сказка»
Улучшение координации движений, укрепление опорно-двигательного аппарата	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, между предметами змейкой	Бег по площадке в колонне по одному, змейкой между предметами	«Стойкий оловянный солдатик» стр.73 Е. Н. Вареник	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, голова прямо руки на поясе, носки оттянуты	Прыжки на правой и левой ногах с продвижением вперед	Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками	«Репка» стр.129, "Веселые человечки" стр.62 В. Т. Кудрявцев	"Зернышко" стр.64 В. Т. Кудрявцев	Под речевое сопровождение «Веселые гномы» стр. 99 Е. Н. Вареник
Улучшение координации движений, укрепление опорно-двигательного аппарата	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, между предметами змейкой	Бег по площадке в колонне по одному, змейкой между предметами	«Стойкий оловянный солдатик» стр.73 Е. Н. Вареник	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе, носки оттянуты, голова прямо	Прыжки на правой и левой ногах с продвижением вперед	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на руки и колени	"Не задень веревочку" стр. 132 В. Т. Кудрявцев "Цирк" стр.130	"Зернышко" стр.64 В. Т. Кудрявцев	Под речевое сопровождение «Веселые гномы»

ДЕКАБРЬ

Развитие координации движений, укрепление мышц туловища	Построение в шеренгу, в колонну по одному	Обычная ходьба, на носках, на пятках	Оздоровительный бег по залу, змейкой, по диагонали	«Все спортом занимаются» стр. 78 Е. Н. Вареник	Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе	Прыжки на двух ногах через кубики	Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват руками с боков скамейки	"Косари" стр.132 "Магазин игрушек" стр.130 " В.Т. Кудравцев	"Упрямый ослик" стр.64 В.Т. Кудрявцев	Под речевое сопровождение «Молчок» стр.100 Е. Н. Вареник
Развитие координации движений, укрепление мышц туловища	Построение в шеренгу, колонну по одному	Обычная ходьба, на носках, на пятках	Оздоровительный бег по залу, змейкой, по диагонали	«Все спортом занимаются»	Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе	Прыжки на обеих ногах через кубики	Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват руками с боков скамейки	"Косари" стр.132 "Магазин игрушек" стр.130 " В.Т. Кудравцев	"Плаксы" стр. 64 В.Т. Кудрявцев	Под речевое сопровождение «Молчок»
Укрепление мышц, участвующих в формировании свода стопы	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному. «Цапли», «Великаны и гномики»	Бег в колонне по одному с преодолением препятствий	«Я по тропочке иду», «Лягушки» стр. 77 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Подбрасывание и ловля мяча обеими руками, не прижимая его к груди	Ползание по-пластунски под дугами, стоящими друг от друга на расстоянии 1 м	"Белые медведи" стр.134 В.Т. Кудрявцев «Ель, елка, елочка» стр.79 Е. Н. Вареник	"Упрямый ослик" стр.64 В.Т. Кудрявцев	Под речевое сопровождение «Олени» стр. 103 Е. Н. Вареник
Укрепление мышц, участвующих в формировании свода стопы	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному. «Цапли», «Великаны и гномики»	Бег в колонне по одному с преодолением препятствий	«Я по тропочке иду», «Лягушки»	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Подбрасывание и ловля мяча обеими руками, не прижимая его к груди	Ползание по-пластунски под дугами, стоящими друг от друга на расстоянии 1 м	«"Белые медведи" стр.134 В.Т. Кудрявцев Ель, елка, елочка» стр.79	"Плаксы" стр. 64 В.Т. Кудрявцев	Под речевое сопровождение «Олени»

ЯНВАРЬ

Развитие координации движений, укрепление мышечного корсета позвоночника, мышц верхних и нижних конечностей.	Построение в круг. Танцевальные упражнения: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами	В колонне по одному	В колонне по одному	«Посуда» стр.90 Е.Н. Вареник	По гимнастической скамейке, перешагивая через кубики	«Кто бросит дальше мешочек»	«Кто быстрее доползет до флажка»	"Колобок" стр.135 "Наоборот" стр.133 В.Т. Кудрявцев	«Подуем на снежинки»	"Пружинки" стр.65 В.Т. Кудрявцев
Развитие координации движений, укрепление мышечного корсета позвоночника, мышц верхних и нижних конечностей.	Построение в круг. Танцевальные упражнения: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами	В колонне по одному	В колонне по одному	«Посуда» стр.90 Е.Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	«Кто бросит дальше мешочек»	«Кто быстрее доползет до флажка»	"Колобок" стр.135 "Наоборот" стр.133 В.Т. Кудрявцев	«Подуем на снежинки»	"Пружинки" стр.65 В.Т. Кудрявцев
Развитие координации и быстроты движений в крупных и мелких мышечных группах	Построение в шеренгу	По кругу, в разных направлениях	В колонне по одному	"Испуганные лошадки" стр. 58 В.Т. Кудрявцев	По гимнастической скамейке, перешагивая через кубики	Прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка «Достань снежинку»	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	"Голубки" стр. 133 "Большие и маленькие колеса" стр. 136 В.Т. Кудрявцев	"Трубочка" стр.105 Е.Н. Вареник	"Расслабление" стр.101 Е.Н. Вареник
Развитие координации и быстроты движений в крупных и мелких мышечных группах	Построение в шеренгу	По кругу, в разных направлениях	В колонне по одному	"Испуганные лошадки" стр. 58 В.Т. Кудрявцев	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	"Голубки" стр. 133 "Большие и маленькие колеса" стр. 136 В.Т. Кудрявцев	"Трубочка" стр.105 Е.Н. Вареник	"Расслабление" стр.101 Е.Н. Вареник

						«Достань снежинку»				
--	--	--	--	--	--	--------------------	--	--	--	--

ФЕВРАЛЬ

Укрепление свода стопы, мышц туловища, развитие равновесия	Размыкание, смыкание	Змейкой, по кругу	По кругу, по извилистой дорожке	«Ножницы» стр. 76 В.Н. Вареник	По наклонной доске (высота 30—35 см) 3	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1Д м.; размер 1—1,5 м.)	Подлезание под препятствия (высота 50 см), не касаясь руками пола	«Кто быстрее докатит мяч до указанного места», «Найди предмет»	«Поднимаем выше груз» стр.107 Е.Н. Вареник	«Волшебный сон» стр.101 Е.Н. Вареник
Развитие координации движений конечностей, формирование правильной осанки	Размыкание, смыкание	С остановкой, приседанием	Змейкой, по кругу	«Ах, ладошки, вы ладошки!» стр.74 Е.Н. Вареник	Ходьба по наклонной доске	В вертикальную цель	Подлезание под препятствия; в обруч	Игра в "кувшинчик" стр.137 В.Т. Кудрявцев, «Найди свое место»	«Вертолет» стр.107 В.Н. Вареник	«Волшебный сон»
Укрепление свода стопы, мышц туловища, развитие равновесия	Размыкание, смыкание	Змейкой по кругу	По кругу, по извилистой дорожке	«Ножницы»	По наклонной доске (высота 30—35 см) 3	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1Д м.; размер 1—1,5 м.) О	Подлезание под препятствия (высота 50 см), не касаясь руками пола П	«Кто быстрее докатит мяч до указанного места», «Найди предмет»	«Поднимаем выше груз»	Кулачки стр.101 Е.Н. Вареник

МАРТ

Формирование правильной осанки, укрепление мышц свода стопы, расслабление мышц	Повороты направо-налево	С поворотом	С изменением темпа (с мячом)	«Снежок» стр. 87 Е.Н. Вареник	Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы с мячом	Прыжки через 4—6 линий	Бросание мяча вверх, об пол (ловить 2—3 раза подряд)	«Путешествие по дну моря» стр.130 В.Т. Кудрявцев, «Снайперы» стр.63	"Хлопушка" стр.107 Е.Н. Вареник	«Волшебный сон» тр.102 Е.Н. Вареник
Укрепление мышц свода стопы и голеней	Перестроение в колонну по одному	На носках парами	В колонне по двое	«Скакалка» стр. 84 Е.Н. Вареник	Ходьба по бревну, приставляя пятку одной ноги к носку	Ходьба по наклонной доске	Бросание мяча вверх, об пол, об стенку	"Бегите к своим флажкам" стр.63 "Найди камешек" стр. 136	«Ежик» стр.106 Е.Н. Вареник	"Океан" стр.103 Е.Н. Вареник

					другой			В.Т. Кудрявцев		
Формирование правильной осанки, укрепление мышц свода стопы, расслабление мышц	Повороты направо-налево	С поворотом	С изменением темпа (с мячом)	«Снежок» стр. 87 Е.Н. Вареник	Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы с мячом	Прыжки через 4—6 линий	Бросание мяча вверх, об пол (ловить 2—3 раза подряд)	"Путешествие по дну моря" стр.130 В.Т. Кудрявцев, «Снайперы» стр.63	"Хлопушка" стр.107 Е.Н. Вареник	«Волшебный сон» 2 стр.102 Е.Н. Вареник
Укрепление мышц свода стопы и голеней	Перестроение в колонну по одному	На носках парами	В колонне по двое	«Скакалка» стр. 84 Е.Н. Вареник	Ходьба по бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой	Ходьба по наклонной доске	Бросание мяча вверх, об пол, об стенку 3	"Бегите к своим флажкам" стр.63 "Найди камешек" стр. 136 В.Т. Кудрявцев	«Ежик» стр.106 Е.Н. Вареник	"Океан" стр.103 Е.Н. Вареник

АПРЕЛЬ

Укрепление опорно-двигательного аппарата	Построение в круг	На носках, пятках	По сигналу в указанное место	«Лягушки» стр.77 Е.Н. Вареник	Медленно с кружение в обе стороны	В длину с места (не менее 40 см). Из кружка в кружок	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	"Тень" стр. 132 "Ловля птиц на лету" стр.134 В.Т. Кудрявцев	"Обнялись" стр. 107 Е.Н. Вареник	"Потягивание" стр.181 В.Т. Кудрявцев
Развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу	С выполнением заданий: как мишка, лисичка, петушок	В быстром темпе 10 м	«Не урони» стр.93 Е.Н. Вареник	Медленное кружение в обе стороны	Из кружка в кружок, вокруг предмета в	На дальность (2,5—5 м.)	"Голубки" стр.133 "Найди камешек" стр.136 В.Т. Кудрявцев	"Здравствуй, солнышко" стр.107 Е.Н. Вареник	"Космос" стр.102 Е.Н. Вареник
Укрепление опорно-двигательного аппарата	Построение в круг	На носках, пятках	По сигналу в указанное место	«Лягушки»	Медленно с кружение в обе стороны	В длину с места (не менее 40 см). Из кружка в кружок	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	"Тень" стр. 132 "Ловля птиц на лету" стр.134	"Обнялись"	Потягивание" стр.181 В.Т. Кудрявцев

								В.Т. Кудрявцев		
Развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу	С выполнением заданий: как мишка, лисичка, петушок	В быстром темпе 10 м	«Не урони»	Медленное кружение в обе стороны	Из кружка в кружок, вокруг предмета в	На дальность (2,5—5 м.)	"Голубки" стр.133 "Найди камешек" стр.136 В.Т. Кудрявцев	"Здравствуй, солнышко" стр.107	"Космос" стр.102

МАЙ

Укрепление мышц туловища и конечностей, тренировка в усложненной ходьбе	Размыкание, смыкание обычным шагом	Змейкой, по кругу	В колонне по одному	«Самолетик - самолет» стр.79 Е.Н. Вареник	Ходьба, перешагивая через рейки лестницы	С высоты 15—20 см	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди П	"Колобок" стр.135 "Кувшинчик" стр.156 В.Т. Кудрявцев	«Поднимаем выше груз» стр.107 Е.Н. Вареник	Массаж живота стр.182 В.Т. Кудрявцев
Укрепление связочно-мышечного аппарата стоп, расслабление мышц	Построение в колонну по одному	Змейкой, по кругу	По кругу, врассыпную	«Кач - кач» стр. 80 Е.Н. Вареник	Ходьба по канату	Прыжки в высоту с разбега (высота 50 - 60 см.)	Метание набивного мяча (1 кг.) из-за головы	«Какая команда добежит быстрее до своего флажка», "В хвосты" стр.157 В.Т. Кудрявцев	«Веселая пчелка» стр.175 В.Т. Кудрявцев	"Рыбки" стр. 100 Е.Н. Вареник
Укрепление мышц туловища и конечностей, тренировка в усложненной ходьбе	Размыкание, смыкание обычным шагом	Змейкой, по кругу	В колонне по одному	«Самолетик - самолет» стр.79 Е.Н. Вареник	Ходьба, перешагивая через рейки лестницы	С высоты 15—20 см	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди П	"Колобок" стр.135 "Кувшинчик" стр.156 В.Т. Кудрявцев	"Упрямый ослик" стр.173	Массаж живота стр.182 В.Т. Кудрявцев

Укрепление связочно - мышечного аппарата стоп, расслабление мышц	Построение в колонну по одному	Змейкой, по кругу	По кругу, враспыну	"Кач - кач" стр. 80	Ходьба по канату	Прыжки в высоту с разбега (высота 50 - 60 см.)	Метание набивного мяча (1 кг.) из-за головы	«Какая команда добежит быстрее до своего флажка» "В хвосты" стр.157 В.Т. Кудрявцев	"Поднимаем выше груз" стр. 107 Е.Н. Вареник	"Рыбки" стр. 100 Е.Н. Вареник
--	--------------------------------	-------------------	--------------------	---------------------	------------------	--	---	--	---	-------------------------------

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

№ Тема	Программное содержание	Вводная часть			Основная часть				Заключительная часть
		Перестроение	Ходьба	Бег	Упражнение на дыхание	ОРУ	ОВД	Подвижные игры	Релаксация, игры малой подвижности, игровые упражнения
СЕНТЯБРЬ									
1.Традиционный	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке боком. 2. Закрепить умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места. 3.Закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком.	Построение в колонну; игра «По местам» – по сигналу дети находят свои места в колонне	Обычная ходьба с заданием на движение рук. Игра «Будь внимательным»	Бег «змейкой», по сигналу – смены ведущего	«Здравствуй, солнышко» стр.107 Е. Н. Вареник	С лентами	1.Ходьба по гимнастической скамейке боком, руки за голову. 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места. 3. Пролезание в обруч правым и левым боком.	«Ловишка с лентами» Т. И. Осокина	«Фигуры» стр.11 Л. Н. Пензулаева

2. Сюжетный «Наш любимый детский сад»	1. Обучать отбивать мяч правой и левой рукой в движении. 2. Закрепить умение пролезать в обруч правым и левым боком. 3. Закрепить умение ходить по гимнастической скамейке боком.	Построение в колонну; игра «По местам» – по сигналу дети находят свои места в колонне	Обычная ходьба с заданием на движение рук. Игра «Будь внимательным»	Бег «змейкой», по сигналу – смены ведущего	«Здравствуй, солнышко»	С лентами	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении. 2. Пролезание в обруч правым и левым боком. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, руки за голову.	«Ловишка с лентами»	«Фигуры»
3. «Тренировка с мячом»	1. Обучать ходить по скамейке гимнастическим шагом. 2. Упражнять в прыжках с мячом, зажатым между колен. 3. Совершенствовать умение бросать мячи в горизонтальную цель.	Построение в колонну. Повороты направо, налево	Ходьба гимнастическим шагом – мяч впереди, ходьба на носках – мяч за голову.	Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку	«Воздушный шарик»	С большим мячом	1. Ходьба гимнастическим шагом по скамейке с мячом, на каждый шаг, фиксируя положение мяча (вверх, вниз) 2. Прыжки с мячом между кеглями, мяч зажат между колен.	«Чья команда больше забросит мячей в корзину»	«Сказка» стр.100 Е. Н. Вареник
4. Сюжетный «Моя семья»	1. Обучать бросать мяч вверх двумя руками и ловить его. 2. Совершенствовать умение лазать по гимнастической лестнице с пролета на пролет приставным шагом. 3. Упражнять в беге и ловле.	Построение в колонну. Повороты направо, налево	Ходьба гимнастическим шагом – мяч впереди, ходьба на носках – мяч за голову.	Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку	«Воздушный шарик»	С большим мячом	1. Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, не менее 20 раз, а одной – не менее 10 раз подряд. 2. Лазание по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет.	«Ловишка с мячом» Т. И. Осокина	«Сказка»

5.Традиционный	1.Обучать прыгать через скакалку на двух ногах. 2.Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом. 3. Совершенствовать умение бросать мяч вверх, с хлопками и ловить его.	Повороты направо, налево Перестроение в три звена.	Ходьба «Гуси» на пятках, «Помедвежьи» на наружных сводах стопы.	Бег на носках, с захлестыванием голени «Олени»	«Большой и маленький» стр.173 В. Т. Кудрявцев	С лентами	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. 2. Прыжки через скакалку. 3. Бросать мяч вверх, с хлопками.	«Пустое место» Т. И. Осокина	«Эхо» стр. 9 Л. И. Пензулаева
6.Сюжетный «Прогулка в лес»	1. Обучать ползать на четвереньках по гимнастической скамейке. 2. Совершенствовать умение бросать мяч вверх, с поворотами и приседанием. 3. Упражнять в беге и ловле.	Построение в колонну Повороты направо, налево	Ходьба врассыпную с нахождением своего места в колонне «По лесной тропинке»	Бег с изменением темпа, с высоким подниманием коленей «Через упавшие ветки»	«Лес шумит»	Комплекс «На лесной полянке»	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке «По бревнышку» 2. Бросать мяч вверх, с поворотами и приседанием «Поиграем шишками».	«Волк во рву» Т. И. Осокина	Под музыкальное сопровождение «Звуки леса»
7.Традиционный	1.Познакомить детей с функцией позвоночника. 2.Обучать правильной последовательности выполнения ОРУ. 3.Совершенствовать выполнение коррекционных упражнений для позвоночника.	Построение в одну колонну	Ходьба в колонне по одному «Ракеты», «Цапля» на пятках руки за голову	Бег на месте, по кругу, по диагонали	«Лес шумит»	С гимнастическими палками	1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке «По бревнышку» 2. Бросать мяч вверх, с поворотами и приседанием «Поиграем шишками».	«Я позвоночник берегу» стр.29 «Физкультурно - оздоровительные занятия» Е.Н.Вареник	«Эхо» стр. 9 Л. И. Пензулаева
8. Тренировка	1.Совершенствовать умение прыгать на двух ногах из обруча в обруч. 2. Упражнять в равновесии в беге по скамейке на носочках. 3. Закрепить умение пролезать в воротики боком, не касаясь руками	Построение в две колонны	Обычная ходьба, по сигналу – ходьба врассыпную, на пятках	Бег в среднем темпе – 40 секунд, по сигналу, чередуя с ходьбой	«Фейерверк» стр.173 В. Т. Кудрявцев	С гимнастическими палками	«Полоса препятствий». 1. Бег по скамейке на носках. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3.«Пролезание в воротики» боком не касаясь руками	«Ловишка с мячом» «Пустое место»	«Мяч водящему» стр. 17 Л. И. Пензулаева

	пола.						пола.		
ОКТАБРЬ									
1. Сюжетный «Наш огород»	1. Обучать ходить по скамейке на носках, на середине приседая на одной ноге, другую махом пронося с боку вперед. 2. Упражнять в прыжках вверх из глубокого приседа. 3. Развивать ловкость.	Повороты на месте направо, налево, кругом. Перестроение в три колонны	Ходьба широким шагом и с выпадами, спиной вперед, на высоких четвереньках, на носках	Обычный бег, бег «змейкой», по сигналу – смена направления движения	«Вырасти большой»	Комплекс «Овощи»	1. Ходьба по скамейке на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку вперед «Аист» 2. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие «Лягушата»	«Раз, два, три овощ назови!»	«Волшебный сон» стр. 101 Е. Н. Вареник
2. Традиционный	1. Обучать ведению мяча правой и левой рукой. 2. Упражнять в ходьбе по гимнастическому буму на носках. 3. Совершенствовать прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие.	Повороты на месте направо, налево, кругом, в движении. Перестроение в три колонны	Ходьба широкими выпадами, спиной вперед, на высоких четвереньках, на носках	Обычный бег, бег «змейкой», по сигналу – смена направления движения	«Вырасти большой» стр. 106 Е. Н. Вареник	С малыми обручами	1. Упражнение в ведении мяча правой и левой рукой, обходя поставленные в ряд предметы (6–8 кубиков, кеглей) 2. Ходьба по гимнастическому буму на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку вперед. 3. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие «Лягушата».	«Салки на одной ноге» стр. 171 «Физическое развитие детей»	«Волшебный сон»
3. Тренировка	1. Совершенствовать прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места, прыжки из обруча в обруч, прыжки вверх из глубокого приседа на	Перестроение парами; 3–4 раза менять направление движения по команде «Кругом!»	Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, приставной шаг с приседанием	Бег на носках, с захлестыванием голени назад, подскоком, боковым	«Хлопушка» стр. 107 Е. Н. Вареник	С малыми мячами	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места. 2. Прыжки из обруча	«Волк во рву» стр. 171 «Физическое развитие детей»	«Расслабление» стр. 101 Е. Н. Вареник

	мягкое покрытие. 2. Развивать ловкость. 3. Воспитывать умение выполнять правила игры.			галопом			в обруч. 3. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие «Лягушата»		
4. Традиционный	1. Обучать ползанию по скамейке на высоких четвереньках, перешагивая через предметы. 2. Закрепить прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед. 3. Совершенствовать отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении.	Перестроение парами; 3–4 раза менять направление движения по команде «Кругом!»	Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, приставной шаг с приседанием	Бег на носках, с захлестыванием голени назад, подскоком, боковым галопом	«Хлопушка»	С малыми мячами	1. Ползание по скамейке на высоких четвереньках, перешагивая через предметы на скамейке (кирпичики) 2. Прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед. 3. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении.	«Жмурки»	«Расслабление»
5. Сюжетный «Будем закаляться!»	1. Обучать бросать мяч из одной руки в другую с отскоком от пола. 2. Закрепить ползание по скамейке на высоких четвереньках, перешагивая через предметы на скамейке (кирпичики) 3. Упражнять в прыжках через скакалку на двух ногах.	Перестроение в круг, в два круга	Ходьба по ребристой доске, скрестным шагом, на, на внешних сторонах стопы	Бег легко, стремительно	«Дышим животом»	«Физкультурики»	1. Бросать мяч из одной руки в другую с отскоком от пола. 2. Ползание по скамейке на высоких четвереньках, перешагивая через предметы на скамейке (кирпичики) 3. Прыжки через скакалку на двух ногах.	«Кто скорей докатит обруч до флажка?»	«Расслабление»
6. Тренировка	1. Совершенствовать отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении.	Повороты на месте направо, налево, кругом, в движении.	Ходьба на носках, на пятках, по сигналу –	Семенящий бег, чередуя с бегом широким	«Дышим животом»	«Физкультурики»	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении.	«Кого назвали тот и ловит мяч»	«Молчок» стр. 100 Н. Вареник

	2.Совершенствовать бросание мяча из одной руки в другую с отскоком от пола. 3.Совершенствовать ведение мяча правой и левой рукой, обходя поставленные в ряд предметы.	Перестроение в три колонны	остановка, на средних четвереньках	шагом, по сигналу – перестроение в пары			2. Бросать мяч из одной руки в другую с отскоком от пола. 3. Упражнять в ведении мяча правой и левой рукой, обходя поставленные в ряд предметы (6-8)		
7.Традиционный	1.Оказать общеукрепляющее воздействие на организм ребенка. 2.Закрепить навыки прыжков на обеих ногах на месте и с продвижением вперед. 3.Формировать навыки правильной осанки.	Построение в колонну по одному Проверка осанки и равновесия	Ходьба по одному по залу, по ребристой доске, «Великаны и гномики»	Бег на месте, по диагонали, с захлестом назад.	«Шарик лопнул» стр.106	С гимнастическими палками	1.Прыжки на двух ногах на месте. 2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	«Жмурки»	«Осанка»
8.Игровой	1.Совершенствовать бросание и ловлю мяча двумя руками. 2.Закрепить знание правил игр. 3.Развивать ловкость.	Перестроение в колонну по два	Ходьба на носках, на пятках, по сигналу – остановка, на средних четвереньках	Семенящий бег, чередуя с бегом широким шагом, по сигналу – перестроение в пары	«Шарик лопнул»			1.«Сбей кеглю» 2.«Подбрось и поймай» 3.«Жмурки» 4.«Кто скорей докатит обруч до флажка?» 5.«Стоп» стр. 141 А.И. Сорокина	«Молчок»
НОЯБРЬ									
1.Традиционный	1.Обучать прыжкам вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке приседая на середине. 3.Закрепить бросание и	Построение в шеренгу, размыкание приставным шагом	Ходьба с изменением направления по ориентирам, остановка по сигналу	Бег, выбрасывая прямые ноги вперед и широким шагом	«Дышим животом»	Комплекс № 1	1.Прыжкам вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20 см) 2.Ходьба по гимнастической скамейке приседая на середине. 3.Бросание и ловля мяча двумя руками	«Стоп» стр. 141 А.И. Сорокина	«Веселые гномы» стр. 99 Е.Н. Вареник

	ловлю мяча двумя руками.								
2. Сюжетный «Магазин одежды и обуви»	1. Обучать лазать по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом) 2. Совершенствовать прыжкам вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие. 3. Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке приседая на середине.	Построение в шеренгу, колонну, равнение на ведущего повороты на месте	Ходьба в разных построениях (колонне по одному, парами, в круге)	Бег на носках в разных направлениях, по сигналу бег в колонне	«Дышим животом»	Комплекс «Наша одежда»	1. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом) 2. Прыжкам вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие 3. Ходьба по гимнастической скамейке приседая на середине	«Раз, два, три, одежду, обувь назови!»	«Веселые гномы» стр. 99 Е. Н. Вареник
3. Тренировка	1. Совершенствовать лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом) 2. Развивать координацию движений и чувство равновесия. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения во время игры.	Построение в 2, 3 колонны на месте; расчет на 1-й, 2-й, 3-й.	Ходьба парами, тройками, по сигналу – ходьба врассыпную	Бег парами, тройками, по сигналу – бег врассыпную	«Шар лопнул»	Комплекс № 1	1. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом)	«Перелет птиц» Т. И. Осокина	«Кулачки» стр. 101 Е. Н. Вареник
4. Традиционный	1. обучать прыжкам через скакалку на двух ногах. 2. Закрепить лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом) 3. Закрепить прыжкам вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие.	Построение в шеренгу, равнение на ведущего, повороты на месте	Ходьба совершая различные движения руками	Бег легко, стремительно	«Шар лопнул»	Комплекс с кубиками	1. Прыжки через скакалку на двух ногах 2. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом) 3. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие	«Ловишка»	«Кулачки» стр. 101 Е. Н. Вареник
5. Сюжетный	1. Обучать перебрасывать	Перестроение	Ходьба	Бег сильно	«Звук (м)»	Комплекс с	1. Перебрасывание	Русская	Игра

3. «Наша страна»	мяч друг другу от груди. 2.Совершенствовать прыжкам через скакалку на двух ногах. 3.Развивать быстроту и ловкость.	из одной колонны в 2, 3 на ходу	обычным, гимнастически м шагом	сгибая ноги в коленях, выбрасывая прямые ноги вперед		кубиками	мяч друг другу от груди (расстояние 3-4 м) 2.Прыжкам через скакалку на двух ногах	народная игра «Пятнашки» стр. 18 «Детские подвижные игры народов СССР»	«Капитан» стр.132 «Развивающие игры для детей»
6.Тренировка	1.Совершенствовать прыжками через скакалку на двух ногах. 2.Развивать ловкость и быстроту. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения во время игры.	Построение в шеренгу и колонну по одному, рассчитываться на первый-второй, после чего перестраиваться из одной шеренги в две	Ходьба скрестным шагом, в приседе	Бег через препятствия, не задевая за них, сохраняя скорость бега	«Звук (м)»	Комплекс в парах №1 стр. 46 «Перспективное планирование физ. занятий с детьми 6-7 лет»	1. Прыжками через скакалку на двух ногах	«Удочка» стр. 211 Т.И. Осокина	Игра «Летает не летает» стр. 10 Л. И. Пензулаева
7.Традиционный	1.Формировать и закреплять навыки правильной осанки. 2.Укреплять мышцы, участвующие в формировании свода стопы. 3.Закрепить навыки лазания по гимнастической лестнице.	Построение, проверка осанки, равнение на ведущего	Ходьба на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне	Бег обычный, на носках	«Насос»	Комплекс с палками	1.Лазание по гимнастической лестнице. 2.Ходьба по ребристой доске.	«Ловишка с ленточкой»	«Океан»
8.Игровой	1.Закрепить перебрасывание мяча друг другу от груди. 2.Развивать ловкость, быстроту и выносливость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми во время игр.	Построение из одной шеренги в круг	Ходьба по кругу взявшись за руки и с заданиями для рук	Бег по кругу, по сигналу смена направления	«Насос»		1. «Стоп» 2.«Перелет птиц» 3.«Ловишка» 4.«Удочка» 5. «Перебрось мяч»		

ДЕКАБРЬ

1.Традиционный	1.Обучать ползать по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. 2.Совершенствовать прыжками через скакалку на двух ногах. 3.Закрепить перебрасывание мяча друг другу из-за головы.	Построение из одной колонны в две	Чередование ходьбы «змейкой» по залу с ходьбой враспынную, с остановкой по сигналу	Чередование бега «змейкой» в колонне с бегом враспынную, с остановкой по сигналу	«Лыжник»	Комплекс на скамейках №5	1. Ползать на скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами 2. Прыжками через скакалку на двух ногах 3.Перебрасывание мяча друг другу из-за головы	«Передача мяча» дружная семья» стр. 134 (передача мяча по кругу)	Игра «Дом» стр. 163 «Развивающие игры для детей»
2.Сюжетный «Дома на улицах города»	1.Обучать прыжкам через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге. 2.Совершенствовать ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. 3.Упражнять в беге по скамейке на носочках, сохраняя равновесие.	Построение в 2 шеренги, в 3 шеренги (расчет)	Ходьба на носках «высокие дома», в полуприседе «низкие дома»	Бег на носках в разных направлениях, по сигналу – бег в колонне	«Глубокое дыхание» стр. 104 Е. Н. Вареник	«Строим дом»	1.Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге 2.Ползание на скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами 3.Бег по скамейке на носочках, сохраняя равновесие	«Перенеси предмет» (из одного дома в другой) стр. 249 Т. И. Осокина	Игра «Дом» стр. 163 «Развивающие игры для детей»
3.Тренировка	1.Совершенствовать прыжкам через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге.	Построение в 2 шеренги, в 3 шеренги (расчет)	Ходьба спиной вперед, с закрытыми глазами	Бег спиной вперед, сохраняя направление и равновесие	«Глубокое дыхание»	Комплекс короткими шнурами	1.Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге	«Удочка» стр. 133 А.И. Сорокина	Снятие напряжения и усталости стр. 240 В.Т. Кудрявцев
4.Сюжетный «На улицах города»	1.Формировать у детей правильную походку и осанку. 2.Упражнять в равновесии, в подлезании под дугу и пролезании в тоннель.	Построение в шеренгу	Ходьба по залу под речевое сопровождение	Бег по залу под речевое сопровождение	Упражнение на восстановлении дыхания	Комплекс «На улицах города»	1. Подлезании под дугу и пролезании в тоннель 2.Ходьбы с перешагиванием через предметы	«Пустое место» стр. 129 А.И.Сорокина »	Снятие напряжения и усталости стр. 240 В.Т. Кудрявцев

	3.Закрепить навыки ходьбы с перешагиванием через предметы.								
5.Традиционный	1.Обучать ведению мяча в движении одной рукой, по сигналу – перейти на бег. 2. Упражнять в беге по скамейке на носочках, сохраняя равновесие. 3. Закрепить прыжкам через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге.	Построение в 2, 3 колонны на месте; расчет на 1-й, 2-й, 3-й	Ходьба парами, тройками, по сигналу – ходьба враспынную	Бег парами, тройками, по сигналу – бег враспынную	Упражнение на восстановлени е дыхания	Комплекс на скамейках №5	1. Ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу – перейти на бег 2. Бег по скамейке на носочках, сохраняя равновесие 3.Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад, попеременно на одной и другой ноге	«Кто скорее снимет ленту» стр. 132 А.И. Сорокина	Релаксация до 3 мин. под речевое или музыкальное сопровождение
6.«Неделя здоровья»	1.Упражнять в передаче мяча по кругу. 2.Упражнять в ходьбе и беге. 3.Развивать силу,ловкость и быстроту.	Построение в шеренгу, равнение, поворотвы	Ходьба обычная «Конькобежец », «Лыжник»	Бег обычный, через препятствия «Через сугробы»	«Погреемся»	Комплекс на скамейках №5	1.«Передача мяча» (передача мяча в движении по кругу) 2. «Перетяни за черту» (в парах перетягиват за руки друг друга у черты) 3. «Пустое место» стр. 129 А.И.Сорокина 4.Эстафета «Забрось снежки в корзину» 5.Эстафета на фитолах «Кто больше сорвет снежков?»		«Снежная карусель» стр.176 «Физическое развитие детей»
7.«Зимние забавы»	1.Закрепить перебрасывание мяча друг другу от груди. 2.Развивать ловкость, быстроту и выносливость. 3.Воспитывать дружеские	Построение в шеренгу, равнение, поворотвы	Ходьба высоко поднимая колени «Через сугробы», имитация «Катим снежный ком»	Бег скользящим шагом «По ледяной дорожке», в парах «На санках»	«Погреемся»		1.«Перестрелка» (со снежками) 2.Эстафета с фитолами «Передай снежный ком» 3. «Строим снежную крепость»		«Заморожу»

	взаимоотношения между детьми во время игр.						4.Эстафета «Забрось снежки в корзину» 5.Эстафета на фитолах «Кто больше сорвет снежков?»		
8.Сюжетный «Новый год»	1.Обучать прыжкам в длину с разбега. 2.Совершенствовать ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу – перейти на бег. 3.Закрепить ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами.	Построение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по кругу, взявшись за руки, ходьба с заданиями для рук	Бег по кругу, по сигналу – смена направления	«Хлопушка»	Комплекс «Нарядим елку»	1.Прыжки в длину с разбега 2.Ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу – перейти на бег 3.Ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	«Два Мороза» стр.177 «Физическое развитие детей»	«Найди, где спрятано»
ЯНВАРЬ									
1.Традиционный	1.Обучать ходьбе по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках. 2.Совершенствовать прыжки в длину с разбега. 3.Закрепить ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу - перейти на бег.	Расчет на 1-й, 2-й; перестроение из одной шеренги в две	Ходьба со сменой положения рук и ног	Бег с преодолением препятствий	«Хлопушка»	Комплекс с обручем	1.Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках 2.Прыжки в длину с разбега 3.Ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу-перейти на бег	«Мяч водящему» стр. 136 А.И. Сорокина	Игра «Зайцы» стр.150 «Развивающие игры для детей»
2.Сюжетный «Мальчики и девочки»	1. Обучать лазать по гимнастической лестнице чередующимся шагом. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках. 3.Закрепить прыжки в длину с разбега.	Расчет на 1-й,2-й,3-й; перестроение по расчету	Ходьба с ритмичным притопыванием, двигаясь в колонне по	Чередование обычного бега с бегом, высоко поднимая колени	«Здравствуй, солнышко»	Комплекс «Мальчики и девочки»	1.Лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках 3. Прыжки в длину с разбега	«Ловишки на одной ноге» стр.154 В. Г. Фролов «Физкультурные занятия и игры»	«Затейники» стр. 18 Л.И.Пензулаева

3.Тренировка	1.Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом. 2.Совершенствовать лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом)	Перестроение в 2,3 колонны через середину	Ходьба по сигналу смена положения рук	Бег обычный в чередовании с бегом, захлёстывая голень назад	«Здравствуй, солнышко»	Комплекс с обручем	1.Лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом 2.Совершенствовать лазание по гимнастической стенке одноименным способом (приставным шагом)	«Перелёт птиц» стр. 253 Т. И. Осокина	«Найди, где спрятано»
4.Традиционный	1.Обучать метать мяч в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Совершенствовать лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом. 3. Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках.	Расчёт на 1-й,2-й,3-й; перестроение из одной колонны в три по расчету	Ходьба враспынную по залу с ходьбой в парах и тройках	Бег враспынную по залу с бегом «змейкой»	Расширение грудной клетки стр.109 Е.Н. Вареник	Комплекс «Алфавит»	1. Метание мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3 м.) 2. Лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках	«Ловишка!»	Ноги от земли!» стр. 250 Т. И. Осокина
5.Игровой «Народные традиции»	1.Продолжать знакомить детей с русскими народными играми. 2.Развивать быстроту и ловкость. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения во время подвижных игр.				«Пляска»		1.«Заря» стр. 23 «Детские подвижные игры народов СССР» 2. «Почта» стр. 24 3. «Стадо» стр.33 4. «Большой мяч» стр.27 5. «Ляпка» стр.22		«Колечко»
6.Тренировка	1.Совершенствовать метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой. 2.Совершенствовать ведение мяча в движении одной рукой,	Расчет на 1-й,2-й,3-й; перестроение по расчету	Ходьба с мячом в руках со сменой положения рук и ног	Бег с мячом в руках с преодолением препятствий	Расширение грудной клетки стр.109 Е.Н. Вареник	Комплекс с мячом	1.Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2.Ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу –	«Стой» стр. 253 Т.И. Осокина	С передачей мяча по кругу «Скажи доброе слово»

	по сигналу – перейти на бег. 3.Воспитывать быстроту.						перейти на бег		
7.Традиционный	1.Формировать у детей правильную походку и осанку. 2.Научить ухаживать за ногами, выполнять специальные упражнения для укрепления мышц, участвующих в формировании свода стопы. 3.Воспитывать ловкость.	Построение в шеренгу, расчет, перестроение в колонну по одному	Ходьба на носках, на пятках, «Великаны и гномы», «Цапля», «Гуси»	Бег оздоровительный 2 мин.	Упражнение на восстановление дыхания	Комплекс для профилактики плоскостопия	1.Ходьба по ребристой доске. 2.Прыжки из обруча в обруч. 3.Лазанье по гимнастической стенке.	«Пожарные на учении» Т. И. Осокина	«След в след» стр. 178 «Физкультурные занятия и игры»
8.Игровой	1.Обучать ходьбе по гимнастической скамейке с мячом в руках на носках. 2.Совершенствовать прыжки в длину с разбега. 3.Закрепить ведение мяча в движении одной рукой, по сигналу - перейти на бег.	Перестроение в 2,3 колонны через середину	Ходьба по кругу, взявшись за руки, ходьба с заданиями для рук	Бег по кругу, по сигналу – смена направления	«Пляска»		1.«Два Мороза» 2 вариант стр. 38 Л.И. Пензулаева 2. «Кто скорее снимет ленту» стр. 132 А.И. Сорокина 3.«Ключи» стр. 128 А.И. Сорокина 4. «Городки» стр.137 А.И. Сорокина 5. «Фигуры» стр. 11 Л.Н. Пензулаева		
ФЕВРАЛЬ									
1.Традиционный	1.Обучать прыжкам через короткую скакалку способом на двух ногах. 2.Совершенствовать лазать по гимнастической лестнице чередуя шагом. 3.Закрепить метание мяча в вертикальную цель.	Построение в 4 колонны	Ходьба в сочетании с движениями (прыжки, приседания)	Бег обычный в чередовании с прыжком на одной ноге	Упражнение на восстановление дыхания	Комплекс со скакалкой	1.Прыжкам через короткую скакалку способом на двух ногах 2.Лазание по гимнастической лестнице чередуя шагом 3.Закрепить метание мяча в вертикальную цель	«Мы веселые ребята» Т. И. Осокина	«Ветер» стр.148 «Развивающие игры для детей»

2. Сюжетный «Книга лучший друг» (по сказкам А.С. Пушкина) стр.204 «Интегрированные занятия»	1. Обучать пролезать в вертикально поставленный обруч правым и левым боком. 2. Совершенствовать прыжки вверх с касанием предмета. 3. Закрепить ходьбу по скамейке.	Построение в шеренгу	Ходьба «Золотые орешки» (с маленькими мячами)	Бег обычный мяч в правой руке, бег с захлестыванием голени, мяч за спиной	«Мы богатыри»	Комплекс с гимнастической палкой «Чудо – богатыри»	1. Прелезание в вертикально поставленный обруч «Богатыри выходят из моря» 2. Прыжки вверх с касанием предмета «Белочка собирает орешки» 3. Ходьба по скамейке «Пройди как царевна Лебедь»	«Невод и золотая рыбка»	«Птица» стр. 75 Е.Н. Вареник
3. Тренировка	1. Совершенствовать прыжкам через короткую скакалку способом на двух ногах. 2. Развивать ловкость и координацию. 3. Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Построение в 4 колонны	Ходьба гимнастическим шагом, с хлопками над головой	Легкий бег на носках	Упражнение на восстановлении дыхания	Комплекс со скакалкой	1. Прыжки через короткую скакалку способом на двух ногах	«Удочка»	«Ветер» стр.148 «Развивающие игры для детей»
4. Традиционный	1. Обучать ходьбе по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу. 2. Закрепить прыжкам через короткую скакалку способом на двух ногах. 3. Развивать равновесие.	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й; размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую сторону	Ходьба с перекатом с пятки на носок, выпадами, на низких четвереньках	Бег длинной «змейкой», по сигналу - присесть быстро встать и продолжать бег	«Трубочка» стр. 105 Е. Н. Вареник	На гимнастической скамейке №1 стр.44 «Перспективное планирование занятий 6 - 7 лет»	1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу 2. Прыжки через короткую скакалку способом на двух ногах	«Отмерялки» стр.179 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Птица» стр. 75 Е.Н. Вареник
5. Сюжетный Правила безопасности «Пожарные, на помощь!»	1. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу. 2. Упражнять в ползании	Построение в шеренгу	Ходьба с перешагиванием через предметы, с пролезанием в тоннель	Бег медленным, средним и быстрым темпе	Упражнение на восстановлении «Все будет хорошо!»	Комплекс «Расскажем и Покажем» стр.65 Н.В. Коломец «Азбука	1. Ползание по – пластунски 2. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу	«Огонь и вода» «Тематическое планирование в ДОУ»	«Не расплескай воду» стр.94

	по – пластунски. 3.Закрепить лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом.					безопасности, игры»	3. Лазание по гимнастической лестнице чередующимся шагом		
6.Традиционный	1.Укреплять мышцы спины. 2.Формировать правильную осанку, проводить профилактику ее нарушений. 3.Развивать координацию.	Построение в шеренгу	Ходьба на носках разными движениями рук, на пятках	Оздоровительный бег 2 мин.	«Часики»	Комплекс с мешочками	1.Ходьба по «дорожке здоровья» 2.Постановка спины у стены 3.Игровое упражнение «Самолет» стр. 83 Е.Н. Вареник	«Ловишки – перебежки» В. Г. Фролов	«Не расплескай воду» стр.94
7.Сюжетный «Наша армия сильна»	1.Упражнять в ползании по – пластунски. 2.Совершенствовать навыки лазания по гимнастической стенке. 3.Закрепить метание мешочков с песком в вертикальную цель.	Построение в шеренгу, повороты на месте	Ходьба гимнастическим шагом с четкими движениями рук и ног «Солдаты», ходьба в полуприседе, руки к плечам «Тянем пушку»	Бег с высоким подниманием колена, Бег широким шагом, руки в стороны «Самолеты»	«Салют»	Комплекс с мячом	1.Ползание по – пластунски 2.Лазание по гимнастической стенке 3.Метание мешочков с песком в вертикальную цель	«Снайперы» стр.155 В. Г. Фролов	«Самолет» стр.74 Е. Н. Вареник
8.Игровой	1.Упражнять в беге и прыжках. 2.Развивать ловкость, быстроту, равновесие. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения во время игры.	Построение из одной шеренги в две	Ходьба на носках, По сигналу – на низких четвереньках	Бег выбрасывая прямые ноги вперед, бег мелким и широким шагом	«Часики»		1.Эстафета: бег по гимнастической скамейке на носках 2.Эстафета «Сумей допрыгнуть» - бег до ориентира, прыгая через короткую скакалку 3.Эстафета «Проползи по – пластунски» 4.Игра «Удочка» 5. Игра «Мы веселые ребята»		«Птица» стр. 75 Е.Н. Вареник

МАРТ

1.Традиционный	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую. 2.Упражнять в метание мешочков с песком в вертикальную цель. 3.Закрепить ползании по – пластунски.	Самостоятельное построение в круг и полукруг	Ходьба приставным шагом вперед, назад в приседе	Бег в сочетании с другими видами движений (прыжки, остановка, присед)	«Маятник» стр.106 Е. Н. Вареник	Комплекс №10	1.Ходьба по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую 2.Метание мешочков с песком в вертикальную цель 3.Ползании по – пластунски	«Перебежки» стр. 180 «Тематическое планирование в ДОУ»	
2.Сюжетный «Мамин праздник»	1.Обучать прыжкам через скакалку. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вверх и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую. 3.Закрепить метание мешочков с песком в вертикальную цель.	Построение из одной колонны в две в движении	Ходьба скрестным шагом, перекатом с пятки на носок	Бег в среднем и быстром темпе	«Цветок распускается» стр.106 Е. Н. Вареник	Комплекс №10	1.Прыжки через скакалку: перепрыгнуть через вращающуюся скакалку с места 2.Ходьба по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую 3.Метание мешочков с песком в вертикальную цель	«Прыгаем по кругу» стр. 175 «Тематическое планирование в ДОУ»	«Идем к маме» стр.87 Е.Н. Вареник
3.Традиционный	1.Продолжать обучать прыжкам через скакалку. 2. Совершенствовать метать малый мяч в вертикальную цель стоя на коленях. 3. Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вверх и перекладывая мяч под	Расчет на 1-й, 2-й,3-й, перестроение из одной шеренги в две, три	Ходьба на высоких четвереньках; высоко поднимая колено; спиной вперед	Обычный бег; спиной вперед; «змейкой»	«Маятник» стр.106 Е. Н. Вареник	Комплекс со скакалкой	1.Метание малого мяча в вертикальную цель стоя на коленях 2.Прыжки через скакалку: перепрыгнуть через вращающуюся скакалку с места 3.Ходьба по гимнастической	«Трентий лишней» А.И. Сорокина	«Не расплескай воду» стр.94

	ногой из одной руки в другую.						скамейке поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую		
4.Тренировка	1.Тренировать в прыжках через скакалку. 2.Развивать ловкость. 3.Воспитывать дружеские взаимоотношения.	Размыкание, смыкание вправо, влево приставным шагом	Ходьба на носках, пятках; по сигналу – присесть	Бег широким и коротким шагом	«Вырасти большой» стр.106 Е. Н. Вареник	Комплекс со скакалкой	1.Прыжки через скакалку: перепрыгнуть через вращающуюся скакалку с места 2.Прыжкам через короткую скакалку способом на двух ногах	«Кто дольше не собьется» стр.42 Н.Н Кильпио	«Ветер» стр.86 Е.Н. Вареник
5.Сюжетный «Пришла весна»	1.Совершенствовать прыжкам через скакалку на двух ногах. 2. Упражнять в метании малого мяча в вертикальную цель. 3.Закрепить ползание по пластунски. 4.Развивать ловкость и быстроту.	Расчет на 1-й, 2-й,3-й, перестроение из одной шеренги в две, три	Ходьба на высоких четвереньках «медведи» высоко поднимая колено	Бег широким шагом «через лужи», «змейкой»	«Обнялись» стр.107 Е. Н. Вареник	Комплекс «Пришла весна»	1.Прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие 2.Метание мяча в вертикальную цель стоя на коленях 3.Прыжки через скакалку: перепрыгнуть через вращающуюся скакалку с места	«Горелки» стр.129 А.И. Сорокина	«Лужи» стр.91 В.Н. Вареник
6.Традиционный	1.Укреплять мышцы спины. 2.Формировать правильную осанку, проводить профилактику ее нарушений. 3.Развивать ловкость.	Построение в шеренгу	Ходьба по «дорожке здоровья»	Бег на носках, оздоровительный 2 мин.		Комплекс «Пришла весна»	1.Ходьба по гимнастической скамейке поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую 2.Лазанье по гимнастической стенке.	«Третий лишний»	
7.Сюжетный «Птицы»	1.Обучать ходить по шнуру приставляя пятку к носку. 2. Совершенствовать прыжки через скакалку.	Построение из одной колонны в две в движении	Ходьба «Цапли» высоко поднимая ноги	Бег в чередовании с прыжками «воробы», руки в	«Гуси» стр.106 Е. Н. Вареник	Комплекс «Птицы прилетели»	1.Ходьба по шнуру (8 – 10 м.) с мешочком на голове (500г.) 2.Прыжки с разбега	«Перелет птиц» стр.136 А.И.Сорокина	«Деревья и птицы» стр.85 Е.Н.Вареник

	3.Закрепить метание малого мяча в вертикальную цель.			стороны «летят птицы»			в высоту на мягкое покрытие 3.Метание малого мяча в вертикальную цель стоя на коленях		
8.Игровой	1.Упражнять в беге, в прыжках на двух ногах, в отбивании мяча. 2.Развивать ловкость и быстроту. 3.Воспитывать умение выполнять правила в играх.	Построение в шеренгу	Ходьба приставным шагом вперед, назад в полуприседе	Бег в сочетании с другими видами движений (прыжки, остановка, присед)	«Гуси» стр.106 Е. Н. Вареник		1.«Перебежки» стр. 180 2. «Займи обруч» стр. 175 «Тематическое планирование в ДОУ» 3. «Горелки» стр.129 4. «Школа мяча» 5. «Краски» стр.145 А.И. Сорокина		«Деревья и птицы» стр.85 Е. Н. Вареник
АПРЕЛЬ									
1.Сюжетный «Вода вокруг»	1.Обучать перебрасывать мяч из положения сидя по-турецки. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, на середине выполнять ласточку. 3. Закрепить бег по скамейке, на носках, руки на поясе.	Самостоятельное построение в круг «озеро»	Ходьба с перекатом с пятки на носок, спиной вперед	Бег в медленном темпе «ручеек»	«Море шумит»	Комплекс «Рыбки»	1.Перебрасывание мяча из положения сидя по-турецки 2.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнять ласточку 3.Перелезание через скамейку боком	«Море волнуется»	«Океан» Е. Н. Вареник
2.Традиционный	1.Обучать бегу по скамейке на носках. 2.Совершенствовать ходить по шнуру приставляя пятку к носку. 3.Закреплять прыжки через скакалку.	Самостоятельное построение в круг	Ходьба приставным шагом назад, вперед, по сигналу – смена направления	Челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5 – 2 минуты)	«Задержка дыхания» стр.109 Е. Н. Вареник	Комплекс с гимнастической палкой	1.Перелезание через скамейку боком 2.Ходьба по шнуру с мешочком на голове 3.Прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие	«Ловишка, бери ленту»	«Океан»
3.Сюжетный «Полеты в	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке, на середине	Перестроение из шеренги в колонну	Ходьба скрестным шагом, по	Обычный бег в чередовании	«Задержка дыхания» стр.109	Комплекс «Тренировка космонавтов	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на	«Займи место в ракете» В. Т.	Под музыкально

космос»	выполнять ласточку. 2.Совершенствовать бег по скамейке, на носках, руки на поясе. 3. Упражнять в прыжках через скакалку на двух ногах.		сигналу – остановка	с ходьбой по диагонали	Е. Н. Вареник	»	середине выполнять ласточку 2.Перелезание через скамейку боком 3.Прыжках с разбега в высоту на мягкое покрытие	Кудрявцев	е Сопровождение «В космосе» композиция «Поход» композитора Эдуарда Артемьева
4.Тренировка	1.Совершенствовать прыжки в длину с места 2.Совершенствовать прыжки через скакалку. 3.Развивать ловкость.	Перестроение из одной колонны в три в движении	Обычная ходьба, ходьба в глубоком приседе	Обычный бег в чередовании с ходьбой по диагонали	«Мельница» стр.175 В. Т. Кудрявцев	Комплекс №3 «Алфавит»	1.Прыжки с разбега в высоту на мягкое покрытие 2.Прыжки через скакалку: перепрыгнуть через вращающуюся скакалку с места	«Не попадись» стр.252 Т.И. Осокина	Под музыкальное Сопровождение «В космосе» композиция «Поход» композитора Эдуарда Артемьева
5.«Неделя финансовой грамотности»	1.Формировать правильную осанку. 2.Укреплять мышцы спины. 3.Развивать умение следить за своей осанкой.	В шеренгу	«Великаны и гномы»	Бег на носках, оздоровительный бег до 2 мин.	«Вырасти большой»	Комплекс с гимнастической палкой	1.Ходьба по «дорожке здоровья» 2.Самомассаж спины лентами 3.Упражнение «Не расплескай воду» стр. 94	«Не попадись» стр.154 В. Г. Фролов	«Решительность – нерешительность» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
6.Традиционный	1.Обучать ползать по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. 2.Совершенствовать перебрасывание мяч из положения сидя по-турецки. 3. Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке, на середине выполнять ласточку.	Размыкание приставным шагом вправо и влево	Ходьба шеренгой с одной стороны зала на другую	Бег в медленном темпе	«Мельница» стр.175 В. Т. Кудрявцев	Комплекс №3 «Алфавит»	1.Ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами 2.Перебрасывание мяча из положения сидя по-турецки 3.Ходьба по гимнастической скамейке, на	«Докати обруч до флажка»	«Решительность – нерешительность» стр. 78 В. Т. Кудрявцев

							середине выполнять ласточку		
7. Сюжетный «Земля и ее обитатели»	1. Обучать стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее. 2. Совершенствовать ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. 3. Закрепить перебрасывание мяч из положения сидя по-турецки.	Выполнение поворотов на углах во время движения	Обычная ходьба, выпады «слоны», на носках «жирафы»	Быстрый бег, сильно сгибая ноги в коленях «лошадки»	«Аист» стр.174 В. Т. Кудрявцев	Комплекс «Рыбки»	1. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее 2. Ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами 3. Перебрасывание мяч из положения сидя по-турецки	«Лягушки и цапля» Т. И. Осокина	«Рыбки» стр.100 Е.Н. Вареник
8. Игровой	1. Упражнять в беге, прокатывании предметов по прямой, ходьбе высоко поднимая ноги и прыжках на двух ногах в движении. 2. Развивать ловкость, быстроту, выносливость. 3. Воспитывать интерес к играм и занятиям физкультурой.	Выполнение поворотов на углах во время движения	Ходьба с перекатом с пятки на носок, спиной вперед	Обычный бег в чередовании с ходьбой по диагонали	«Сердитый ежик» стр.175 В. Т. Кудрявцев		1. Эстафета «Проползи по скамейке» 2. Эстафета «Прыгни выше» 3. Эстафета «Полоса препятствий» (прыжки через скакалку, перебрасывание мяча, бег между кеглями) 4. Игра ««Докати обруч до флажка» 5. «Краски» стр.145 А.И. Сорокина		«Рыбки» стр.100 Е.Н. Вареник
МАЙ									
1. Традиционный	1. Обучать метанию мяча одной рукой от плеча вдаль. 2. Совершенствовать ползание по скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами.	Построение в шеренгу, расчет на 1й, 2й	Ходьба на носках, руки в стороны, на пятках	Быстрый бег, широким шагом	«Часы» стр.174 Е.Н. Вареник	Комплекс на скамейках	1. Метание мяча одной рукой от плеча вдаль 2. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее 3. Ползание по	«Салки»	«Морская звезда» стр.73 Е.Н. Вареник

	3.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке, на середине выполнять ласточку.						скамейке на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами		
2.Сюжетный «День победы»	1.Обучать ползать под дугами с опорой на руки. 2.Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками. 3.Закрепить прыжки через скамейку.	Перестроение в шеренгу, повороты	Ходьба в одной, двух, трех колоннах «военная подготовка»	Бег в быстром темпе (1-2 круга) «военная подготовка»	«Стрельба» стр. 108 Е.Н. Вареник	Комплекс «Мы солдаты»	1.Ползание под дугами с опорой на руки и. п.: лежа на животе, ноги прямые вместе, упор руками на ладони перед грудью. При ползании голову не опускать. Пола касаются только ноги и ладони, туловище приподнято)	«Стой» стр. 156 В. Г. Фролов	«Стойкий оловянный солдатик» стр.73 Е. Н. Вареник
3.Традиционный	1.Обучать ходить по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками. 2.Совершенствовать прыжки через скамейку. 3.Закрепить метание мяча одной рукой от плеча вдаль.	Перестроение из одной колонны в три в движении	Ходьба на внешней стороне стопы, боком приставным шагом	Бег со сменой направления по свистку, «змейкой»	«Паровоз» стр. 174 Е.Н. Вареник	Комплекс на скамейках	1.Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками 2.Прыжки через скамейку 3.Метание мяча одной рукой от плеча вдаль	«Салки»	«Морская звезда» стр.73 Е.Н. Вареник
4.Сюжетный «Насекомые и растения»	1. Обучать прыжкам через скамейку. 2.Совершенствовать метание мяча одной рукой от плеча вдаль. 3.Закрепить умение, стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее.	Построение в шеренгу, расчет на 1й, 2й,3й	Ходьба боком приставным шагом «муравьишки»,	Бег семенящим шагом «муравьишки», широким шагом	«Аромат цветов»	Комплекс «Цветы распускаются»	1.Прыжки через скамейку (держась двумя руками за скамейку, перепрыгивание через скамейку на двух ногах вправо, влево с продвижением) «жучки» 2.Совершенствовать метание мяча одной	«Через ручейки» стр. 156 В. Г. Фролов	«Кузнечик» стр.92 Е. Н. Вареник

							рукой от плеча вдале. 3.Закрепить умение, стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее. «кузнечики скачут»		
5.Тренировка	1.Совершенствовать метание мяча одной рукой от плеча вдале. 2. Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками. 3.Развивать ловкость.	Построение в две колонны	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен	Бег с заданиями (с разбега подпрыгнуть вверх, достать до бубна и продолжать бег	«Паровоз» стр. 174 Е.Н. Вареник	Комплекс с мячами среднего размера	1.Метание мяча одной рукой от плеча вдале 2.Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками	«Мяч водящему» стр. 14 Л. И. Пензулаева	«Кузнечик» стр.92 Е.Н. Вареник
6.Традиционный	1.Обучать забрасывать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками. 2.Совершенствовать ползание под дугами с опорой на руки. 3.Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками.	Выполнение поворотов на углах во время движения	Ходьба спиной вперед, в полуприседе, скрестным шагом	Бег с захлестыванием голени, с заданиями.	«Аромат цветов»	Комплекс с мячами среднего размера	1.Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками 2.Ползание под дугами с опорой на руки 3.Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками	«Жмурки» стр.249 Т.И. Осокина	«Потягивание» стр.74 Е.Н. Вареник
7.Сюжетный «Семья»	1.Обучать прыжкам через большой обруч, вращая его. 2.Совершенствовать забрасывание мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками. 3.Закрепить ползание под дугами с опорой на руки.	Построение в круг	Обычная ходьба, парами «с мамой на прогулку»	Бег обычный, парами	«Звук» (м)	Комплекс «Разминка для всей семьи»	1.Прыжки через большой обруч, вращая его (как через скакалку) 2.Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками «играем всей	«Веселые соревнования» стр.251 Т.И. Осокина	«Не разбуди маму» стр.91 Е.Н. Вареник

							семей» 3.Ползание под дугами с опорой на руки		
8.Игровой	1.Закрепить забрасывание мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками, метание мяча одной рукой от плеча вдаль, ползать под дугами с опорой на руки. 2.Развивать ловкость, быстроту, выносливость. 3.Воспитывать умение выполнять правила во время игр-эстафет.	Построение в две колонны	Ходьба на носках, на пятках	Бег в быстром и медленном темпе	«Звук» (м)		1.«Забрось мяч в кольцо» - эстафета 2. «Кто дальше бросит мяч» - эстафета 3. «Полоса препятствий» - эстафета 4. «Кто быстрее?» 5. «Чье звено скорее соберется?» стр.250 Т.И. Осокина		«Расслабление» стр.101 Е.Н. Вареник

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН «РАЗВИВАЮЩАЯ ПЕДАГОГИКА ОЗДОРОВЛЕНИЯ» КУДРЯВЦЕВ В.Т.
(подготовительная группа)
СЕНТЯБРЬ

Программное содержание	Построение, перестроения	Ходьба	Бег	Коррекционные упражнения	Равновесие	ОВД		Игры разной подвижности	Дыхательная гимнастика	Релаксация
Формирование правильного стереотипа ходьбы и навыков правильной осанки	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках	Бег в колонне по одному, враспынную с нахождением-ем своего места в колонне по одному, по сигналу	«Лягушатка», «Походи боком» стр. 77 Е. Н. Вареник	Ходьба по канату, лежащему на полу, боком приставным шагом	Прокатывание мяча по дорожке, через дуги, попадая им в кубик, стоящий за дугами 3	Подлезание под дуги (догоняя свой мяч)	«Волшебные превращения» стр. 138 В. Т. Кудрявцев «Самый внимательный»	Комплекс «Прогулка в лес» стр. 105 Е. Н. Вареник	Под речевое сопровождение «Дедушка Молчок» стр.100 Е. Н. Вареник

Формирование правильного стереотипа ходьбы и навыков правильной осанки	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках	Бег в колонне по одному, врассыпную с нахождением своего места в колонне по одному, по сигналу	Ходьба спиной вперед стр. 78 В. Т. Кудрявцев.	Ходьба по канату, боком приставным шагом	Прокатывание мяча по дорожке, через дуги, попадая им в кубик, стоящий за дугами	Подлезание под дуги (догоняя свой мяч)	«Волшебные превращения» стр. 138 В. Т. Кудрявцев «Самый внимательный»	Комплекс «Прогулка в лес» стр. 105 Е. Н. Вареник	Под речевое сопровождение «Дедушка Молчок»
Укрепление мышечного корсета	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали	«Великаны и гномики», «Все спортом занимаются» стр. 77-78 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением правильной осанки	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (3—5 м)	Перебрасывание мяча друг другу от груди, стоя в шеренгах	«Паук» стр. 138 «Найди ошибку» стр. 138 – 139 В. Т. Кудрявцев	«Черепашка», «Ежик вытянулся, свернулся» стр. 81 Е. Н. Вареник	«Корабоик» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышечного корсета	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали	«Великаны и гномики», «Все спортом занимаются»	Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением правильной осанки	Прыжки на обеих ногах продвижением вперед (3—5 м)	Перебрасывание мяча друг другу от груди, стоя в шеренгах	«Паук» стр. 138 «Найди ошибку» стр. 138 – 139 В. Т. Кудрявцев	«Черепашка», «Ежик вытянулся, свернулся»	Под речевое сопровождение «Волшебный сон» стр. 101 Е. Н. Вареник

ОКТАБРЬ

Укрепление голеностопного сустава, мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному	В колонне по одному, с захлестыванием голени назад, с высоким подниманием колен	«Цапля», «Гуси», «Белые медведи»	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, затем выпрямиться и пройти до конца скамейки, руки в стороны 3	Прыжки в длину с места на мягкое покрытие	Подлезание под дуги (стоящие друг от друга на расстоянии 1 м правым, левым)	«Король» стр. 139 «Воевода» стр. 140 В. Т. Кудрявцев	«Кошечка», «Качалка» стр. 79 Е. Н. Вареник	«Шарик» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
---	--	----------------------------	---	----------------------------------	--	---	---	--	--	---------------------------------

							боком			
Укрепление голеностопного сустава, мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному	В колонне по одному, с захлестыванием голени назад, с высоким подниманием колен	«Цапля» стр. 73, «Гуси» стр. 81 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке, на середине скамейки присесть, затем выпрямиться и пройти до конца скамейки, руки в стороны	Прыжки в длину с места на мягкое покрытие	Подлезание под дуги (стоящие друг от друга на расстоянии 1 м правым, левым боком	«Король» стр. 139 «Воевода» стр. 140 В. Т. Кудрявцев	«Кошечка», «Качалка»	«Шарик» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышечно-связочного аппарата ног и туловища	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали, медленный оздоровительный бег до 1 мин	«Кузнецик», «Прыгаем через лужи» стр. 91 Е. Н. Вареник	Ходьба по ребристой доске, руки в стороны	Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед (вправо, влево через канат, лежащий на полу	Подбрасывание и ловля мяча обеими руками	«Туннель» стр. 140 «Фигура» стр. 139 В. Т. Кудрявцев	«Лев в цирке», «Качели» стр. 83 Е. Н. Вареник	«Любопытная Варвара» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышечно-связочного аппарата ног и туловища	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по двое	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных	Бег в колонне по одному, змейкой, по диагонали, медленный оздоровительный бег до 1 мин	«Кузнецик», «Прыгаем через лужи»	Ходьба по ребристой доске, руки в стороны	Прыжки на обеих ногах с продвижением вперед (вправо, влево через канат	Подбрасывание и ловля мяча обеими руками	«Туннель» стр. 140 «Фигура» стр. 139 В. Т. Кудрявцев	«Лев в цирке», «Качели»	«Любопытная Варвара» стр. 78 В. Т. Кудрявцев

		движени й								
--	--	--------------	--	--	--	--	--	--	--	--

НОЯБРЬ

Укрепление мышц туловища и конечностей	Построен е в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному с выполне нием подража тельных движени й	Бег с высоким подниманием колен, с за- хлестом голени на- зад	«Все спортом занимаю тся» стр.78 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке боком при- ставным шагом	Прыжки на правой и левой ногах через шнуры (расстояние 20— 30 см)	Подлезание под дуги правым, левым боком	«Фигура» стр. 138 «скачет зайка» стр.141 В. Т. Кудрявцев	«Потяги вание», «Щенок » стр. 73 В. Т. Кудрявц ев	«Орешек» стр. 78 В. Т. Кудравцев
Укрепление мышц туловища и конечностей	Построен е в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному с выполне нием подража тельных движени й	Бег с высоким подниманием колен, с за- хлестом голени на- зад	«Все спор- том занимаю тся»	Ходьба по гимнастической скамейке боком при- ставным шагом	Прыжки на правой и левой ногах через шнуры (расстояние 20— 30 см)	Подлезание под дуги правым, левым боком	«Фигура» стр. 138 «скачет зайка» стр.141 В. Т. Кудрявцев	«Потяги вание», «Щенок » стр. 73 В. Т. Кудрявц ев	«Орешек» стр. 78 В. Т. Кудравцев
Укрепление опорно- двигательного аппарата	Построен е в колонну по одному, перестро ение в шеренгу	Ходьба спортив ная, гимнаст ическим шагом, на пятках, на носках	Оздоровительны й бег в среднем темпе до 1 мин	«Ракеты », «Велика ны и гномики » стр. 77 Е. Н. Вареник	Ходьба по канату, лежащему на полу, боком при- ставным шагом	Прыжки в длину с места, с приземлением на полусогнутые ноги	Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками с хлопками в ладоши	«Аист» «Почта» стр.141 В. Т. Кудрявцев	«Танец медвежа т», «Цапля» стр. 75 Е. Н. Вареник	«Динозавр - бабочка» стр. 78 В. Т. Кудравцев
Укрепление опорно- двигательного аппарата	Построен е ко лонну по одному, перестро ение в шеренгу	Ходьба спортив ная, гимнаст ическим шагом, на пятках, на носках	Оздоровительны й бег в среднем темпе до 1 мин	«Ракеты », «Велика ны и гномики » стр. 77 Е. Н. Вареник	Ходьба по канату, лежащему на полу, боком при- ставным шагом	Прыжки в длину с места, с приземлением на полусогнутые ноги	Бросание мяча вверх и ловля его обеими руками с хлопками в ладоши	«Аист» «Почта» стр.141 В. Т. Кудрявцев	«Танец медвежа т», «Цапля»	«Динозавр - бабочка» стр. 78 В. Т. Кудравцев

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ДЕКАБРЬ

Компенсация деформаций и восстановление свода стопы	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне, на носках, в полуприседе	Бег в колонне по одному, боковой галоп (правое, левое плечо вперед)	«Ель, елка, елочка» «Белые медведи» стр. 79 Е. Н. Вареник	Компенсация деформаций и восстановление свода стопы	Прыжки на обеих ногах через шнур с продвижением вперед (канат), вправо и влево	Забрасывание мешочка с песком в обруч, лежащий на полу Влезание на гимнастическую стенку спуск с нее	«Танец с елочкой» стр.139 «Повар и котята» стр.143 В. Т. Кудрявцев	«Птица», «Велосипед» стр. 82 Е. Н. Вареник	«Буратино – Карабас барабас» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
Компенсация деформаций и восстановление свода стопы	Построение в колонну по одному	Ходьба в колонне, на носках, в полуприседе	Бег в колонне по одному, боковой галоп (правое, левое плечо вперед)	«Ель, елка, елочка» «Белые медведи» стр. 79 Е. Н. Вареник	Компенсация деформаций и восстановление свода стопы	Прыжки на обеих ногах через шнур с продвижением вперед (канат), вправо и влево	Забрасывание мешочка с песком в обруч, лежащий на полу	«Танец с елочкой» стр.139 «Повар и котята» стр.143 В. Т. Кудрявцев	«Птица», «Велосипед»	«Буратино – Карабас барабас» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	Бег в колонне по одному, меняя направление движения по сигналу	«Ракеты», «Великаны и гномики» стр. 77 Е. Н. Вареник	«Самый ловкий». Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки в стороны О	«Кто быстрее». Прыжки из обруча в обруч на обеих ногах	Пролезай, не задевай». Пролезание правым, левым боком под дуги, стоящие на полу друг от друга на расстоянии 1—1,5 м.	«Танец с елочкой» стр.139 «Маяк» стр.143 В. Т. Кудрявцев	«Гусица», «Плавание на байдарке» стр. 76 Е. Н. Вареник	«Лягушки» стр. 78 В. Т. Кудрявцев

Укрепление мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках с выполнением подражательных движений	Бег в колонне по одному, меняя направление движения по сигналу	«Ракеты», «Великаны и гномики» стр. 77 Е. Н. Вареник	«Самый ловкий». Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки в стороны	«Кто быстрее». Прыжки из обруча в обруч на обеих ногах	«Пролезай, не задевай». Пролезание правым, левым боком под дуги, стоящие на полу друг от друга на расстоянии 1—1,5м	«Танец с елочкой» стр.139 «Маяк» стр.143 В. Т. Кудрявцев	«Гусеница», «Плавание на байдарке» стр. 76 Е. Н. Вареник	«Лягушки» стр. 78 В. Т. Кудрявцев
---	--	--	--	--	---	--	---	--	--	-----------------------------------

ЯНВАРЬ

Формирование правильной осанки, навыка правильного положения головы	Размыкание, смыкание	На носках, с высоким подниманием колен, с остановкой	Змейкой, враспынную	Игровое упражнение «Кто там?» стр. 78 В. Т. Кудрявцев	Перешагивание через рейки лестницы	В длину с места, через две линии (расстояние 25—30 см)	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди 3	«Светофор» «Делай наоборот» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Фейерверк» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Печаль – радость» стр.78 В. Т. Кудрявцев
Формирование правильной осанки, навыка правильного положения головы	Размыкание, смыкание	На носках, с высоким подниманием колен, с остановкой	Змейкой, враспынную	Игровое упражнение «Кто там?» стр. 78 В. Т. Кудрявцев	Перешагивание через рейки лестницы	В длину с места, через две линии (расстояние 25—30 см)	В горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди 3 Подлезание под препятствия (высота 50 см), не касаясь руками пола	«Светофор» «Делай наоборот» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Фейерверк» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Печаль – радость» стр.78 В. Т. Кудрявцев
Формирование правильной осанки, навыка правильного положения головы	Построение в круг	С остановкой, приседанием, поворотами	Ходьба в колонне по одному	Ходьба спиной вперед по начерченной на полу линии	«Стройная елочка» - стоя у стены, ладони соединить	«Маугли» прыжки с высоты стр. 80 В. Т. Кудрявцев	«Попади в круг»	«Меткий стрелок» стр. 145 «Делай так, делай так» стр.144 в. Т.	«Трактор» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Волшебный сон» стр.78 В. Т. Кудрявцев

								Кудрявцев		
Формирование правильной осанки, навыка правильного положения головы	Построение в круг	С остановкой, приседанием, поворотами	Ходьба в колонне по одному	Ходьба спиной вперед по начерченной на полу линии	«Стройная елочка» - стоя у стены, ладони соединить	«Маугли» прыжки высоты стр. 80 В. Т. Кудрявцев	с «Попади в круг»	«Меткий стрелок» стр. 145 «Делай так, делай так» стр. 144 в. Т. Кудрявцев	«Трактор» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Волшебный сон» стр. 78 В. Т. Кудрявцев

ФЕВРАЛЬ

Развитие координации движений, укрепление мышц ног и туловища	Повороты на месте, направо-налево	С остановкой, приседанием	По кругу, с выполнением заданий (убегать от догоняющего)	«Сидячий футбол» стр. 81 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставляя пятку к носку О	Вверх с места, доставая предмет	Лазание по стремянке 3	«Допрыгни до снежинки» «Запрещенные движения» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Пляска» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Что вы делали ребята?» стр. 241 В. Т. Кудрявцев
Укрепление связочно-мышечного аппарата стоп	Повороты на месте, направо-налево	По кругу	Змейкой, по кругу, «Догонялки», «Стой, олень!»	«Птичка» стр. 82 Е. Н. Вареник	«Стройная елочка» - стоя у стены, ладони соединить	«Гулливер» стр. 81 В. Т. Кудрявцев	«Хоккеист» стр. 82 В. Т. Кудрявцев	«Допрыгни до снежинки» «Запрещенные движения» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	Катание мяча (вдох носом, выдох ртом)	«Что вы делали ребята?» стр. 241 В. Т. Кудрявцев
Развитие координации движений, укрепление мышц ног и туловища	Повороты на месте, направо-налево	С остановкой, приседанием	По кругу, с выполнением заданий (убегать от догоняющего)	«Сидячий футбол»	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставляя пятку к носку	Вверх с места, доставая предмет	Лазание по стремянке	«Разноцветные мячи» стр. 145 «Запрещенные движения» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Пляска» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Пружинки» стр. 250 В. Т. Кудрявцев
Укрепление связочно-мышечного аппарата стоп	Повороты на месте, направо-налево	По кругу	Змейкой, по кругу, «Догонялки», «Стой, олень!»	«Птичка»	«Стройная елочка» - стоя у стены, ладони соединить	«Гулливер» стр. 81 В. Т. Кудрявцев	«Хоккеист» стр. 82 В. Т. Кудрявцев	«Разноцветные мячи» стр. 145 «Запрещенные движения» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	Катание мяча (вдох носом, выдох ртом)	«Пружинки» стр. 250 В. Т. Кудрявцев

								В Т. Кудрявцев	выдо х ртом)	
--	--	--	--	--	--	--	--	-------------------	--------------------	--

МАРТ

Формирование правильной осанки, укрепление мышц свода стопы, расслабление мышц	Повороты направо-налево	С поворотом	С изменением темпа (с мячом)	«Веселые прыжки» стр. 205 В. Т. Кудрявцев	Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы с мячом	Прыжки через 4—6 линий	Бросание мяча вверх, об пол (ловить 2—3 раза подряд)	«Лесная сказка» стр. 147 «В свинку» стр.156 В. Т. Кудрявцев	«Лыжни к» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Волшебный сон» стр. 253 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышц свода стопы и туловища	Перестроение в колонну по одному	На носках парами	В колонне по двое	«Балерина» стр. 205 В. Т. Кудрявцев	Ходьба по бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой	«Геркулес» стр. 81 В. Т. Кудрявцев	Бросание мяча вверх, об пол, об стенку	«Лесная сказка» стр. 147 «В свинку» стр.156 В. Т. Кудрявцев	«Штанги» стр.104 Е. Н. Вареник	Расслабление мышц рук (под речевое сопровождение) стр. 249 В. Т. Кудрявцев
Формирование правильной осанки, укрепление мышц свода стопы, расслабление мышц	Повороты направо-налево	С поворотом	С изменением темпа (с мячом)	«Веселые прыжки» стр. 205 В. Т. Кудрявцев	Ходьба по ребристой доске перешагивая через предметы с мячом	Прыжки через 4—6 линий	Бросание мяча вверх, об пол (ловить 2—3 раза подряд)	«По кирпичикам» стр. 146 «В хвосты» стр. 157 В. Т. Кудрявцев	«Лыжни к» стр. 108 Е. Н. Вареник	«Волшебный сон» стр. 253 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышц свода стопы и туловища	Перестроение в колонну по одному	На носках парами	В колонне по двое	«Балерина» стр. 205 В. Т. Кудрявцев	Ходьба по бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой	«Геркулес» стр. 81 В. Т. Кудрявцев	Бросание мяча вверх, об пол, об стенку	«По кирпичикам» стр. 146 «В хвосты» стр. 157 В. Т. Кудрявцев	«Штанги» стр.104 Е. Н. Вареник «	Расслабление мышц рук (под речевое сопровождение) стр. 249 В. Т. Кудрявцев

										Кудрявце в
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---------------

АПРЕЛЬ

Укрепление опорно-двигательного аппарата	Построение в круг	На носках, пятках	По сигналу в указанное место	«Цапля» стр.73 Е. Н. Вареник	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки в длину с места (не менее 40 см). Из кружка в кружок	Метание в горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди По гимнастической лесенке	«Зайцы в огороде» стр.143 «Делай наоборот» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Семафор» стр. 106 Е. Н. Вареник	«Облака» стр.231 В. Т. Кудрявцев
Развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу	С выполнением заданий: как мишка, лисичка, петушок	В быстром темпе 10 м	«Походим боком» стр. 80 Е. Н. Вареник	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки из в кружка кружок, вокруг предметов	Метание на дальность (2,5—5 м)	«Вернись в круг» стр. 146 «Делай так..» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Дразнилка» стр.104 Е. Н. Вареник	«Облака» стр.231 В. Т. Кудрявцев
Укрепление опорно-двигательного аппарата	Построение в круг	На носках, пятках	По сигналу в указанное место	«Цапля» стр.73 Е. Н. Вареник	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки в длину с места (не менее 40 см). Из в кружка кружок	Метание в горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	«Зайцы в огороде» стр.143 «Делай наоборот» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Семафор» стр. 106 Е. Н. Вареник	«Кулачки» стр. 250 В. Т. Кудрявцев
Развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного корсета позвоночника	Построение в шеренгу	С выполнением заданий: как мишка, лисичка, петушок	В быстром темпе 10 м	«Походим боком» стр. 80 Е. Н. Вареник	Медленное кружение в обе стороны	Прыжки из в кружка кружок, вокруг предметов	Метание на дальность (2,5—5 м)	«Вернись в круг» стр. 146 «Делай так..» стр. 144 В. Т. Кудрявцев	«Дразнилка» стр.104 Е. Н. Вареник	«Кулачки» стр. 250 В. Т. Кудрявцев

МАЙ

Укрепление мышц туловища и конечностей, тренировка в	Размыкание, смыкание обычным шагом	Змейкой, по кругу	В колонне по одному	«Самолетик самолет» стр. 79 Е. Н. вареник	Ходьба, перешагивая через рейки лестницы	Прыжки с высоты 15—20 см	Метание в горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	«Вернись в круг» стр.146 «Змейка» стр.157 В. Т.	«Поднимаем выше груз» стр. 107 Е. Н.	«Важный пес» стр. 245 В. Т.
--	------------------------------------	-------------------	---------------------	---	--	--------------------------	---	---	--------------------------------------	-----------------------------

усложненной ходьбе								Кудрявцев	Вареник	Кудрявцев
Укрепление связочно-мышечного аппарата стоп, расслабление мышц	Построение в колонну по одному	Змейкой, по кругу	По кругу, врассыпную	«Ножницы» стр. 76 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставляя пятку к носку	В длину с места, через две линии (расстояние 25—30 см)	«Попади в круг»	«Зверюшки, наострили ушки» стр.145 «Хромая курица» стр. 161 В. Т. Кудрявцев	«Лотос» стр.107 Е. Н. Вареник	«Три медведя» стр. 246 В. Т. Кудрявцев
Укрепление мышц туловища и конечностей, тренировка в усложненной ходьбе	Размыкание, смыкание обычным шагом	Змейкой, по кругу	В колонне по одному	«Самолетик самолет» стр. 79 Е. Н. вареник	Ходьба, перешагивая через рейки лестницы	Прыжки с высоты 15—20 см	Метание в горизонтальную цель обеими руками снизу, от груди	«Вернись в круг» стр.146 «Змейка» стр.157 В. Т. Кудрявцев	«Поднимаем выше груз» стр. 107 Е. Н. Вареник	«Важный пес» стр. 245 В. Т. Кудрявцев
Укрепление связочно-мышечного аппарата стоп, расслабление мышц	Построение в колонну по одному	Змейкой, по кругу	По кругу, врассыпную	«Ножницы» стр. 76 Е. Н. Вареник	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставляя пятку к носку	В длину с места, через две линии (расстояние 25—30 см)	«Попади в круг»	«Зверюшки, наострили ушки» стр.145 «Хромая курица» стр. 161 В. Т. Кудрявцев	«Лотос» стр.107 Е. Н. Вареник	«Три медведя» стр. 246 В. Т. Кудрявцев

Перспективный план подвижных игр

Месяц	Подвижная игра			
	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя

<i>Младшая группа</i>				
Сентябрь	«Бегите ко мне» игра с бегом	«Догони мишку» с бегом	«Принеси игрушку» с ходьбой	«Птички летите ко мне» с бегом
Октябрь	«Солнышко и дождик» с бегом на обозначенное место	«Зайцы и волк» с прыжками и бегом	«Найди свой дом» ориентировка в пространстве «Бегите ко мне» игра с бегом с погремушкой в руках	«Наседка и цыплята» с бегом и подлезанием
Ноябрь	«Воробышки и автомобили с бегом в обозначенное место по сигналу	«Найди игрушку» с ходьбой и ориентировка в пространстве «Поезд» с бегом	«По ровненькой дорожке» с ходьбой «Наседка и цыплята» с подлезанием	«Лисята и волк» ловишки с бегом в обозначенное место по сигналу
Декабрь	«Лошадки с бегом высоко поднимая колени	«Найди свой домик» бег и ориентировка в пространстве	«Наседка и цыплята» бег и подлезание	«Лошадки» бег высоко поднимая колени
Январь	«Найди себе пару с такой же игрушкой» на внимание и ориентировку в пространстве	«Воробышки и кот» ловишки с бегом «Найди зайку» на ориентировку	«Бегите к флажку» бег и ориентировка в пространстве	«Мыши и кот» ловишки с бегом и подлезанием
Февраль	«Лохматый пес» ловишки с бегом в обозначенное место	«Самолеты» с бегом	«Воробышки и автомобили» с бегом	«Наседка и цыплята» бег и подлезание
Март	«Брось и догони» с бегом и метанием «Найди свое место» бег и ориентировка в пространстве	«Птички в гнездышках» бег в обозначенное место по сигналу	«Зайцы и волк» прыжки и бег	«Птички летают» с бег с остановкой по сигналу
Апрель	«Пузырь» бег с ускорением и замедлением темпа	«Солнышко и дождик» бег в обозначенное место по сигналу	«Самолеты» бег враспынную	«Кролики» прыжки
Май	«Лягушки» прыжки	«Кто быстрее до флажка» бег на скорость	«Мыши и кот» подлезание	«Пузырь» бег с ускорением и замедлением темпа
<i>Средняя группа</i>				
Сентябрь	«У медведя во бору» «Зайцы и волк»	«Подарки» «Пилоты»	«Карусель» «Лиса в курятнике»	«Лошадки» «Мяч через сетку»
Октябрь	«Мыши в кладовой» «Найди свой цвет»	«Найди, где спрятано» «Трамвай»	«Самолеты» «Пробеги тихо»	«Зайка серый умывается» «Птички и кошка»
Ноябрь	«Найди себе пару» «Пастух и стадо»	«Перебежки» «Кегли»	Русская народная игра «Гуси – лебеди» «Из домика в домик»	«Передай мяч» «С кочки на кочку»
Декабрь	«Пройди и не задень» «Кто дальше бросит?» «Веселые воробышки» «Подбрось – поймай»	«Где мы были – мы не скажем, а что делали – покажем» «Перебежки» «Зайцы и волк» «Лиса в курятнике»	«Цветные автомобили» «Найди свой домик»	«Зайка серый умывается» Пройди – не упади»
Январь	«Кошка и мышка» «Мальчики и девочки»	«Гуси – лебеди» «У медведя во бору» «Передай мяч!»	«Снайперы» «Третий лишний»	«Кто скорее перенесет игрушки» «Третий лишний»
Февраль	«Найди, где спрятано»	«Подбрось – поймай»	«Бездомный заяц»	«Подбрось – поймай»

	(внимание) «Волк»	«Раз, два, три профессию назови»	«Самолеты»	«Кролики»
Март	«Охотники и зайцы» «Найди платочек»	«Лягушки в болоте» «Бегуны»	«Ловишки – перебежки» «Перелет птиц»	«Охотники и зайцы» «Веселые мышки»
Апрель	«Паук и мухи» «Догони свою пару»	«Мяч через веревку» «Совушка»	«Карусель» «Воробушки»	«Зайцы и волк» «Сбей кеглю»
Май	«Удочка» «Воробышки и автомобили»	«Перешагни не задень» «Гуси – лебеди»	Игры с мячом: «Подбрось повыше» «Поймай мяч»	«Мышеловка» «Подарки» «Прокати обруч»
Старшая группа				
Сентябрь	«Переброска мячей» «Не попадись» «Мы веселые ребята»	«Найди, где спрятано» «Школа мяча» «Охотники и зайцы»	«Прыгают воробушки» «Кто скорее к своему флажку?» «С кочки на кочку»	«Затейники» «Быстрее по местам»
Октябрь	«Стой» «Затейники»	«Коршун и наседка» «Попади в обруч»	«Ловишка с мячом» «Не задень веревочку» «Самолеты»	«Лошадки» «Медведь и пчелы»
Ноябрь	«Попади в цель» «Не попадись»	«Мяч водящему» «Ловишки парами»	«Ловишка с приседанием» «Встречные перебежки»	«Кто скорее до флажка?» «Мяч водящему»
Декабрь	«Лиса и птицы» «Метелица» «Фигуры»	«Охотники и зайцы» «Меткие стрелки» «Два мороза»	«Кто быстрее?» «Позвони в колокольчик» «Мороз Красный нос»	«Мы веселые ребята» - бег. «Догони свою пару» «Два мороза»
Январь	«Пятнашки» «Пустое место»	«Мышеловка» «Кто раньше дойдет до середины»	«Ловля обезьян» «Белые медведи»	«Снежная карусель» - ходьба и бег со сменой направления. «Ловишки – елочки» «Зима и лето» - бег.
Февраль	«Пустое место» «Зима- лето» «Найди себе пару»	«Поспеш, но не урони» «Кто скорее до флажка»	«Летает, не летает» «Снежная королева» «Поймай мяч»	«Ловишка на одной ноге» «Подбрось поймай» «Перебежки»»
Март	«Не выпускай мяч из круга» «Догони свою пару»	«Горелки» «Передай мяч»	«Охотники и звери» «Перебежки» «Хитрая лиса»	«Караси и щуки» (бег) стр.210 Т.И. Осокина «Совушка» (ходьба и бег) стр.5 Л. И. Пензулаев
Апрель	«Третий лишний» «Ловишки»	«Займи место в ракете» «Быстрые и меткие»	«Волк во рву» «Море волнуется» «Пятнашки»	«Удочка» - прыжки «Кошка и мышка» - ходьба, бег «Пожарные на учении» -лазанье
Май	«Быстрые и ловкие» «Кто быстрее добежит до флажка»	«Лиса и куры» «Удочка»	«Не оставайся на полу» «Перебежки»	«Пятнашки» - бег «Охотники и зайцы» - прыжки, бег.

	«Ловля бабочек»	«Попади в обруч»		«Медведь и пчелы» -бег, лазание.
Подготовительная к школе группа				
Сентябрь	«Ловишка с лентами» «Лягушки и цапля»	«Чья команда больше забросит мячей в корзину» «Ловишка с мячом»	«Пустое место» «Волк во рву»	«Салка на одной ноге» - прыжки на одной ноге «Круговая лапта» -бег с увертыванием, метание «Охотники и звери» - бег, владение мячом.
Октябрь	«Быстро возьми, быстро положи» «Волк во рву»	«Ноги от земли» «Подбрось и поймай»	«Жмурки» «Кто скорей докатит обруч до флажка?» «Кого называли, тот и ловит мяч»	«Лиса и куры» - бег, лазание, прыжки. «Попади» - метание. «Палочка – выручалочка» - бег.
Ноябрь	«Стоп» «Ловишка в кругу»	«Ловишки» «Перелет птиц»	Русская народная игра «Пятнашки» «Удочка»	«Жеребята» - ходьба, бег. «Прыгаем по кругу» «Лесные пятнашки» прыжки.
Декабрь	«Передача мяча» «Перетяни за черту» «Пустое место»	«Перенеси предмет» «Кто скорее снимет ленту»	«Удочка» «Два Мороза» «Найди и промолчи»	«Перестрелка» (со снежками) «Передай снежный ком» «Строим снежную крепость» «Забрось снежки в корзину» (ловкость и быстрота)
Январь	«Мяч водящему» «Затейники»	«Перелёт птиц» «Ловишка! Ноги от земли!»	«Заря» «Почта» «Большой мяч»	«Два Мороза» «Кто скорее снимет ленту» «Ключи» «Фигуры» «Перебежки со снежками» - бег, метание.
Февраль	«Мы веселые ребята» «Волк во рву»	«Отмерялки» «Кого называли, тот и ловит»	«Не попадись» «Мороз Красный нос» «Кто первый через обруч к флажку»	«Ловишки парами» «Мы веселые ребята» - бег «Перебежки» «Дорожка препятствий» -метание вдаль, бег
Март	«Перебежки» «Прыгаем по кругу»	«Третий лишний» «Кто дольше не собьется»	«Горелки» «Перелет птиц» «Чье звено скорее соберется?»	«Ловишки парами» «Школа мяча» «Краски»
Апрель	«Фигуры» «Ловишка, бери ленту»	«Займи место в ракете» «Не попадись»	«Море волнуется» «Кошка и мышка»	«Прыгни выше» «Круговая лапта» - метание, бег «Перелет птиц» - бег.
Май	«Перебрось и поймай» «Раз, два, три дерево назови»	«Пятнашки» «Веселые соревнования»	«Мяч водящему» «Жмурки»	«Через бревно» - прыжки «Горелки» - бег.

			«Попади в обруч» - метание
--	--	--	----------------------------

2.2.3. Календарный план воспитательных мероприятий

Мероприятия	Возраст воспитанников	Ориентировочное время проведения	Ответственные
Патриотическое направление воспитания			
Игра «Зарница» (вместе с родителями (законными представителями))	4-7 лет	Октябрь	
Физическое и оздоровительное направление воспитания			
Проект «Детская энциклопедия здоровья»	3 -7 лет	Сентябрь -Октябрь	Воспитатели
День здоровья	3 – 7 лет	2 неделя октября	Воспитатели
Мастерская «Нестандартное оборудование по ФИЗО»	4 – 7 лет	Ноябрь	Воспитатели
Проект «К Олимпийским вершинам с детства» (совместно с родителями (законным представителями))	5 – 7 лет	Декабрь - февраль	Старший воспитатель Воспитатель
Спартакиада для дошколят	6-7 лет	Май	Старший воспитатель Воспитатель

2.3. ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С СЕМЬЕЙ

Цель: привлечь родителей (законных представителей) стать активными участниками образовательного процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и образование детей.

Задачи:

- Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
- Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию.
- Совместно с родителями развивать доброжелательное отношение ребенка к взрослым и сверстникам, эмоциональную отзывчивость к близким, уверенность в своих силах.

№	Форма мероприятия	Тема	Цель
Сентябрь			
1	Родительское собрание	«Задачи физического воспитания детей.»	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании.
2	Консультация	«Фитбол – гимнастика для дошкольников»»	Познакомить родителей с организацией физкультурно-оздоровительной работы.
3	Консультация	«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Рассмотреть связь сложности упражнений и видов одежды с температурой окружающей среды.
4	Индивидуальные беседы с родителями	«Профессия тренер» (работы по ранней профориентации детей дошкольного возраста)	Повышать эффективность образовательной работы по ранней профориентации детей дошкольного возраста в условиях ДОУ.
Октябрь			
5	Участие родителей в организации и проведении мероприятий	«Неделя спорта с 7 по 12 октября»	Привлечение родителей к участию в организации мероприятий для повышения интереса детей к физической культуре.
6	Консультация	«Профессия учитель по физической культуре в школе»	Продолжать повышать эффективность образовательной работы по ранней профориентации детей дошкольного возраста в условиях ДОУ.
7	Музыкально-физкультурный праздник	«День открытых дверей «Веселая ярмарка»	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.
8	Консультация	«Физическое воспитание ребенка в семье»	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной работы дома.
Ноябрь			
9	Рекомендации	«Золотые правила фитбол - гимнастики»	Познакомить родителей с правилами при выполнении упражнений на мячах – фитболах.
10	Консультация	«Профессия воспитатель по физической культуре в ДОУ»	Продолжать повышать эффективность образовательной работы по ранней профориентации детей дошкольного возраста в условиях ДОУ.
11	Физкультурное развлечение	«Осенние старты» (совместно с родителями)	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности.
12	Семинар-практикум	«Игры, в которые играют взрослые и дети» (рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья)	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности.
Декабрь			
13	Консультация	«Здоровый образ жизни в семье - залог здоровья ребенка»	Познакомить родителей с условиями обеспечения оптимального двигательного режима для оздоровления и закаливания детей.
14	Спортивный праздник (на воздухе)	«Зимние забавы» (привлечь родителей в организации и оформлению праздника)	Формирование представлений о здоровом образе жизни.
15	Выставка рисунков	«Дружим со спортом» (дети совместно с родителями)	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности.
16	Прогулка на лыжах (в сосновый бор)	«Лыжи для здоровья»	Активизировать работу по реализации проектного метода «Родительский клуб».

Январь			
17	Консультация, рекомендации	«Играем вместе с ребенком на прогулке»	Формирование представлений о здоровом образе жизни.
18	Развлечение на участке ДООУ	«Зимние виды спорта».	Активизировать работу по реализации проектного метода «Родительский клуб».
19	Консультация	«Рекомендации родителям по проведению фитбол-гимнастики с ребенком дома»	Обратить внимание родителей на правильное выполнение упражнений на мячах - фитболах.
20	Беседа	«Развитие у детей физических качеств в подвижных играх»	Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в выходные дни.
Февраль			
21	Беседа	«Зимние прогулки»	Расширение представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ, пропаганда здорового образа жизни.
22	Консультация	«Ребенок дома»	Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей.
23	Праздник физкультурно-музыкальный	«День Защитника Отечества»	Доставить радость общения детям с родителями; побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.
24	Прогулка в парк	«Зимние забавы» (родители совместно с детьми)	Активизировать работу по реализации проектного метода «Родительский клуб».
Март			
25	Праздник музыкально-физкультурный	«А ну-ка мамы!»	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательной-игровой деятельности.
26	Физкультурный праздник	«Широкая Масленица»	Привлечение родителей к участию в жизни ДООУ.
27	Консультация	«Как формировать у ребенка интерес к ЗОЖ»	Расширение представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома.
28	Семинар - практикум	«Физкульт-Ура»	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты, пропаганда здорового образа жизни.
Апрель			
29	Неделя здоровья (с 30.03 по 5.04)	«Быть здоровыми хотим!»	Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье.
30	Конкурс плакатов	Выставка «Любимый вид спорта в моей семье»	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности.
31	Консультация	«Роль подвижных игр в оздоровлении детей»	Познакомить родителей с видами подвижных игр и формами их организации и проведения дома.
32	Беседа, рекомендации	«Красивая осанка».	Познакомить родителей с комплексами физкультурных упражнений для формирования правильной осанки.
Май			
33	Фотовыставка	«Спортивная семья»	Привлечение родителей к участию в жизни ДООУ.
34	Праздник физкультурно-музыкальный	«День Победы»	Доставить радость общения детям с родителями, побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.
35	Консультация	«Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка»	Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье
36	Родительское собрание	«Наши достижения»	Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы

2.4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ

Оценивание качества образовательной деятельности, представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», а также Стандарта, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Оценивание качества направлено, в первую очередь, на оценивание созданных условий в процессе образовательной деятельности.

Программой *не предусматривается оценивание* качества образовательной деятельности Организации на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

Целевые ориентиры, представленные в РП:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- детские портфолио, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности;
- карты развития ребенка;
- различные шкалы индивидуального развития.

Программой предусмотрена диагностика развития ребенка, используемая как профессиональный инструмент педагога с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей индивидуальной работы с детьми по Программе;

Система оценки качества предоставляет педагогам и администрации Организации материал для рефлексии своей деятельности и для серьезной работы над Программой, которую они реализуют. Результаты оценивания качества образовательной деятельности формируют доказательную основу для изменений основной образовательной программы, корректировки образовательного процесса и условий образовательной деятельности.

Важную роль в системе оценки качества образовательной деятельности играют также семьи воспитанников и другие субъекты образовательных отношений, участвующие в оценивании образовательной деятельности Организации, предоставляя обратную связь о качестве образовательных процессов Организации.

В соответствии с ФГОС ДО (Раздел III. Требования к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного образования, п.4.3) целевые ориентиры реализации Программы не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Однако ФГОС ДО (Раздел III. Требования к условиям реализации основной образовательной программы дошкольного образования, п. 3.2.3) допускает, что в Организации (группе) может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (или мониторинга).

Педагогическая диагностика строится на основе разработанной МБУ города Костромы «Городской центр обеспечения качества образования» системы оценки индивидуального развития детей в условиях ФГОС ДО и направлена на изучение ребенка дошкольного возраста для познания его

индивидуальности и оценки его развития как субъекта познания, общения и деятельности; на понимание мотивов его поступков, видение скрытых резервов личностного развития, предвидение его поведения в будущем. Понимание ребенка помогает педагогу сделать условия воспитания и обучения максимально приближенными к реализации детских потребностей, интересов, способностей, способствует поддержке и развитию детской индивидуальности.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

На основе целевых ориентиров ФГОС ДО в Программе сформулированы планируемые результаты её освоения детьми разных возрастных групп (см. раздел «Пояснительная записка»). Произведена *дифференциация данных целевых ориентиров по возрастам и направлениям организации жизнедеятельности детей* (в виде показателей развития) в соответствии с направлениями развития и образования детей (образовательными областями). Данные показатели развития ребёнка в соответствии с возрастом становятся содержательными критериями педагогической диагностики.

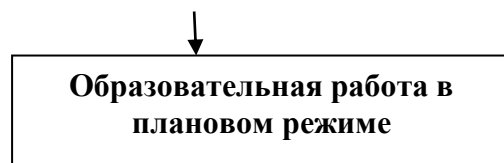
Достижение детьми промежуточных результатов оценивается путём наблюдений, анализа детских работ, эпизодов из жизни группы, игр, непосредственного общения, создания педагогических ситуаций, бесед с родителями (низкоформализованные методы оценки, доступные педагогам, непосредственно работающим с детьми). Высокоформализованные методы оценки используются педагогом-психологом.

Требования к проведению диагностики:

- создание эмоционального комфорта ребёнка;
- индивидуальный подход к ребёнку, уважение его личности;
- учёт интересов и уровня развития ребёнка;
- отбор материалов для каждого ребёнка в зависимости от индивидуальной ситуации развития.

Алгоритм осуществления педагогической диагностики





Экспресс-диагностика проводится постоянно в процессе общения, игры, непосредственного общения, образовательной деятельности с ребенком посредством наблюдения.

Плановая диагностика проводится 2 раза в год (сентябрь, май) на основе заполнения диагностических листов, содержащих показатели развития ребенка по разным видам деятельности для каждого возраста.

Интерпретация показателей

Показатель сформирован (достаточный уровень) - наблюдается в самостоятельной деятельности ребёнка, в совместной деятельности со взрослым.

Показатель в стадии формирования (уровень, близкий к достаточному) - проявляется неустойчиво, чаще при создании специальных ситуаций, провоцирующих его проявление: ребёнок справляется с заданием с помощью наводящих вопросов взрослого, даёт аналогичные примеры.

Оценки «достаточный уровень» и «близкий к достаточному» отражают **состояние нормы** развития и освоения Программы.

Преобладание оценок «достаточный уровень» свидетельствует об успешном освоении детьми требований основной образовательной программы дошкольного образования.

Если по каким-то направлениям преобладают оценки «близкий к достаточному», следует усилить индивидуальную работу с ребёнком по данному направлению с учётом выявленных проблем.

Показатель не сформирован (недостаточный уровень) — не проявляется ни в одной из ситуаций, на все предложения взрослого ребёнок не даёт положительного ответа, не в состоянии выполнить задание самостоятельно. При преобладании «недостаточного уровня» проводится психологическая диагностика.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ

№ п/п	Наименование оборудования	Размер, масса	Кол-во
1	Гимнастическая стенка.	h - 250 см, 4 пролета	1
2	Гимнастическая скамейка.	1 - 250 см	4
3	Лесенка.	1 - 250 см	1
4	Доска гимнастическая.	1 - 250 см	1
	Спортивный комплекс		
5	«Геркулес»:		1
	дуги для подлезания и	h - 65 см	2
	перелезания;	h - 75 см	2
	лесенка;	1-155 см	2
	горка;	1-155 см	1
	Качели		1
6	Канат	1 - 300 см	2
7	Лесенка мягкая подвесная	1 - 300 см	1
8	Дуги для подлезания	h - 40 см	3
		h - 50 см	3
		h - 60 см	3
9	Гимнастический снаряд для прыжков	h - 150 см	1
10	Доска ребристая		1
11	Мишени		10
12	Мячи резиновые большие	0 - 20 - 25 см	25
13	Мячи резиновые средние	0 - 10-12 см	8
14	Мячи резиновые малые	0 - 6 - 8 см	15
15	Мячи надувные большие	0-35 см	5
16	Мячи - прыгуны	0 - 40 см	7
17	Мячи массажные большие	0 - 60 см	3
18	Мячи массажные малые	10 см	10
19	Массажеры для ног		15
20	Обручи малые	0 - 60 см	35
21	Обручи большие	0 - 100 см	3
22 23	Палки гимнастические	75-80см	36
23	Шнуры-косички	70-80см	30
24	Шнур длинный	1 - 15 м	4
25	Скакалки короткие	1 - 120- 150 см	45

26	Флажки разноцветные		20
27	Ленты разноцветные короткие.	1 - 50 - 60 см	50
28	Мешочки с песком	150-200 гр	20
29	Мешочки с песком большие	400 гр	15
30	Сетка волейбольная		2
31	Ракетки и воланы для бадминтона		12
32	Кегли		30
33	Серсо		4
34	Кольцеброс		6
35	Велотренажеры		4
36	Кубики		20
37	Городки		6
38	Баскетбольный щит, корзина		2
39	Баскетбольный мяч		3
40	Коврики для гимнастики детские		22
41	Коврики для гимнастики взрослые		3
42	Тележки для физкультурного оборудования		2
43	Бревно,положенное на землю, на подставках	1 - 200 см	1
44	Клюшки и мячи для хоккея на траве		4
45	Маты гимнастические		2
46	Мячи волейбольные		2
47	Гимнастический набор №1		1
48	Дорожка препятствий		1
49	Погремушки		25
50	Музыкальный центр		1
51	Бубен		5
52	Насос для надувания мячей малый		2
53	Насос для надувания мячей большой		1

3.2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Образовательная область по ФГОС ДО	Образовательные программы
1.	Физическое развитие	
	Педагогические методики, технологии	
	Обязательная часть программы Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Детство» / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. — СПб. : ООО «Издательство «Детство- Пресс», 2019.- 352 с. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическое развитие». Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическая культура». Русскова Л.В. Русские народные подвижные игры Осокина Т.И. «Игры и развлечения на свежем воздухе» Пензулаева Л. «Физкультурные занятия с дошкольниками» Голицина Н.С. «Нетрадиционные занятия физкультурой В ДОУ» Клепинина З.А. «Познай себя», «Как развивать умение заботиться о своем здоровье» Шорыгина Т.А. «Беседы о здоровье» Часть, формируемая участниками образовательных отношений Кудрявцев В.Т. «Развивающая педагогика оздоровления»	

3.3. РАСПИСАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Расписание непосредственно образовательной деятельности ДОО обеспечивает построение целостного педагогического процесса.

«Объем дневной образовательной нагрузки дошкольного возраста» в соответствии санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2.

Возраст детей	Продолжительность одного образовательного занятия (НОД)
3-4 года	не более 15 минут
4-5 лет	не более 20 минут
5-6 лет	не более 25 минут
6-7 лет	не более 30 минут
Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут	
Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуется 3 раз в неделю. Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только: 1) при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям; 2) если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в музыкально-физкультурном зале. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.	

Расписание непосредственно образовательной деятельности
по физической культуре

Расписание непосредственно образовательной деятельности

по образовательной области «Физическое развитие» (Физическая культура)

Группы	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Младшая		09.35 - 09.50	09.35 - 09.50		09.35 – 09.50
Средняя	10.00 – 10.20		10.00 – 10.20		10.00 – 10.20
Старшая	09.00 – 09.25	10.00 – 10.25*		15.25-15.50	
Подготовительная к школе группа		10.40-11.10*	10.40-11.10		10.40 – 11.10

***Занятия физической культурой на открытом воздухе проводятся один раз в неделю для детей 5-7 лет:** 1) при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям; 2) если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона.

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в музыкально-физкультурном зале.

3.4. ЦИКЛОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Модель ежедневного планирования охватывает весь комплекс содержания и организации жизни и воспитания детей в условиях ДОУ, планирование культурно-досуговой и совместной деятельности воспитателя и дошколят, взаимодействия с семьями воспитанников, что значительно сокращает временные затраты на оформление документации «календарного плана».

	Понедельник	Время	Вторник	Время	Среда	Время	Четверг	Время	Пятница	Время
Первая половина дня	Утренняя гимнастика	08.00 – 08.30	Утренняя гимнастика	08.00 – 08.30	Утренняя гимнастика	8.00 – 8.30			Утренняя гимнастика	08.00 – 08.30
	Заполнение документации	08.30 – 08.45	Индивидуальная работа с детьми	08.30 – 09.25	Подготовка материалов для информационных стендов, консультации	8.30 – 09.25			Индивидуальная работа с детьми	08.30 – 09.25
	Подготовка к НОД	08.45 – 09.00	Подготовка к НОД	09.25 – 09.35	Подготовка к НОД	09.25 – 09.35			Подготовка к НОД	09.25 – 09.35
	НОД	09.00 – 09.25	НОД	09.35 – 09.50	НОД	09.35 - 09.50			НОД	09.35 – 09.50
	Индивидуальная работа с детьми	09.25 – 09.45	Подготовка к НОД	09.50 – 10.00	Подготовка к НОД	09.50 – 10.00			Подготовка к НОД	09.50 – 10.00
	Подготовка к НОД	09.45 – 10.00	НОД	10.00 – 10.25*	НОД	10.00 – 10.20			НОД	10.00 – 10.20
	НОД	10.00 – 10.20	Подготовка к НОД	10.25 – 10.40	Подготовка к НОД	10.20 – 10.40			Подготовка к НОД	10.20- 10.40
	Индивидуальная работа с детьми	10.20 – 12.00	НОД	10.40-11.10*	НОД	10.40-11.10			НОД	10.40 – 11.10
	Оформление документации, работа с метод.литературой	12.00 – 13.00	Индивидуальная работа с детьми	11.10 – 12.00	Консультирование педагогов	11.10 – 12.00			Индивидуальная работа с детьми	11.10– 12.00

			Заполнение документации	12.00 – 13.00	Заполнение документации	12.00 – 13.00		Заполнение документации	12.00– 12.30
								Консультирование педагогов	12.30 – 13.00
Вторая половина дня							Работа с метод.литературой	13.00- 15.00	
							Подготовка к НОД	15.00-15.25	
							НОД	15.25-15.50	
							Подготовка к развлечению, развлечение	15.50 -16.15	
							Индивидуальная работа	16.15 – 18.00	

3.5. МОДЕЛЬ ОПТИМАЛЬНОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Двигательный режим группы включает всю динамическую деятельность детей, как организованную, так и самостоятельную.

Двигательная активность детей – это естественная биологическая потребность, степень удовлетворения которой определяет дальнейшее развитие ребенка.

Модель двигательного режима детей содержит следующие формы работы по физическому воспитанию: физкультурно-оздоровительные мероприятия, учебные занятия, самостоятельную двигательную деятельность, физкультурно-массовые занятия, совместная физкультурно-оздоровительная деятельность.

Модель оптимального двигательного режима детей 3-5 лет

1. Самостоятельная двигательная деятельность		
(Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей). Не менее 3ч. в день (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21). Если температура воздуха ниже – 15 °С, а скорость ветра более 7 м/с, продолжительность поручите сократить (п. 185 СанПиН 1.2.3685-21).		
2. Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность		
Виды занятий		Особенности организации
2.1	Утренняя гимнастика в чередовании с ритмической.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 8-10 мин.
2.2	Двигательная разминка.	Ежедневно в перерыве между занятиями (с преобладанием статических поз). Длительность от 7-10 минут.
2.3	Физкультминутка/динамическая пауза.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 мин.
2.4	Подвижные игры и физические упражнения утром и на прогулке и вечером.	Ежедневно, подгруппами, подобранными с учетом уровня ДА детей. Длительность в каждый временной 25-30 мин.
2.5	Оздоровительный бег	Два раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 2-5 мин.

2.6	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 10-12 мин.
2.7	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.
2.9	Хождение по солевым дорожкам во второй половине дня с последующими играми.	Длительность всего комплекса от 8 до 10 мин.
Физкультурно – массовые мероприятия		
2.10	Физкультурный досуг	Один-два раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной-двух групп. Длительность 35 мин.
2.11	Физкультурно-спортивные праздники	Два раза в год, внутри детского сада. Длительность 35-40 мин.
2.14	Неделя здоровья (каникулы)	Два три раза в год (последняя неделя квартала).
3. НОД		
3.1	По физической культуре	Три раза в неделю фронтально, проводятся в первой половине дня. Длительность 1 занятия от 15 до 20 мин.

Модель оптимального двигательного режима детей 5-7 лет

1. Самостоятельная двигательная деятельность		
(Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей). Не менее 3ч. в день (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21). Если температура воздуха ниже – 15 °С, а скорость ветра более 7 м/с, продолжительность поручите сократить (п. 185 СанПиН 1.2.3685-21).		
2. Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность		
Виды занятий		Особенности организации
2.1	Утренняя гимнастика в чередовании с ритмической.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 10-12 мин.
2.2	Двигательная разминка.	Ежедневно в перерыве между занятиями (с преобладанием статических поз). Длительность от 7-10 минут.
2.3	Физкультминутка/динамическая пауза.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 мин.
2.4	Подвижные игры и физические упражнения утром и на прогулке и вечером.	Ежедневно, подгруппами, подобранными с учетом уровня ДА детей. Длительность в каждый временной 25-30 мин.
2.5	Оздоровительный бег	Два раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин.
2.6	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 12-15 мин.
2.7	Прогулки-походы в лес или близлежащий парк (пешие, лыжные)	Один - два раза в месяц, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных воспитателем игр и упражнений. Длительность 60-120 мин.
2.8	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.
2.9	Хождение по солевым дорожкам во второй половине дня с последующими играми.	Длительность всего комплекса от 10 до 30 мин.

2.10	Разные виды массажей	Ежедневно после занятий и дневного сна. Длительность от 3 до 5 минут.
Физкультурно – массовые мероприятия		
2.11	Физкультурный досуг	Один-два раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной-двух групп. Длительность 45 мин.
2.12	Игры-соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных классов	Один раз в квартал на воздухе или в зале. Длительность не более 60 мин.
2.13	Физкультурно-спортивные праздники	Два раза в год, внутри детского сада. Длительность 45-60 мин.
2.14	Неделя здоровья (каникулы)	Два три раза в год (последняя неделя квартала).
3. НОД		
3.1	По физической культуре	Три раза в неделю фронтально, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительность 1 занятия от 20 до 30 мин.

3.6. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Некоторые родители чрезмерно увлекают ребенка интеллектуальным развитием: посещение разнообразных курсов и кружков, не оставляя времени для игр на детских площадках, лишает ребенка общения со сверстниками в игре. Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. В настоящее время в дошкольных организациях вводятся дополнительные развивающие занятия: аэробика, ритмика, спортивные танцы и спортивные игры. Но все же основная нагрузка в плане физического развития детей ложится на физкультурные занятия.

Как сделать так, чтобы физкультурные занятия стали действительно развивающими, интересными, увлекательными, познавательными?

Традиционная система физкультурных занятий недостаточно совершенна как по своей структуре, так и по методике обучения. Это побуждает к поиску новых форм и методов нетрадиционного направления работы по физическому воспитанию в детском саду.

В учебных пособиях по физическому воспитанию достаточно подробно освещена методика организации традиционных физкультурных занятий. Добиться высокого качества освоения движений детьми и большого оздоровительного эффекта на подобных занятиях весьма затруднительно. Педагог вынужден постоянно давать детям указания, невольно вырабатывая у них ориентировку на внешний контроль. Кроме того, постоянные указания, замечания, даже если они вполне обоснованы, снижают положительный настрой детей, создают определенное психологическое напряжение.

Замечено, что далеко не все дети любят физкультурные занятия (в основном из-за их однообразия). Исследователями установлено также, что именно физкультурные занятия чаще других способствуют формированию комплекса неполноценности уже с детских лет. Именно поэтому, а также ради того, чтобы все физкультурные занятия работали на укрепление здоровья ребенка, следует в систему физического воспитания включать нетрадиционные занятия – различные по содержанию, структуре и методике проведения.

В нашей дошкольной образовательной организации материальная база спортивного зала оборудована современным физкультурным оборудованием: массажерами, мягкими модулями, спортивными комплексами, гимнастическими наборами и т.д. Использование этого оборудования позволяет разнообразить занятия по физической культуре, проводить их максимально интересно и эффективно.

Выделяются следующие нетрадиционные занятия:

✓ Развивающие занятия «Театра физического воспитания дошкольников» - это подход к физическому воспитанию, предполагающий использование новой методики физического развития детей. Это игровая по форме новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей.

✓ Эвритмическая гимнастика – вид оздоровительно – развивающей гимнастики, основанной на ритмических закономерностях речи, музыки, общеразвивающих упражнений, базовых шагов и элементов аэробики.

✓ Фитбол – гимнастика – гимнастика на больших гимнастических мячах. По структуре фитбол – гимнастика напоминает классические занятия по физическому воспитанию со строгой трехчастной формой (вводная часть, основная часть, заключительная).

✓ Стретчинг – гимнастика (гимнастика поз) включает в себя комплекс поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания определенных групп мышц.

✓ Оздоровительно – развивающая гимнастика «Са-Фи-Дансе» направлена на всестороннее, гармоничное развитие дошкольного возраста.

✓ Раздельные физкультурные занятия для мальчиков и девочек.

✓ Степ – гимнастика.

✓ Совместные физкультурные занятия родителей с детьми.

Для более успешного проведения данной работы необходимо учитывать возрастные особенности детей. В работе с младшими дошкольниками нужно чаще проводить занятия в форме ситуационных мини – игр, на которых дети имитируют сказочных героев, птиц, животных. Начиная со среднего возраста вводить больше тематических и вариативных физкультурных занятий. С детьми старшего возраста проводить занятия, основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбираются определенные двигательные – игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств: у девочек – гибкости, ловкости, пластичности, у мальчиков – силы, выносливости, быстроты.

Нетрадиционные занятия увлекают детей своим разнообразием и доступностью: они с удовольствием приходят в спортивный зал, активно участвуют в играх, перевоплощаются в различных героев, проявляют большую фантазию в соответствии с сюжетами, раскрепощаются, освобождаются от напряжения, позитивно взаимодействуют в среде сверстников. У детей формируется интерес, потребность и осознанное отношение к занятиям физическими упражнениями.

3.7. ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННЫХ СОБЫТИЙ, ПРАЗДНИКОВ, МЕРОПРИЯТИЙ

Каждый человек – неповторим, особенный. Нет двух внешне одинаковых людей с абсолютно одинаковым внутренним миром, одинаковым опытом, интересами, устремлениями. Именно уникальность каждого «жителя» детского сада (взрослого, ребенка) и должна стать предметом развития. Мы говорим о «жителях» детского сада, потому что стремимся сделать его Домом для детей, их родителей. Поэтому, такие разные и непохожие люди должны объединяться вокруг чего-либо, значимого для каждого. Этим значимым, объединяющим вокруг себя всех, по нашему мнению, должен стать Детский сад. Воспитание у детей чувства дома по отношению к детскому саду мы считаем основной своей задачей. Для этого мы используем ритуалы и традиции в группе и в детском саду.

Ритуал-установленный порядок действий. **Традиция**- то, что перешло от одного поколения к другому, что унаследовано от предшествующих поколений. Ритуалы и традиции способствуют развитию чувства сопричастности сообществу людей, помогают ребенку освоить ценности коллектива, прогнозировать дальнейшие действия и события. Поэтому мы считаем необходимым введение ритуалов и традиций в жизнедеятельность детского сада. Однако каждая традиция должна решать определенные образовательные задачи и соответствовать возрастным особенностям детей.

Важным моментом в формировании традиций в учреждении – совместное проведение русских народных праздников, посиделок в гостиной. Ежегодно проводятся мероприятия, в которых родители принимают активное участие.

Традиции	Мероприятия	
	Месяц	Спортивные мероприятия
1. «Утреннее приветствие группы» 2. «День рождения» 3. Музыка русских и зарубежных композиторов в группах звучит ежедневно. 4. День Приветствий. 5. «Минута тишины» (отдыха) ежедневно 6. День рождения Деда Мороза	Сентябрь	«День здоровья»
	Октябрь	«Осенняя спартакиада» (ст.и подг. группы)
	Ноябрь	«День матери» (ср., ст., подг. группы)
	Декабрь	«Зимние забавы» (ст.и подг. группы)
	Январь	«Зимняя спартакиада» (ст.и подг. группы)
	Февраль	Спортивный досуг «Добры молодцы» (ст.и подг. группы)
	Март	Спортивный досуг «Ан-у-ка, девушки!» (ср., ст., подг. группы)
	Апрель	Спортивный досуг «День космонавтики» (ст.и подг. группы)
	Май	«Весенняя спартакиада» (ст.и подг. группы)
	Июнь	«День защиты детей»
	Июль	«Туристический поход» (совместно с родителями (законными представителями) (подг. группа)
	Август	«Неделя здоровья»