

Департамент образования Администрации города Ноябрьска
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Белоснежка»
муниципального образования город Ноябрьск
МБДОУ «Белоснежка»

СОГЛАСОВАНА Педагогическим советом (протокол заседания) от 30.08.2023г. №1	СОГЛАСОВАНА заместитель заведующего  И.А. Складанюк 30.08.2023г.	УТВЕРЖДЕНА приказом МБДОУ «Белоснежка» От 31.08.2023г. № 202 - од
---	---	--

Образовательная область «Физическое развитие»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по разделу «Физическая культура»
для детей 2 младшей группы
(с 3 до 4 лет)

Составитель:
инструктор по физической культуре
МБДОУ «Белоснежка»
Н.В.Вечирко

2023 - 2024 учебный год

п/п	Содержание	страница
1.	Пояснительная записка	2
2.	Тематический план	7
3.	Требования к результатам освоения раздела "Физическое развитие"	7
4.	Содержание работы	7
5.	Перечень литературы и средств обучения	8
6.	Учебно – тематический план	9
7.	Календарно – тематический план	13
8.	Протокол диагностики индивидуального развития по разделу "Физическое развитие"	37

Пояснительная записка

Рабочая программа по разделу «Физическая культура» образовательная область «Физическое развитие» составлена на основании Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования и примерной образовательной программы дошкольного образования, в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Белоснежка» муниципального образования город Ноябрьск (далее по тексту ООП МБДОУ «Белоснежка»).

Рабочая программа ориентирована на использование **учебно-методического комплекта:** Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 3-4 лет. Л.И. Пензулаева - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 год.

Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7 лет. Л.И. Пензулаева - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 год.

Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми с 3 до 7 лет. М.М. Борисова - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 год.

Сборник подвижных игр для занятий с детьми с 2 – 7 лет. Э.Я. Степаненкова - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014 год.

Программа рассчитана на проведение 72 занятия в год (2 раза в неделю), продолжительностью 15 мин.

Сопутствующими формами образовательной деятельности по разделу «Физическая культура» для детей второй младшей группы является организация игровых развлечений, комплекса занимательной разминки, игровая беседа с элементами движений.

Цели:

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Задачи:

Продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;

Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;

Формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;

Сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Задачи по национально региональному компоненту:

развивать разнообразные виды движений, учитывающие особенности игр народов Севера (прыжки на двух ногах с места, метание кольца на кеглю и т. д.).

Задачи по обновлению содержания образования:

- обеспечение гармоничного физического развития;
- приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности;
- развитие психофизических качеств;
- формирование навыков правильной осанки;
- развитие координационных способностей, равновесия.

Новизной данной рабочей программы является компиляция в воспитательно-образовательном процессе приоритетного экологического компонента ДОУ, тематических недель и ФГОС.

Программа составлена с учётом тематических недель. Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет органично вводить региональные и культурные компоненты, учитывать территориальность и приоритетность дошкольного учреждения.

Обоснование внесенных изменений связано с учетом возрастных особенностей и индивидуальных возможностей детей 3 - 4 лет.

Рабочая программа предусматривает использование методов и приемов обучения воспитанников в рамках НРК, реализуется как часть непрерывной образовательной деятельности через подвижные игры коренных народов Крайнего Севера.

Реализация **приоритетного направления** работы МБДОУ (воспитание экологической культуры дошкольников) представлена следующими темами: «Праздник урожая: овощи, фрукты, ягоды, грибы», «Всемирный день животных: домашние, дикие животные», «Осень: осенние месяцы, лиственные деревья», «Хвойные деревья», «Зима: зимние месяцы, изменения в природе», «Зимующие птицы», «День комнатных растений», «Весна: весенние месяцы, изменения в природе».

Углубленное изучение экологической культуры реализуется в ходе занятий (часть), тематических подвижных игр, игровых упражнений.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания образовательной области «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других образовательных областей («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

1	Социально – коммуникативное развитие	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и ЗОЖ человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части ЗОЖ, приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; накопление опыта
---	--------------------------------------	---

		двигательной активности; формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья
2	Познавательное развитие	Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и ЗОЖ человека, в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности
3	Речевое развитие	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека, развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение; развитие представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики для успешного освоения указанных областей
4	Художественно-эстетическое развитие (музыка)	Использование музыкального сопровождения с целью сопровождения выполнения игровых заданий и игр, развития двигательного творчества. Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств

Особенность организации образовательного процесса по разделу «Физическая культура» для детей второй младшей группы заключается в проведении фронтальных занятий, длительностью 15 минут, 3 раза в неделю, с учетом состояния их здоровья.

Предпочтительными формами организации образовательного процесса являются занятия в игровой форме, овладение детьми средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками в совместной деятельности по физической культуре и овладение навыками двигательной активности, а также в соблюдении детьми элементарных правил поведения в коллективной деятельности.

Вариативность проведения диагностики

Оценка индивидуального развития детей по разделу «Физическая культура» для детей 2 младшей группы проводится для оценки исходного состояния организма ребенка с тем, чтобы определить «ближайшую зону» его здоровья, создать условия для наращивания фундаментальных возможностей систем и органов, развития жизненно важных двигательных умений.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы.

Получаемая в ходе диагностики информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

Методика проведения диагностики:

1. СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА:

Скорость бега на 10 м, с ; Скорость бега на 30 м,с

Ребенок становится на линию старта. Инструктор, стоящий с боку от стартующего, подает команду «На старт!», «Внимание!» и поднимает вверх флажок. Убедившись, что ребенок готов к бегу, командует «Марш!» и одновременно опускает флажок. С опусканием флажка и началом движения ребенка включается секундомер. Ребенок бежит, минуя финиш до ориентира, не сбавляя скорости бега. Секундомер выключается после пересечения бегущим линии финиша. Дается две попытки, лучший результат фиксируется.

Взрослому во время бега ребенка не следует корректировать его движения, подсказывать элементы техники.

Практика показывает, что при проведении тестирования в соревновательной форме (бег по два человека), результаты детей бывают выше.

Продолжительность бега в медленном темпе, мин

Тестирование проводится в конце образовательного периода в физкультурном зале или на физкультурной площадке при благоприятных погодных условиях.

В течение образовательного периода с учетом тренированности ребенка продолжительность бега (в медленном или умеренном темпе) постепенно увеличивается с 15-30 секунд до 1-2,5 минут.

Оценка уровня развития физических качеств детей проводится путем сравнения абсолютных величин результатов тестирования физической подготовленности каждого ребенка со средними возрастно-половыми значениями соответствующих показателей.

Прыжок в длину с места

Проводится в спортивном зале, желательно на резиновой дорожке с разметкой и зрительными ориентирами. Ребенок становится на широкую линию отталкивания, не переступая ее ногами. Ноги расставлены на ширину плеч, выполняется взмах руками. Попытка дается 2-3 раза. Учитывается лучший результат, который определяется по месту касания дорожки пятками. При потере равновесия (шаг назад, касание руками пола, падение и т.д.) результат не засчитывается. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата) разместить ориентиры (3 флажка) и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них.

СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА:

Дальность броска мешочка с песком правой (левой) рукой, м

Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м. И длиной 15 - 20 м. По команде педагога ребенок подходит к широкой линии, из исходного положения стоя производит бросок мешочка с песком одной рукой из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 3 попыток. Вес мешочка 150гр.

Наклон туловища вперед сидя, см.

Ребенок без обуви садится перед обозначенной на полу линией так, чтобы пятки выпрямленных и разведенных на 20-30 см. ног, находились как можно ближе к черте, но не пересекали её, ступни вертикально. Инструктор, находясь сбоку от ребенка, прижимает его колени к полу с тем, чтобы ноги не сгибались при осуществлении наклонов. Ребенок выполняет три пружинящих наклона вперед, стараясь как можно дальше коснуться пальцами обеих рук градуированной планки, находящейся между ног. На четвертом наклоне ребенок в течение 2 секунд фиксирует положение тела. Результат фиксируется в момент, когда кончики пальцев ребенка достигли наиболее удаленной отметки. Если при измерении концы пальцев рук находятся за нулевой отметкой, то результат фиксируется со знаком «+» (например +3 см.). Если до нулевой отметки ребенок не дотянулся, то результат фиксируется со знаком «-» (- 2 см.)

Стартовая: высокий- средний низкий **Финальная:** высокий- средний низкий.

Уровни (критерии) освоения программы

Уровень развития физических качеств определяется по таблице возрастно-половых нормативов. Оценивание проходит по баллам: 0 – низкий, 1 – средний, 2 – высокий.

Высокий – правильно выполнены все элементы техники

Средний - ребенок справляется с большинством элементов техники, имеются незначительные ошибки

Низкий - наличие значительных ошибок, не справляется с заданием.

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

Тематический план

№ п/п	Тема занятий	Количество занятий образовательной деятельности	В том числе: практической части
1	Диагностика	4	4
2	Учебно-тренировочное	64	64
3	Игровое	20	20
4	Сюжетное	20	20
Всего		108	108

Требования к результатам освоения раздела "Физическая культура"

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- осваивает спортивные упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;
- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание работы по разделу «Физическая культура»

ОБД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии;

ОРУ:

- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений.

Строевые упражнения:

- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.

Музыкально-ритмические упражнения:

- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком;

- имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.);

- поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;

- несюжетные игры;

- игры на развитие ориентировки в пространстве;

- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;

- малоподвижные игры.

Средства обучения:

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, нестандартное оборудование, оздоровительное, оборудование для спортивных игр и упражнений. *Технические средства:* музыкальный центр, музыкальная фонотека.

IV. Список литературы

Основная методическая литература:

1. Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 3 – 4 года, Л.И. Пензулаева - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018 год.

Дополнительная методическая литература:

2. Сборник подвижных игр для занятий с детьми с 2 – 7 лет, Э.Я. Степаненкова - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018 год.

Учебно - тематический план

Месяц	План. дата	Факт дата	Дата	Кол-во занятий	№ недели	*Название тематической недели	
СЕНТЯБРЬ			04-08		1		
	05.09.2023			1		День нефтяника	
	06.09.2023			1			
	08.09.2023			1			
				11-15		2	
	12.09.2023				1		Я вырасту здоровым
	13.09.2023				1		
	15.09.2023				1		
				18-22		3	
	19.09.2023				1		Праздник урожая
	20.09.2023				1		
	22.09.2023				1		
				25-29		4	
	26.09.2023				1		День дошкольного работника
27.09.2023				1			
29.09.2023				1			
ОКТАБРЬ			02-06		5		
	03.10.2023			1		Всемирный день животных	
	04.10.2023			1			
	06.10.2023			1			
						6	
	10.10.2023		09-13		1		Осень
	11.10.2023				1		
	13.10.2023				1		
						7	
	17.10.2023		16-20		1		Международный день музыки
	18.10.2023				1		
	20.10.2023				1		
				23-27		8	
24.10.2023				1		День работников автомобильного транспорта	
25.10.2023				1			
27.10.2023				1			
НОЯБРЬ							
			30-03		9		
	31.10.2023			1		День единства и примерения	
	01.11.2023			1			
	03.11.2023			1			
				07-10		10	
	07.11.2023				1		Ямальские просторы
08.11.2023				1			
10.11.2023				1			

			13-17		11		
	14.11.2023			1		День доброты	
	15.11.2023			1			
	17.11.2023			1			
				20-24		12	
	21.11.2023			1		День матери	
	22.11.2023			1			
	24.11.2023			1			
				27-01		13	
	28.11.2023			1		Зимующие птицы	
	29.11.2023			1			
01.12.2023			1				
ДЕКАБРЬ			04-08		14		
	05.12.2023			1		Зима	
	06.12.2023			1			
	08.12.2023			1			
				11-15		15	
	12.12.2023			1		Зимние забавы	
	13.12.2023			1			
	15.12.2023			1			
				18-22		16	
	19.12.2023			1		Новый год	
	20.12.2023			1			
	22.12.2023			1			
				25-29		17	
	26.12.2023			1		Новый год	
27.12.2023			1				
29.12.2023			1				
ЯНВАРЬ			01-05			Праздники	
			08-12				
				1		Народная культура и традиции (каникулы)	
				1			
				1			
				15-19		18	
	16.01.2024			1		День анимации	
	17.01.2024			1			
	19.01.2024			1			
				22-26		19	
	23.01.2024					Моя страна Мой город	
	24.01.2024						
	26.01.2024						
				29-02		20	
30.01.2024			1		День умников и умниц		
31.01.2024			1				
02.02.2024			1				
ФЕВРАЛЬ			05-09		21		
	06.02.2024			1		День комнатных растений	
	07.02.2024			1			
	09.02.2024			1			

МАРТ			12-16		22			
	13.02.2024			1		День театра		
	14.02.2024			1				
	16.02.2024			1				
			19-22			23		
	20.02.2024			1		День защитника Отечества		
	21.02.2024			1				
	23.02.2024			1				
			26-01			24		
	27.02.2024			1		День оленевода		
	28.02.2024			1				
01.03.2024			1					
МАРТ			04-07			25		
	05.03.2024			1		Международный женский день		
	06.03.2024			1				
	08.03.2024			1				
			11-15				26	
	12.03.2024			1		Весна		
	13.03.2024			1				
	15.03.2024			1				
			18-22				27	
	19.03.2024			1		Всемирный день водных ресурсов		
	20.03.2024			1				
	22.03.2024			1				
			25-29				28	
	26.03.2024			1		Пожарный огонек		
	27.03.2024			1				
29.03.2024			1					
АПРЕЛЬ			01-05			29		
	02.04.2024			1		Международный день детской книги		
	03.04.2024			1				
	05.04.2024			1				
			08-12				30	
	09.04.2024			1		День космонавтики		
	10.04.2024			1				
	12.04.2024			1				
			15-19				31	
	16.04.2024			1		Вороний день		
	17.04.2024			1				
	19.04.2024			1				
			22-26				32	
23.04.2024			1		Всемирный день Земли			
24.04.2024			1					
26.04.2024			1					
МАЙ			29-08			33		
	30.04.2024			1		День весны и труда		
	08.05.2024			1				

	10.05.2024			1		День Победы
			13-17		34	
	14.05.2024			1		Международный день семьи
	15.05.2024			1		
	17.05.2024			1		
			20-24		35	
	21.05.2024			1		Экологические вести
	22.05.2024			1		
	24.05.2024			1		
			27-31		36	
	28.05.2024			1		День защиты детей
	29.05.2024			1		
	31.05.2024			1		
ИТОГО			108			

Календарно – тематический план
по разделу «Физическая культура»
для детей 2 младшей группы № 4

С Е Н Т Я Б Р Ъ

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие		Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
I НЕДЕЛЯ № 1,2 (№1, с.23)		Диагностика									
№ 3	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	ходьба врассыпную	бег врассыпную ОРУ № 1	Паучок	ходьба между двумя веревками					«Беги те ко мне»	
II НЕДЕЛЯ № 4,5 (№2, с.24)	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за педагогом; прыжках на двух ногах на месте.	Ходьба и бег врассыпную, в прямом направлении ОРУ № 1		Кошка, зайчик			На двух ногах на месте			«Птички»	

№ 6	Учить ходьбе по кругу друг за другом. Закреплять умение метать мячик в цель, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.		<p><u>I часть:</u> Игра-упражнение «Мы дружные ребята» - ходьба по кругу друг за другом.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Бегите ко мне» - бег, П/и «Воробушки и кот» - прыжки; П/и «Попади в круг» - метание.</p> <p><u>III часть:</u> малоподвижная. игра «Птички».</p>								
III НЕДЕЛЯ № 7,8 (№3, с.23)	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	ходьба врассыпную на носках	Бег Врассыпную ОРУ № 2	Паучок кошка зайчик				Прокатывание мячей		«Кот и воробушки»	
№ 9	Учить выполнять упражнения во время ходьбы, закреплять умение выполнять прыжки вперед, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.		<p><u>I часть:</u> Игра-упражнение «Веселые зверята» ходьба по кругу с выполнением корректирующих упражнений.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Лиса в курятнике» - прыжки; П/и «Найди игрушку» - внимание.</p> <p><u>III часть:</u> малоподвижная. игра «Кот и воробушки».</p>								
IV НЕДЕЛЯ № 10, 11 (№4, с.26)	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	ходьба на носках, парами	Бег медленный ОРУ № 2		Ходьба с перешагиванием через предметы				Ползание с опорой на колени и ладони	«Быстро в домик», «Найди игрушку»	

№ 12	Учить ходьбе по кругу друг за другом по огранич. поверх. Закреплять умение катать мяч в ворота, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.		<p><u>I часть:</u> Игра «По ровненькой дорожке» - внимание.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Птички » - бег; упр. «Докати мяч» - прокатывание мяча в ворота.</p> <p><u>III часть:</u> П/и «Найди себе пару»</p>
------	---	--	---

О К Т Я Б Р Ъ

Недели		Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
I НЕДЕЛЯ № 13,14 (№5, с.28)	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	на носках, с приседанием	в колонне по одному ОРУ № 3	Кошка, паучок.	Ходьба по массажным дорожкам «Пойдем по мостику»	Вверх доставая предметы			«Догони мяч»	П/и «Битва медвежат»

№ 15	Учить выполнять имитационные движения во время ходьбы по кругу друг за другом. Закреплять умение выполнять прыжки из обруча в обруч, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<p><u>I часть:</u> ходьба, имитационные упражнения, лёгкий бег.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Пойдем в гости» - ходьба бег в рассыпную и друг за другом, Игр. Упр. «Зайчата» - прыжки из обруча в обруч.</p> <p><u>III часть:</u> малоподвижная игра «Найди и промолчи»</p>								
II НЕДЕЛЯ № 16,17 (№6, с.29)	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	приставным шагом, с разным положением рук	в колонне по одному	Гуси Мышки Лошадки		Из обруча в обруч	«Прокати мяч» (прокатывание мячей друг другу)		«Ловкий шофер», «Машины поехали в гараж»	
№ 18	Учить ходьбе по кругу друг за другом по огранич. поверх. Закреплять умение катать мяч друг другу, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<p><u>I часть:</u> Игра-упраж «Найди и промолчи»</p> <p><u>II часть:</u> П/и «По ровненькой дорожке » - ходьба . Игр. Упр. « Прокати мяч» - прокатывание мяча друг другу в паре ; Игр.упр. «Мяч соседу» - передача мяча по кругу.</p> <p><u>III часть:</u> малопод. игра « У медведя во бору».</p>								

III НЕДЕЛЯ № 19,20 (№7, с.30)	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу ; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии	Приставным шагом мелким на носках	медленный ОРУ № 4	Кошка ванька-встанька	Игровые упражнения: «Прокати мяч» (прокатывание мяча по прямой и бег за ним. 2-3 раза. «Проползи – не задень»	«Зайка серый умывается» «Найдем зайку»			
№ 21	Учить ходьбе по кругу друг за другом с остановкой на сигнал. Учить подлезать под дугу, закреплять умение подбрасывать и ловить мяч, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игра-упр. «Найди колпачок» - внимание. <u>II часть:</u> П/и «Трамвай» - ходьба с остановкой на сигнал П/и «Кролики» - подлезание. П/и «Лови мяч» - ловля мяча . <u>III часть:</u> Игр. Упр. «Повторяй не зевай » Взрослый показывает движения, а дети повторяют.							
IV НЕДЕЛЯ № 22,23 (№8, с.31)	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу ; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии	Ходьба по кругу с поворотом по сигналу.	Бег по кругу. Темп умеренный. ОРУ № 4	На носках пятках	При ходьбе и беге между двумя линиями.		Ползание «Крокодильчики» Лазание под шнур (высота – 50 см)	« Найди флажок»»	

№ 24	Закреплять умение ходить по кругу друг за другом. Закреплять умение метать мяч в корзину, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<p><u>I часть:</u> Игра-упражнение «По ровненькой дорожке» - внимание.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Лохматый пес» - бег , И/упр «С кочки на кочку» - прыжки; И/упр «Попади в корзину» - метание.</p> <p><u>III часть:</u> малоподвижная. игра «Найди и промолчи».</p>
------	---	---

Н О Я Б Р Ь

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
I НЕДЕЛЯ № 25,26 (№10,с.34)	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, ; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	с выполнением заданий со сменой ведущего	медленный ОРУ № 5	На носках кошка		Прыжки «Через болото» (из обруча в шахматном порядке)	Прокатывание мячей «Точный пас» (двумя шеренгами друг другу)		«Мыши в кладовой», «Где спрятался мышонок?»	

<p>№ 27</p>	<p>Учить ходьбе по кругу друг за другом с выполнением имитационных движений Закреплять умение ориентироваться в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><u>I часть:</u> Ходьба, имитац.,упраж., лёгкий бег. <u>II часть:</u> Игр. Упр.«Через болото » - прыжки П/и «Найди себе пару» - ориен., в пространстве; П/и «Лохматый пес» - бег с остановкой. <u>III часть:</u> малопод. игра «Найди игрушку».</p>			
<p>II НЕДЕЛЯ № 28, 29 (№11,с.35)</p>	<p>Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.</p>	<p>Ходьба с выполнением заданий, с остановкой</p>	<p>мед-ленный в одну потом в другую сторону. ОРУ № 5</p>	<p>Лягушка кошка</p>	<p>Игровые упражнения «Прокати – не задень» «Проползи – не задень» Подвижная игра «По ровненькой дорожке»</p>
<p>№ 30</p>	<p>Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><u>I часть:</u> Ходьба, корегир. .упраж, легкий бег. <u>II часть:</u> П/и «Трамвай» - ходьба с остановкой по сигналу . И/упр «Через ручеек» - прыжки. И/упр «Беги к флажку» <u>III часть:</u> м/п игра «Поезд»</p>			

III НЕДЕЛЯ № 31, 32 (№12,с.37)	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Ходьба с выполнением заданий «Лягушки» - присесть, «Бабочки» - остановка, махи руками.	По прямой ОРУ № 6	прогнись велосипед			В вертикальную цель	«Паучки» (ползание по доскам с опорой на ладони и колени)	«Скажи ласково»	«Важенка и оленята» -НРК
№ 33	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Ходьба, корегир. .упраж, легкий бег. <u>II часть:</u> И/упр «Кошки» - ползание на ладонях и коленях по прямой . П/и «Где звенит колокольчик?» - ориентировка в пространстве. (дети отворачиваются, воск-ль звонит в колокольчик и прячет его, а дети должны найти колокольчик. <u>III часть:</u> П/и «Важенка и оленята» бег, ориентировка в пространстве.								
IV НЕДЕЛЯ № 34,35 (№9,с.33)	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба в колонне по одному, на носках короткими шагами.	медленный ОРУ № 6	мышки, бабочки	«В лес по тропинке» (ходьба по доскам, балансир)	Вперед «Зайки – мягкие лапки»		«Поезд»	п/и «Быстрый олень»	

№ 36	Учить ходьбе по кругу друг за другом, легком беге. Закреплять умение выполнять прыжки с кочки на кочку, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<p><u>I часть:</u> Ходьба, легкий бег.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «По кочкам» - прыжки (закрепление); П/и «Меткий стрелок» - метание; П/и «Мяч соседу» - внимание (закрепление).</p> <p><u>III часть:</u> малоподвижная игра «Кто летает?»</p>								
V НЕДЕЛЯ № 37, 38 №36, с.68	Упражнять в ходьбе и беге вокруг по залу; в подбрасывании и ловле мяча; повторить прыжки на двух ногах через шнуры. Во время игры развивать дружеские взаимоотношения	Ходьба по кругу	Бег медленный ОРУ № 7		Ходьба на носках, на пятках. Упр. «Лошадки»		Подбрасывание мяча «Подбрось – поймай»	Прыжки через шнуры	«Найди свой домик»	
№ 39	Закреплять навыки передачи мяча друг другу. Совершенствовать навык ходьбы по ограниченной поверхности, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<p><u>I часть:</u> Игра «По ровненькой дорожке» - внимание.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Мой веселый звонкий мяч» передача мяча по кругу, п/и «Пойдем по мостику» ходьба по ограниченной поверхности.</p> <p><u>III часть:</u> П/и «Найди себе пару».</p>								

ДЕКАБРЬ

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
--------	--------	--------	-----	----------------------	------------	--------	---------	---------	----------------	------------------

I НЕДЕЛЯ № 40, 41 (№13,с.38)	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	приставным шагом, с приседанием, с разным положением рук, с остановкой	медленный ОРУ № 8	Лошадки	ходьба по ребристой	Прыжки и с продвижением вперед и через шнур.			«Пузырь»	П/и «Охота на оленей» - НРК
№ 42	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Продолжать учить выполнять прыжки с кочки на кочку, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	I часть: Игра-упражнение «По ровненькой дорожке» - внимание. II часть: П/и «Лохматый пес» - бег , И/упр «С кочки на кочку» - прыжки; И/упр «Попади в корзину» - метание. III часть: малоподвижная. игра «Найди и промолчи».								
II НЕДЕЛЯ № 43, 44 (№14,с.40)	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	мелким шагом, на носках на внешней стороне стопы	медленный ОРУ № 8	Кошка паучок,	Ходьба по ограниченной поверхности		Мяч об пол	По гимнастической стенке приставным шагом	« Найди свой цвет»	

<p>№ 45</p>	<p>Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><u>I часть:</u> ходьба, имитация, упраж., лёгкий бег. <u>II часть:</u> П/и «Цветные автомобили» - бег. П/и «Лиса в курятнике» - прыжки. П/и «Охота на оленей» - игра народов севера <u>III часть:</u> самостоятельные игры детей с мячами.</p>								
<p>III НЕДЕЛЯ № 46, 47 (№15,с.41)</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.</p>	<p>Врассыпную. Между мячами. В колонне по одному.</p>	<p>В колонне по одному ОРУ № 9</p>	<p>Качели</p>			<p>Прокатывание мяча между предметами.</p>		<p>«Воробушки и кот»</p>	
<p>№ 48</p>	<p>Закреплять навыки ходьбы и бега врассыпную и умение строиться друг за другом .Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><u>I часть:</u> ходьба, корегр. упраж, лёгкий бег. <u>II часть:</u> И/упр «Самолеты» - ходьба и бег врассыпную и друг за другом; П/и «Лиса в курятнике» - прыжки; П/и «Найди себе пару» - ориентировка в пространстве. <u>III часть:</u> М/п игра «Угадай кто позвал»</p>								

IV НЕДЕЛЯ № 49, 50 (№16,с.42)	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	По кругу не держась за руки	С остановкой ОРУ № 9		«Пройдем по мостику»(ходьба по доске приставным шагом)			Ползание с опорой на колени и ладони. «Жучки на бревнышке»	«Птичка и птенчики»	П/и «Меткий оленевод» НРК
№ 51	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык прокатывания мяча, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<p><u>I часть:</u> Игра-упражнение «Прокати в ворота» - с мячом.</p> <p><u>II часть:</u> П/и «Зайцы и волк» - бег, П/и «Лиса в курятнике» - прыжки; П/и «Пузырь» .</p> <p><u>III часть:</u> малоподвижная. игра «Найди и промолчи».</p>								

Я Н В А Р Ь

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
--------	--------	--------	-----	----------------------	------------	--------	---------	---------	----------------	------------------

II НЕДЕЛЯ № 52,53 (№18, с.46)	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	на носках с разным положением рук	Медленный с выбросом колена ОРУ № 10	Кошка паучок зайка	Ходьба с перешагиванием реек	Прыжки на двух ногах между предметами.	Прокатывание мяча между предметами.		«Наседка и цыплята»	«Звери и птицы»- НРК
№ 54	Закреплять навыки ходьбы по огранич. поверх., легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игра-упражнение «Не задень верёвку» - координация движений, прыжки. <u>II часть:</u> П/и «Мыши в кладовой» - бег с подлезанием ; П/и « Поймай снежинку» прыжки. <u>III часть:</u> игра-упражнение «Лови - бросай» - ловля и броски мяча взрослому.								
III НЕДЕЛЯ № 55,56 (№19,с.46)	Упражнять в умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании.	на носках с разным положением рук	врассыпную ОРУ № 19	Паучок кошка зайка	Ходьба по наклонной доске		Бросание мяча вверх		«Найди свой цвет»	
№ 57	Учить ходьбе по кругу друг за другом. Закреплять умение катать мяч друг другу, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игра-упражнение «Передача шаров» - внимание. <u>II часть:</u> П/и «Пойдем гулять» - бег, П/и «Поймай комара» - прыжки; П/и «Докати мяч» - Катание мяча до ориентира. <u>III часть:</u> малоподвижная. игра «Бегите ко мне».								

VI НЕДЕЛЯ № 58,59 (№24,с.53)	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Построение в одну шеренгу Повороты	В колонне по одному ОРУ № 10	С выполнен ием заданий по сигналу	Ходьба по доске (высота 25см) на середине присесть и хлопнуть в ладоши 2-3 раза		Лазание под дугу в группировке	«Птички в гнздышках»	
№ 60	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с поворотом по сигналу, легком беге. Совершенствовать умение выполнять прыжки с места, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игровое упражнение «Кошка добрая, злая» <u>II часть:</u> П/и «Трамвай» - ходьба, бег (закрепление); П/и «Прыжки по кочкам» - прыжки. <u>III часть:</u> малоподвижная игра «Повтори движение»							

ФЕВРАЛЬ

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
--------	--------	--------	-----	----------------------	------------	--------	---------	---------	----------------	------------------

I НЕДЕЛЯ № 61,62 (№20,с.47))	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, ; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	С разным положением рук с приседаниями	Медленный ОРУ № 11	Кошка паучок лягушка	Ходьба по ограниченной поверхности. «По тропинке»		«Подбрось и поймай»	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	«Медведь и зайчата»
№63	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Ходьба с выполнением заданий по сигналу <u>II часть:</u> П/и «Караси и щука» - ориентировка в пространстве. <u>III часть:</u> Игра-упражнение «Чего не стало» .							
II НЕДЕЛЯ № 64,65 (№21,с.50))	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	С приседаниями, на носках, вращательную	вращательную ОРУ № 11	Лягушка, кошка, паучок	«Перешагни – не наступи»	Прыжки из обруча в обруч			«Мы топаем ногами»

№ 66	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом выполняя действия по тексту игры, легком беге. Совершенствовать умение подпрыгивать, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Ходьба друг за другом, легкий бег. <u>II часть:</u> П/и «Пузырь» - ходьба по кругу П/и «Лягушки» - прыжки <u>III часть:</u> М/п игра «Мешок сюрпризов»								
III НЕДЕЛЯ № 67,68 (№22,с.51)	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении, развивать глазомер в заданиях с мячом.	С разным положением рук, с остановкой, на носках	ОРУ № 12		по ребристой доске	Прыжки «Веселые воробышки»		«Кто дальше бросит»	«Воробышки и в гнздышках»	
№ 69	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Ходьба на носках, пятках, «Гуси» <u>II часть:</u> П/и «Зайцы и волк» - прыжки (закрепление); П/и «Мыши и кот» <u>III часть:</u> М/п игра «Лохматый пес».								

IV НЕДЕЛЯ № 70,71 (№23,с.52)	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Перешагивая через шнуры.	В колонне по одному. ОРУ № 12	Кошка велосипед лягушка			Бросание мяча через шнур	Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	«Кролики».	П/и «Звери и птицы» - НРК
№ 72	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Ходьба с остановкой и разворотом, бег в рассыпную <u>II часть:</u> П/и « » - бег. <u>III часть:</u> игра-упражнение «Холодно».								

МАРТ

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регион компонент
--------	--------	--------	-----	----------------------	------------	--------	---------	---------	----------------	------------------

I НЕДЕЛЯ № 73,74 (№25,с.54)	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Мелким приставным шагом	Медленный в колонне по одному ОРУ № 13	Гномик и Великаны	«Ровным шагом» (по доске боком приставным шагом)	«Змейкой» через предметы			«У медведя во бору»»	«Меткий охотник»-НРК
№ 75	Закреплять навыки ходьбы по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ориентировки в пространстве, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игра-упражнение «Я – впереди» - внимание. <u>II часть:</u> П/и «Перелет птиц» - бег; П/и «Зайчики» - прыжки; П/и «Мяч через веревку» - метание . <u>III часть:</u> Игра-упражнение «Чего не стало»								
II НЕДЕЛЯ № 76,77 (№26,с.56)	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	парам и враспынную	враспынную ОРУ № 13	Гуси Кошка	ходьба по следам	«Через канавку» Прыжки через шнуры ширина 15 см	Катание мячей друг другу «Точно в руки»		«Найди свой цвет»	
№ 78	Упражнять в ходьбе по кругу друг за другом с остановкой по сигналу, легком беге. Совершенствовать навык ползания в ходе игры, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игра-упражнение «Поверни» - внимание. <u>II часть:</u> П/и «У медведя во бору» - бег; П/и «Кот и мыши» - ползание; П/и «Важенка и олени» <u>III часть:</u> М/п игра «Найди и промолчи»								

III НЕДЕЛЯ № 79,80 (№27,с.57)	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	на носках , высок о подни мая колен и	медленный ОРУ № 14	кошка лягушк а		подпрыгни и достань предмет	«Брось – поймай»	«Муравьи шки» Ползание по возвышен ной поверхнос ти	«Зайка серый умывается»,	«Руче йки и озера»
№ 81	Развивать у детей равновесие в движении, навык бега. Упражнять в прыжках с места, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> Игра-упражнение «Карусель» -внимание. <u>II часть:</u> П/и «Цветные автомобили» - бег (закрепление); П/и «Прыжки по кочкам» - прыжки ; <u>III часть:</u> М/п игра «Кто летает?».								
IV НЕДЕЛЯ № 82,83 (№28,с.58)	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Межд у предм етами	Между предметами ОРУ № 14		Ходьба по скамье (высота 25см) 2-3 раза			«Медвежа та» Ползание с опорой на ладони и колени	«Автомобили»	
№ 84	Развивать быстроту бега, учить детей подпрыгивать на месте, воспитывать слаженность коллективных действий.	<u>I часть:</u> Игровое упражнение «Раз, два, три беги» <u>II часть:</u> П/и «Пузырь» ; П/и «Куры в огороде» - приседания, подлезания ; <u>III часть:</u> М/п игра «Зайка серый умывается».								

А П Р Е Л Ь

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир. упражнения	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	Регионал. компонент
I НЕДЕЛЯ № 85, 86 (№29,с.60)	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	на носках, враспынную вокруг кубиков	змейкой ОРУ № 16	Кошка паучок	Равновесие. Ходьба по скамье (высота 25см) приставным шагом на середине присесть руки вынести вперед. Прыжки через шнуры (ширина 30 см) 2-3 раза				«Докати мяч»	П/и «Берегись охотника»
№ 87	Развивать координацию движений в ходьбе, легком беге. Закреплять умение подлезать под веревку по сигналу, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> ходьба, имитац. движения, лёгкий бег. <u>II часть:</u> П/и «У медведя во бору» - бег. П/и «Поймай комара» - прыжки; игры детей с мячами. <u>III часть:</u> П/и «Поезд».								
II НЕДЕЛЯ № 88,89 (№30,с.61)	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом	С выполнением заданий	враспынную ОРУ № 16	Лягушка кошка	Ходьба приставляя пятку к носку	Из кружка в кружок (диаметр 50см)	«Точный пас» Прокатывание мячей друг другу	через бревно, скамейку	«Поровнёной дорожке»	П/и «Берегись охотника»

<p>№ 90</p>	<p>Развивать координацию движений в ходьбе, легком беге. Закреплять умение подлезать под веревку по сигналу, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><u>I часть:</u> Игра-упражнение «Зеркало» <u>II часть:</u> П/и «Воробышки и кот» - бег; П/и «Зайчики» - прыжки. <u>III часть:</u> м/п игра «Лови- не лови»</p>				
<p>III НЕДЕЛЯ</p> <p>№ 91,92 (№31,с.62)</p>	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.</p>	<p>на носках с разным положением рук</p>	<p>ОРУ № 17</p>	<p>Бросание мяча вверх двумя руками Ползание по скамейке «Медвежата» с опорой на ладони и ступни</p>	<p>«Мы топаем ногами»</p>	
<p>№ 93</p>	<p>Развивать координацию движений в ходьбе, легком беге. Закреплять умение запрыгивать в обруч по сигналу, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.</p>	<p><u>I часть:</u> Игра-упраж. «Карусель» <u>II часть:</u> П/и «Птички в гнездышках» - прыжки. П/и « Лохматый пес»- бег <u>III часть:</u> П/и «Найди и промолчи»</p>				

IV НЕДЕЛЯ № 94, 95 (№32,с.63)	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; на носках, упражнять в прыжках вперед, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба с остановкой на сигнал, на носках, прыжки вперед.	ОРУ № 17		Ходьба по степам			« Подлезание под дуги»	«Цветные автомобили»	
№ 96	Развивать координацию движений в ходьбе, легком беге. Закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперед, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> ходьба, имитация упражнений, легкий бег. <u>II часть:</u> П/и «Найди свой цвет» - ориентировка в зале.П/и «Зайчики» - прыжки (упр. в прыжках); <u>III часть:</u> м/п игра «Стоп»								

М А Й

НЕДЕЛИ	Задачи	Ходьба	Бег	Корригир упражнений	Равновес	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры	НРК
--------	--------	--------	-----	------------------------	----------	--------	---------	---------	-------------------	-----

I НЕДЕЛЯ № 97, 98 (№33,с.65)	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	на носках, пятках	медленный ОРУ № 18	Кошка лягушка ванька-встанька	ходьба по скамейке (высота 30см)	в длину через шнуры (30-40 см)			«Где спрятался мышонок»	«Веселые оленята»
№ 99	Развивать координацию движений в ходьбе, легком беге. Закреплять умение перепрыгивать 4-5 шнуров, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> ходьба, имит. упраж. лёгкий бег. <u>II часть:</u> П/и «Медвежата» - бег (закрепление); П/и «Кот и мыши» - лазание ; П/и «Перепрыгни через ручеек» . <u>III часть:</u> малоподвижная игра «Молчанка».								
II НЕДЕЛЯ № 100, 101 (№34,с.63)	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	мелким шагом, с высоким подниманием колен, приставным шагом	медленный ОРУ № 18				Подбрасывание мяча вверх двумя руками		«Бездомный заяц»	
№ 102	Развивать умение бегать врассыпную, находить свое место в колонне. Закреплять умение действовать по сигналу, воспитывать дружеские взаимоотношения в игре.	<u>I часть:</u> П/и «Карусель» <u>II часть:</u> П/и Охотники и зайцы» - бег (закрепление); П/и «Бездомный заяц» - ориентир. <u>III часть:</u> М/п игра «Поезд».								

<p>III НЕДЕЛЯ</p> <p>№ 103, 104</p> <p>(№17,с.43)</p>	<p>Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» – дети выполняют ходьбу на носках, руки на поясе, переход на обычную ходьбу</p>	<p>Бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону.</p> <p>ОРУ № 19</p>		<p>Ходьба по доске «Пройди – не упади»</p>	<p>Прыжки из обруча в обруч</p>			<p>П/и «Найди пару»</p>	
<p>№ 105</p>	<p>Развивать координацию движений в ходьбе, легком беге. Закреплять умение подлезать под дугу, выполнять прыжки на месте.</p>	<p><u>I часть:</u> П/и «По ровненькой дорожке» <u>II часть:</u> Игра-упражнение «Пролезь в ворота» - подлезание по дугу, П/и «Поймай комара» - прыжки; П/и «Котятка» - ползание. <u>III часть:</u> М/п игра « Пузырь».</p>								
<p>IV НЕДЕЛЯ</p> <p>№ 106, 107,108</p>	<p>ДИАГНОСТИКА</p>									

Показатели физической подготовленности обучающихся

№	Показатели ФИО ребенка	Возраст		Скорость бега на 10 м, с		Скорость бега на 30 м, с		Длина прыжка с места, см		Дальность броска мешочка с		Дальность броска мешочка с		Наклон туловища вперед		Продолжительность бега, мин		Мышечная сила правой		Мышечная сила левой кисти, кг		Общий уровень двигательн		
		С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	С	Ф	

Средние возрастно-половые значения показателей развития физических качеств детей 4-7 лет

Показатели	Название теста	Пол	Возраст			
			4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10 м, с	Самый быстрый	Мальчики	3,0—2,3	2,6—2,1	2,5—1,8	2,3—1,7
		Девочки	3,2—2,4	2,8—2,2	2,7—1,9	2,6—1,9
Скорость бега на 30 м, с	Самый быстрый	Мальчики	9,8—7,9	8,8—7,0	7,6—6,5	7,0—6,0
		Девочки	10,2—7,9	9,1—7,1	8,4—6,5	8,3—6,3
Длина прыжка с места, см	Кенгуру	Мальчики	64—92	82—107	95—132	112—140
		Девочки	60—88	77—103	92—121	97—129
Дальность броска мешочка с песком правой рукой, м	Тайное послание	Мальчики	2,5—4,0	4,0—6,0	4,5—8,0	6,0—10,0
		Девочки	2,5—3,5	3,0—4,5	3,5—5,5	4,0—7,0

Дальность броска мешочка с песком левой рукой, м	Тайное послание	Мальчики	2,0—3,5	2,5— 4,0	3,5— 5,5	4,0—7,0
		Девочки	2,0—3,0	2,5—3,5	3,0—5,0	3,5—5,5
Наклон туловища вперёд сидя, см	Гимнастика	Мальчики	3—5	4—7	5—8	6—9
		Девочки	5—8	6—9	7—10	8—12
Продолжительность бега в медленном темпе, мин	Бегуны	Мальчики	1,0	1,5	2,0	2,5
		Девочки	1,0	1,5	2,0	2,5