МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА" МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК
Дата: 2023.01.10 11:53:41 +05'00'

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЗОЛОТАЯ РЫБКА» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК

«Рассмотрено» на заседании педагогического совета Протокол № 1 от «31» августа 2022 г. Председатель педагогического совета: _____	**«Согласовано»** Заместитель заведующего _____А.В. Костарева от «31» августа 2022 г.	**«Утверждаю»** Заведующий МБДОУ «Золотая рыбка» _____Е.В. Маляева «31» августа 2022 г.

Рабочая программа
по непрерывной образовательной деятельности «Физическая культура»
для детей раннего возраста с 1.6 до 3 лет
образовательная область «Физическое развитие»

Составитель:
воспитатель
МБДОУ «Золотая рыбка»
Исламгулова Е. П.

2022 – 2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа «Физическая культура» образовательная область «Физическое развитие» составлена на основе основной общеобразовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Золотая рыбка» муниципального образования город Ноябрьск, а также в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования № 1155 от 17.10.2013 г.;
- Приказом Минобрнауки России «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам -образовательным программам дошкольного образования» № 1014 от 30.08.2013 г.;
- Санитарно-эпидемиологические правилами и нормативами СанПин 2.4.1.3049-13. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 г. № 26
- Уставом МБДОУ «Золотая рыбка»;

Рабочая программа ориентирована на использование учебно–методического комплекта**:**

- Основная образовательная программа дошкольного образования «Детский сад по системе Монтессори»/ под ред. Е.А. Хилтунен.;
- Детский сад по системе Монтессори: образовательная среда для детей раннего и дошкольного возраста: методическое пособие под. ред. Е.А. Хилтунен.;
- Детский сад по системе Монтессори. От 1 до 3 лет: методические рекомендации для педагогов.

Рабочая программа рассчитана на 74 периода непрерывной образовательной деятельности в год, 2 раза в неделю, длительностью в группе от 1,6 до 2 лет - 8 минут, в группе от 2 лет до 3 лет - 10 минут.

Сопутствующими формами образовательной деятельности являются спортивные развлечения, праздники, дни открытых дверей, неделя здоровья, комплексы занимательной разминки и дыхательных упражнений, игры.

Целью разработки данной программы является формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, становление ценностей здорового образа жизни, гармоничное физическое развитие.

Программа предусматривает решение следующих **задач:**

1,6 – 2 лет

Создать условия, побуждающие детей к двигательной активности;

Содействовать развитию основных движений;

Учить ходить в прямом направлении, сохраняя равновесие и постепенно включая движения рук;

Становление целенаправленности в двигательной сфере;

Овладение элементарными нормами и правилами питания, двигательного режима, закаливания, при формировании полезных привычек и др.

2 – 3 лет

Освоение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением;

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;

Овладение подвижными играми с правилами;

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

Овладение элементарными нормами и правилами питания, двигательного режима, закаливания, при формировании полезных привычек и др.

Новизна рабочей программы заключается в комплексном решении задач оздоровления младших дошкольников; деятельном подходе к реализации содержания программы; интеграции

совместной деятельности педагога и ребенка и его самостоятельной деятельности; психологической комфортности-создании условий для раскованной деятельности, стимулирующей самостоятельную, познавательную, творческую активность ребёнка.

Национально-региональный компонент рабочей программы реализуется через принцип этнокультурной соотнесенности, то есть приобщения воспитанников к быту ненецкого и хантыйского народов, его традициям и культуре, который представлен играми народов Севера.

Рабочая программа предусматривает использование национально-регионального компонента, который интегрирован в непосредственно-образовательную деятельность по развитию физических качеств, накоплению и обогащению двигательного опыта детей в овладении основными движениями.

В рабочей программе раздел «Физическая культура» МБДОУ «Золотая рыбка» реализуется через овладение детьми средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками в совместной деятельности и навыками двигательной активности, а также в соблюдении детьми элементарных правил поведения в коллективной деятельности.

«Социально-коммуникативное развитие» (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); (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение).

«Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребёнком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности, формирования элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т. д.); (накопление двигательного опыта, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарём и спортивной одеждой).

«Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного творчества на основе физических качеств и основных движений детей)

Особенностями организации образовательного процесса являются работа малыми группами с учетом индивидуальных особенностей детей.

В ходе реализации программы используются такие формы организации образовательного процесса, как обучение в игровом режиме, индивидуальная работа, совместная деятельность взрослых и детей преимущественно тематического, тренировочного, игрового и интегративного характера, физкультурные досуги, беседа, рассказ, подвижные игры.

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

Педагогический мониторинг индивидуального развития детей по освоению раздела «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» проводится 2 раза в год: ноябрь (15.11 - 30.11), апрель (15.04 - 30.04), в форме подвижных игр, малоподвижных играх, общеразвивающих упражнений, основных видах движений.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема (раздел)	1,6 - 2		2 - 3	
		Количество НОД	В том числе: практической НОД	Количество НОД	В том числе: практической НОД
Сентябрь « Наш любимый детский сад»					
1	«Воробышки летят»	1	1	1	1
2	«Воробышки»	1	1	1	1
3	«Ловкие ребята»	1	1	1	1
4	«Быстрые ребята»	1	1	1	1
5	«Зайчики»	1	1	1	1
6	«Зайки на лужайке»	1	1	1	1
7	«Дружные ребята»	1	1	1	1
8	«Весёлые ребята»	1	1	1	1
9	«Звонкие погремушки»	1	1	1	1
10	«Погремушки у ребят»	1	1	1	1
Октябрь «Осень»					
11	«Дружная семейка»	1	1	1	1
12	«Быстрые жуки»	1	1	1	1
13	«Ловкие мышата»	1	1	1	1
14	«Прыг да скок»	1	1	1	1
15	«Колобки»	1	1	1	1
16	«Тише, тише…»	1	1	1	1
17	«Найди домик»	1	1	1	1
18	«Найди свой цвет»	1	1	1	1
Ноябрь «Животный мир»					
19	«Мячики»	1	1	1	1
20	«Птички в домике»	1	1	1	1
21	«Лиса и куры»	1	1	1	1
22	«Рыжая лисичка»	1	1	1	1
23	«Снежинки»	1	1	1	1
24	«Мышки в кладовой»	1	1	1	1
25	«Птенчики»	1	1	1	1
26	«Комарики»	1	1	1	1

27	«Веселые затеи»				
28	«Озорные погремушки»				
Декабрь « Мой любимые игрушки»					
29	«Ручейки быстрые»	1	1	1	1
30	«Маленькие мышата»	1	1	1	1
31	«Меткий стрелок»	1	1	1	1
32	«Играй с ленточкой»	1	1	1	1
33	«Попрыгунчики»	1	1	1	1
34	«Пилоты»	1	1	1	1
35	«Быстрые ребята»	1	1	1	1
36	«Маленькие цыплятки»	1	1	1	1
Январь « Зима»					
37	«Черепашки»	1	1	1	1
38	«Чудесный мешочек»	1	1	1	1
39	«Зайчики»	1	1	1	1
40	«Ловкие и смелые»	1	1	1	1
41	«Ловкие и быстрые»	1	1	1	1
42	«Мой веселый мяч»	1	1	1	1
Февраль «Одежда и обувь» « Транспорт»					
43	«Звонкий мяч»	1	1	1	1
44	«Цыплятки»	1	1	1	1
45	«Курочка и цыплятки»	1	1	1	1
46	«Весёлые ручейки»	1	1	1	1
47	«Птички в гнездышках»	1	1	1	1
48	«Мы едем, едем, едем…»	1	1	1	1
49	«Ветерок»	1	1	1	1
50	«Снежинки летят»	1	1	1	1
Март « У кого какая мама?»					
51	«Снежинки и ветер»	1	1	1	1
52	«Мы веселые ребята»	1	1	1	1
53	«Цыплята на поляне»	1	1	1	1
54	«Вот какие мы большие	1	1	1	1
55	«Мышата в норке»	1	1	1	1
56	«Падает, падает снег»	1	1	1	1
57	«Прыг, прыг, скок…»	1	1	1	1
58	«Мыши и кот»	1	1	1	1
59	«Воробышки и кот»	1	1	1	1
60	«Солнышко и дождик»	1	1	1	1

Апрель « Весна»					
61	«Рыбки плавают»	1	1	1	1
62	«Найди свой цвет»	1	1	1	1
63	«Мы полетели»	1	1	1	1
64	«Поймай рыбку»	1	1	1	1
65	«Попади в обруч»	1	1	1	1
66	«Птички»	1	1	1	1
67	«Зайки побегайки»	1	1	1	1
68	«Ловкие зайчата»	1	1	1	1
Май « Вот и лето пришло!»					
69	«Дождик, дождик лей, лей..»	1	1	1	1
70	«Птицы и дождь»	1	1	1	1
71	«Котик кис, кис, кис»	1	1	1	1
72	«Я иду тебя искать»	1	1	1	1
73	«Ежики»	1	1	1	1
74	«Ёжики собирают яблоки»	1	1	1	1
	Всего:	**74**	**74**	**74**	**74**

Требования к освоению раздела
«Физическая культура »
образовательной области «Физическое развитие»

1,6 – 2 лет

к концу года дети могут:

Ходить прямо, сохраняя равновесие;

Ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно;

Отталкивать предметы при бросании и катании

Выполнять некоторые движения совместно с другими детьми.

2 – 3 лет

к концу года дети могут:

Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.

Прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д.

Брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.

Ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.

Содержание работы по разделу «Физическая культура»
образовательной области «Физическое развитие»
построено по разделам в соответствии с календарно – тематическим планом
рабочей программы:

1,6 – 2 лет

Ходьба и упражнения в равновесии.

Ходьба стайкой, ходьба по доске (ширина 20 см, длина 1,5-2 м), приподнятой одним концом от пола на 15-20 см. Подъем на опрокинутый вверх дном ящик (50х50х 15 см) и спуск с него. Перешагивание через веревку или палку, приподнятую от пола на 12-18 см.

Ползание, лазанье. Перелезание через бревно (диаметр 15-20 см), подлезание под веревку, поднятую на высоту 35-40 см, пролезание в обруч (диаметр 45 см). Лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1,5 м).

Катание, бросание. Катание мяча (диаметр 20-25 см) в паре со взрослым, катание по скату и перенос мяча к скату. Бросание мяча (диаметр 6-8 см) правой и левой рукой на расстояние 50-70 см.

Общеразвивающие упражнения.

В положении сидя на скамейке поднимание рук вперед и опускание их, отведение за спину.

В положении сидя повороты корпуса вправо и влево с передачей предмета.

В положении стоя наклоны вперед и выпрямление; при поддержке взрослого наклоны вперед, перегибаясь через палку (40-45 см от пола).

Приседания с поддержкой взрослого.

Примеры подвижных игр

«Догони мяч», «Передай мяч», «Доползи до погремушки», «Догони собачку», «Маленькие и большие», «Поймай бабочку», «Где пищит мышонок?» и др.

Самостоятельные игры с каталками, тележками, автомобилями, самолетами.

2 - 3 лет

Основные движения

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см).

Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

Бег. Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке.

Подлезание под воротца, веревку (высота 40-30 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

Катание, бросание, метание. Катание мяча двумя руками и одной рукой воспитателю, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка.

Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м.

Ловля мяча, брошенного воспитателем с расстояния 50-100 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз — вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться вправо — влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ногу в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Приучать их к совместным играм небольшими группами. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).

Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

ВОЗРАСТНО – ПОЛОВЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ

№ п/п	Показатели	Пол	1,6 - 3 лет	
			Начало уч. года	Конец уч. года
1	Скорость бега на 10 м, с	М	5,5	3,8
		Д	5,5	3,8
2	Ходьба, 10 м, с	М	10,5	7,9
		Д	10,8	7,5
3	Длина прыжка с места, см	М	20	50
		Д	20	40
4	Дальность броска правой рукой, (см)	М	159	291
		Д	147	245
5	Дальность броска левой рукой, (см)	М	128	226
		Д	111	204

Приложение 1

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РАЗДЕЛУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1,6 ДО 2 ЛЕТ

№	Дата		Форма НОД	Задачи	Содержание (по разделу)				П/игра, М/п/и
	П.Д.	Ф.			Ходьба	Бег	ОРУ	ОВД	
Блок «Наш любимый детский сад»									
1			1. «Воробышки летят»	Развивать активность детей в процессе двигательной активности. Учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба подгруппами и всей группой.	Бег подгруппами и всей группой.	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	- ползанье на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м).	П/и (с ходьбой и бегом) «Воробышки и автомобиль» М/п/и «Обезьянки»
2			2. «Воробышки»	Продолжать развивать активность детей в процессе двигательной активности. Продолжать учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба друг за другом между предметами.	Бег друг за другом между предметами.	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	-Ходьба из обруча в обруч.	П/и «Мыши и кот» П/и «С кочки на кочку»

3			3. «Ловкие ребята»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.) И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)	- Ходьба между линиями.	П/и «Поймай комара». М/п/и «Бегите к флажкам»
4.			4. «Быстрые ребята»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.) И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)	-Бег по прямой.	П/и «Пешеходы» М/п/и «Круг – кружочек»

5.			5. «Зайчики»	Определить гибкость детей. Развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п.(каждое упраж-е повторять 3-4 р.)	-Наклон туловища вперед из положения сидя.	П/и «С кочки на кочку». П/и «Зайцы и волк»
6.			6. «Зайки на лужайке»	Продолжать определять гибкость детей. Продолжать развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках.	Бег по кругу.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п.(каждое упраж-е повторять 3-4 р.)	-Пролезание в обруч.	П/и Проползи через обруч» М/п/и «Круг – кружочек»

7.			7. «Дружные ребята»	Учить метать набивной мяч двумя руками из-за головы. Развивать координацию. Воспитывать интерес к играм с мячом.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки внизу; на сигнал воспитателя «Птички машут крылышками» дети делают взмахи руками; И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе; повороты тела вправо-влево; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки вверх, опустить. (каждое упраж-е повторять 3-4р.)	- Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.	П/и «Попади в круг».
8.			8. «Весёлые ребята»	Продолжать учить метать набивной мяч двумя руками из-за головы. Продолжать развивать координацию. Воспитывать интерес к играм с мячом.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный. Бег с одного края площадки на др.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки внизу; на сигнал воспитателя «Птички машут крылышками» дети делают взмахи руками; И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе; повороты тела вправо-влево; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки вверх, опустить. (каждое упраж-е повторять 3-4р.)	- Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.	П/и «Лохматый пёс» М/п/и «Великаны и гномы

9.			9. «Звонкие погремушки»	Учить детей ходьбе и бегу по кругу; сохранять равновесие. Совершенствовать умение реагировать на сигнал.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с погремушками) – И.п.: сидя на полу; поднять погремушки верх, опустить; И.п.: стоя; присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, присесть, взять погремушку, выпрямиться; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, погремушки в обеих руках; поднять руки, показать погремушки, опустить. (каждое упражнение повторить 3-4р.)	-Ходьба между двумя линиями (2-2,5м).	П/и «Птички и птенчики»
10.			10. «Погремушки у ребят»	Продолжать учить детей ходьбе и бегу по кругу; сохранять равновесие. Продолжать совершенствовать умение реагировать на сигнал.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный. Бег с одного края площадки на др.	(с погремушками) – И.п.: сидя на полу; поднять погремушки верх, опустить; И.п.: стоя; присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, присесть, взять погремушку, выпрямиться; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, погремушки в обеих руках; поднять руки, показать погремушки, опустить. (каждое упражнение повторить 3-4р.)	-Ходьба между двумя линиями (2-2,5м).	П/и «Бегите к флажку»
Блок «Осень»									

11			11. «Дружная семейка»	Упражнять в ползании на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами. Развивать ловкость, равновесие. Воспитывать выдержанность на занятии.	Ходьба в колонне по одному за воспитателем. Построение в круг.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочком) – И.п.: ноги врозь, руки с платочком внизу; руки поднять вверх, подняться на носки, потянуться, посмотреть на платочек; И.п.: ноги врозь, платочек впереди в вытянутых руках; повернуться вправо-влево, принять исходное положение; И.п.: то же; наклониться вперед, платочек опустить вниз, принять исходное положение. (каждое упражнение повторять 3-4р.)	-Ползание на четвереньках между предметами с опорой на колени и ладони.	П/и «Лохматый пес»
12			12 «Быстрые жуки»	Продолжать упражнять в ползании на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами. Продолжать развивать ловкость, равновесие. Воспитывать выдержанность на занятии.	Ходьба врассыпную между предметами.	Бег врассыпную между предметами.	(с платочком) – И.п.: ноги врозь, руки с платочком внизу; руки поднять вверх, подняться на носки, потянуться, посмотреть на платочек; И.п.: ноги врозь, платочек впереди в вытянутых руках; повернуться вправо-влево, принять исходное положение; И.п.: то же; наклониться вперед, платочек опустить вниз, принять исходное положение. (каждое упражнение повторять 3-4р.)	- Ползание на четвереньках между предметами с опорой на колени и ладони.	П/и «Быстрые жуки» М/п/и «Круг – кружочек»

13			13. «Ловкие мышата»	Учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мыши»
14			14. «Прыгда скок»	Продолжать учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Продолжать развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мыши»
15			15. «Колобки»	Учить катать мяч двумя руками друг другу. Развивать координацию движений. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный, на носках. Бег с одного края площадки на др.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки на поясе; наклониться вперед, коснуться руками колени, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Прокатывание мяча.	П/и «Чей колобок дальше укатиться» М/п/и «Тишина у пруда»

16			16. «Тише, тише…»	Продолжать учить катать мяч двумя руками друг другу. Продолжать развивать координацию движений. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный, на носках. Бег с одного края площадки на др.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки на поясе; наклониться вперед, коснуться руками колени, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Прокатывание мяча.	П/и «Чей колобок дальше укатиться» М/п/и «Тишина у пруда»
17			17. «Найди домик»	Учить детей самостоятельно входить на гимнастическую скамейку. Развивать равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать положительное отношение к движениям, внимание.	Ходьба в колонне по одному за воспитателем. Построение в круг.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочками) – И.п.: сидя, руки опущены; поднять руки вверх, показать воспитателю платочек, спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках; наклониться, касаясь платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.)	-Ходьба по г/скамейке (руки в стороны).	П/и «Найди свой домик»

18			18. «Найди свой цвет»	Продолжать учить детей самостоятельно входить на гимнастическую скамейку. Продолжать развивать равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать положительное отношение к движениям, внимание.	Ходьба по линии, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочками) – И.п.: сидя, руки опущены; поднять руки вверх, показать воспитателю платочек, спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках; наклониться, касаясь платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.)	-Ориентировка в пространстве. -Бег в рассыпную.	П/и «Найди свой цвет» П/и «Поезд»
Блок «Животный мир»									
19			19. «Мячики»	Совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Развивать чувство равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Развивать силу, желание заниматься физкультурой.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять его вверх, опустить, повторить (4-6.); И.п.: то же, мяч в обеих руках у груди, повторить (4-6.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклониться, касаясь мячом пола, вернуться в И.п., повторить (3-4р.)	-Ходьба, бег между 2 линиями (20см).	П/и «Мыши в кладовой». М/п/и «Аист».
20			20. «Птички в домике»	Продолжать совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Продолжать развивать чувство равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Продолжать развивать силу, желание заниматься физкультурой.	Ходьба, имитационные упражнения.	Бег в медленном темпе.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять его вверх, опустить, повторить (4-6.); И.п.: то же, мяч в обеих руках у груди, повторить (4-6.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклониться, касаясь мячом пола, вернуться в И.п., повторить (3-4р.)	-Ходьба, бег между 2 линиями (20см).	П/и «Птички в гнездышках»

21			21. «Лиса и куры»	Учить ходить по ограниченному пространству. Развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена. Построение в круг.	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена.	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Ходьба по ребристой доске.	П/и «Лиса и куры».
22			22. «Рыжая лисичка»	Продолжать учить ходить по ограниченному пространству. Продолжать развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена. Построение в круг.	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена.	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Метание в горизонтальную цель 2 руками снизу (2,5м). -Ходьба по ребристой доске.	П/и «Лиса и куры».

23			23. «Снежинки»	Упражнять в ходьбе между предметами. Разучить игровые упражнения с мячом. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба обычная, мелким, широким шагом.	Бег по кругу. Бег на носках.	(с мячом) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать мяч и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться мячом стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Катание мяча в ворота.	П/и «Поймай снежинку» П/и «Мяч в ворота» П/и «Найди свой цвет»
24			24. «Мышки в кладовой»	Продолжать упражнять в ходьбе между предметами. Продолжать разучивать игровые упражнения с мячом. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба обычная, парами. Построение в круг.	Бег с одного края площадки на др.	(с мячом) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать мяч и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться мячом стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	- Катание мяча в ворота.	П/и «Мыши в кладовой».

25			25. «Птенчики»	Упражнять в медленном беге. Разучить игру «Передача шаров». Упражнять в равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в круг.	Бег в разных направлениях	(с платочком) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую стороны; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуть, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; выполнить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться; повторить (3-4р.).	Бег в медленном темпе. -Передача шаров др. другу.	П/и «Птица и птенчики».

26			26. «Комарики»	Продолжать упражнять в медленном беге. Продолжать играть в игру «Передача шаров». Продолжать уупражнять в равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах.	Ходьба с высоким подниманием колена, в разных направлениях. Перестроение по два. Бег с изменением темпа.		(с платочком) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую стороны; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуть, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; выполнить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться; повторить (3-4р.). Бег в медленном темпе. -Передача шаров др. другу.	П/и «Поймай комара».	
27			27. «Веселые затеи»	Учить детей ориентироваться на местности. Развивать умения быть организованными. Создавать условия для проявления ловкости и выносливости в играх. Воспитывать уверенность, инициативу.	Ходьба обычная, с высоким поднимание колена.	Бег подгруппами и всей группой	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-6р.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени – «Солнышко низко» (5-6.).	«Веселые затеи» -Ходьба по линии. -Метание на дальность.	П/и «По ровненькой дорожке» П/и «Угадай, кто кричит»
28			28. «Озорные погремушки»	Продолжать учить детей ориентироваться на местности. Продолжать развивать умения быть организованными. Продолжать создавать условия для проявления ловкости и выносливости в играх. Воспитывать уверенность, инициативу.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, по прямой и извилистой дорожке.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-6р.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени – «Солнышко низко» (5-6.).	-Ползание на четвереньках между предметами.	П/и «Найди свой домик»

«Мои любимые игрушки»									
29			29. «Ручейки быстрые»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по извилистой дорожке, по кругу.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погреметь ею, присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, затем присесть, взять погремушку; то же выполнить другой рукой, повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, держа погремушку в обеих руках, руках на коленях; не сгибая колени, наклониться вперед, коснуться погремушкой носков ног, выпрямиться, повторить (3-4р.).	«Давайте придумывать» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	П/и «Пройди, не урони!»
30			30. «Маленькие мышата»	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Продолжать сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, по кругу. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погреметь ею, присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, затем присесть, взять погремушку; то же выполнить другой рукой, повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, держа погремушку в обеих руках, руках на коленях; не сгибая колени, наклониться вперед, коснуться погремушкой носков ног, выпрямиться, повторить (3-4р.).	«Давайте придумывать» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	П/и «Мыши в кладовой»

31			31. «Меткий стрелок»	Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.	-Ходьба по гимнастической скамье.	«Разбегись не упади» П/и «Меткий стрелок»
32			32. «Играй с ленточкой»	Продолжать учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Продолжать развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.	- Ходьба по гимнастической скамье.	П/и «Сними ленточку».

33			33. «Попрыгунчики»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в ходьбе, беге по кругу. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, кубики в руках; наклониться вперед, дотронуться кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	- Прыжки вверх, доставая предмет.	П/и «Разбегись не упади» П/и «Достань снежинку»
34			34. «Пилоты»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в ходьбе, беге по кругу. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, кубики в руках; наклониться вперед, дотронуться кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Ходьба по г/скамейке. -Г/упражнение «Петушок».	П/и «Пилоты»

35			35. «Быстрые ребята»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой по сигналу.	Бег в умеренном темпе.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажки с пола, выпрямиться, поднять флажки над головой, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, флажки в обеих руках над головой; сонуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикальную цель (1 - 1,2м).	П/и «Сними ленточку».
36			36 «Маленькие цыплятки»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажки с пола, выпрямиться, поднять флажки над головой, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, флажки в обеих руках над головой; сонуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикальную цель (1 - 1,2м).	П/и «Сними ленточку».
«Зима»									

37			37. «Черепашки»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой по сигналу.	Бег в умеренном темпе.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	- Ходьба по г/скамейке. - Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».
38			38. «Чудесный мешочек»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба по кругу, змейкой. Перестроение врассыпную.	Бег змейкой, врассыпную.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	-Ходьба по г/скамейке. -Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».

39			39. «Зайчики»	Упражнять в ползании на четвереньках. Совершенствовать умение и навыки в бросании мешочков. Упражнять в умении катать мяч к друг другу. Развивать ловкость. Воспитывать уверенность.	И/у «Возьми кубик». Дети идут по кругу, вокруг снежков. По сигналу быстро берут снежки в руки.	Бег змейкой, врассыпн ую.	(с мешочком) – И.п.: сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях; поднять руки вверх, подтянуться, опустить руки на колени; И.п.: стоя, руки внизу, в одной руке мешочек; положить мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	-Ползанье на четвереньках. -Бросание мешочков вдаль.	П/и «Зайцы и волк»
40			40. «Ловкие и смелые»	Продолжать упражнять в ползании на четвереньках. Продолжать совершенствовать умение и навыки в бросании мешочков. Продолжать упражнять в умении катать мяч к друг другу. Продолжать развивать ловкость. Воспитывать уверенность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой. Перестро ение врассыпн ую.	Бег в колонне по одному с остановк ой на сигнал. Бег с изменени ем темпа.	(с мешочком) – И.п.: сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях; поднять руки вверх, подтянуться, опустить руки на колени; И.п.: стоя, руки внизу, в одной руке мешочек; положить мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	-Ходьба с перешагивание м через г/палки. -Ползание на четвереньках, подлезание под дугу.	П/и «Зайцы и волк»

41			41. «Ловкие и быстрые»	Учить детей катать мяч к друг другу. Знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	Бег с ускорением и замедлением темпа.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	-Катание мяча к друг другу. - Игровые упражнения с мячом.	**<u>И/упражнения на гим. скамье:</u>** «Быстро вниз» «Чем дальше, тем лучше»
42			42. «Мой веселый мяч»	Продолжать учить детей катать мяч к друг другу. Продолжать знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Продолжать развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в разных направлениях. Перестроение в колонну по два.	Бег змейкой, на носках, врассыпную.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	-Бег врассыпную. -Подлезание под шнур.	П/и «Самолеты» М/п/и «Кто ушел»
«Одежда и обувь» «Транспорт»									

43			43. «Звонкий мяч»	Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную. -Подлезание под шнур.	Н/п/и «Охота на волка» П/и «Бездомный заяц»
44			44. «Цыплятки»	Продолжать развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Продолжать воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Продолжать поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два	Бег врассыпную.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную. -Подлезание под шнур.	П/и «Наседка и цыплята».
45			45. «Курочка и цыплятки»	Учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба на лыжах на месте, с продвижением.	Бег врассыпную, с препятствиями.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-6р.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	- Бег между двумя шнурами (расстояние между ними 25-30 см); - Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами;	М/п/и «След в след» П/и «Кто как передвигается».

46			46. «Весёлые ручейки»	Продолжать учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба в колонне по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по прямой, извилистой дорожке, в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-6р.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	-Ходьба по г/скамейке с перешагиванием через предметы.	Н/п/и «Ручейки и озера» П/и «Кто как передвигается».
47			47. «Птички в гнездышках»	Учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать палочками ленточек о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, ленточки в обеих руках внизу; поднять ленточки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	- Ходьба по прямой дорожке	П/и (с ходьбой и бегом) «Птички в гнездышках».

48			48. «Мы едем, едем, едем…»	Продолжать учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по кругу с остановкой на сигнал, с поворотами.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать палочками ленточек о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, ленточки в обеих руках внизу; поднять ленточки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	-Катание мяча друг другу. -Катание мяча 2 руками, одной рукой. -Бросание мяча вверх, и ловля его.	П/и «Воробышки и автомобиль»
49			49. «Ветерок»	Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Закреплять умение бегать с согласованными движениями рук и ног. Развивать быстроту. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди; выпрямить руки вперед, показать мяч, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять мяч вперед, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.); сидя ноги вместе; наклониться вперед, касаясь мячом носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	- Ходьба	П/и «Снежинки и ветер» М/п/и «Холодно-жарко».

50			50. «Снежинки летят»	Продолжать учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Продолжать закреплять умение бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой. Перестроение врассыпную.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди; выпрямить руки вперед, показать мяч, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять мяч вперед, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.); сидя ноги вместе; наклониться вперед, касаясь мячом носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег врассыпную. - Ориентировка в пространстве. -Бег, с поворотом вокруг себя.	П/и «Снежинки и ветер» М/п/и «Холодно-жарко».
«У кого какая мама»									
51			51. «Снежинки и ветер»	Учить детей ловить мяч после броска. Развивать равновесие при ходьбе по г/скамейке, перешагивая через бруски. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.).	- Ходьба с перешагиванием через бруски.	П/и «Снежинки и ветер»

52			52. «Мы веселые ребята»	Продолжать учить детей ловить мяч после броска. Продолжать развивать равновесие при ходьбе по г/скамейке, перешагивая через бруски. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба с высоким поднимание колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.).	-Бросание мяча вниз, и ловля его (2-3 раза подряд). -Ходьба с перешагиванием через бруски.	П/и «Лохматый пес».
53			53. «Цыплята на поляне»	Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; поднять руки вверх, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; одновременно отводить руки вперед-назад, повторить (5-6р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки с ленточками впереди; повернуть вправо-влево, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 -4р.).	-Подлезание под шнур. -Прыжки.	П/и «Мыши в кладовой» П/и «Мой весёлый звонкий мяч»

54			54. «Вот какие мы большие»	Продолжать развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким поднимание колена, с поворотом. Перестроение в колонну по три.	Бег врассыпную.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; поднять руки вверх, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; одновременно отводить руки вперед-назад, повторить (5-6р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки с ленточками впереди; повернуть вправо-влево, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 -4р.).	-Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. -Прокатывание мяча между предметами.	П/и (с бросание и ловлей) «Мяч в кругу».
55			55. «Мышата в норке»	Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким поднимание колена, с поворотом.	Бег врассыпную.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3 -4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (3-4.); И.п.: стоя руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Вот какие мы большие», присесть и положить ладони на колени – «Вот какие мы маленькие», повторить (3-4р.).	-Ходьба переменным шагом через шнуры. -Подлезание под шнур.	П/и «Мыши в кладовой»

56			56. «Падает, падает снег»	Продолжать развивать умение быстро реагировать на сигнал. Продолжать развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3 -4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (3-4.); И.п.: стоя руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Вот какие мы большие», присесть и положить ладони на колени – «Вот какие мы маленькие», повторить (3-4р.).	-Ходьба по г/скамейке приставным шагом. -Самостоятельное вхождение на г/скамейку и спрыгивание с активным взмахом рук.	П/и «Снежинки и ветер».
57			57. «Прыг, прыг, скок…»	Развивать умение мягко приземляться при выполнении прыжка. Упражнять в умении бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; быстро реагировать на сигнал. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба приставным шагом, змейкой.	Бег по кругу.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки в опущенных руках; поднять флажки через стороны, помахать ими, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу; наклониться, помахать флажками перед собой, выпрямиться, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: то же; флажки у груди, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.).	-Прыжки из обруча в обруч. -Бег врассыпную.	П/и «С кочки на кочку» П/и «Бегите ко мне!»

58			58. «Мыши и кот»	Продолжать развивать умение мягко приземляться при выполнении прыжка. Продолжать упражнять в умении бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; быстро реагировать на сигнал. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки в опущенных руках; поднять флажки через стороны, помахать ими, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу; наклониться, помахать флажками перед собой, выпрямиться, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: то же; флажки у груди, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.).	-Ползание по г/скамейке с опорой на колени и ладони.	П/и «Мыши и кот».

59			59. «Воробышки и кот»	Развивать равновесие при ходьбе по шнуру. Закреплять умение катать мяч в заданном направлении. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать инициативу.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с платочками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую сторону; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуты, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться, повторить (3-4р.).	-Ходьба по шнуру. - Катание мяча в заданном направлении.	П/и «Воробушки и кот»

60			60. «Солнышко и дождик»	Продолжать развивать равновесие при ходьбе по шнуру. Закреплять умение катать мяч в заданном направлении. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать инициативу.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с платочками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую сторону; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуты, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться, повторить (3-4р.).	- Ходьба по г/скамейке, г/упр. «Петушок». -Спрыгивание с г/скамейки, как «Кенгуру».	П/и «Солнышко и дождик».
«Весна»									

61			61. «Рыбки плавают»	Закреплять знание понятий «колонна». Учить детей самостоятельно строиться в колонну. Совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать активность, самостоятельность.	Построение в колонне по одному, ходьба и бег в среднем темпе.	Бег в среднем темпе.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, погремушка в одной руке; руки поднять вверх, наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2-3р.); И.п.: сидя ноги врозь, погремушка в обеих руках впереди; поднять погремушку над головой, погреметь ею и опустить, повторить (3-4р.).	-Ходьба, бег в колонне. -Прыжки в колонне.	Н/п/и «Рыбаки и рыбки» П/и «Мыши и кот»
62			62. «Найди свой цвет»	Продолжать закреплять знание понятий «колонна». Продолжать учить детей самостоятельно строиться в колонну. Продолжать совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба врассыпную на носках, с высоким поднимание колена, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную на носках.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, погремушка в одной руке; руки поднять вверх, наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2-3р.); И.п.: сидя ноги врозь, погремушка в обеих руках впереди; поднять погремушку над головой, погреметь ею и опустить, повторить (3-4р.).	-Бег с выполнением заданий: (остановка по сигналу, в указанное место, убегать от догоняющего).	П/и «День - ночь». М/п/и «Найди свой цвет»

63			63. «Мы полетели»	Учить бросать небольшие предметы в цель (2-3 м). Закреплять умение прыгать через предметы, отталкиваясь ногами. Развивать ловкость, глазомер. Воспитывать желание заниматься вместе с детьми.	Ходьба врассыпную.	Бег врассыпную	(с шишками) – И.п.: стоя ноги вместе, шишку держать обеими руками впереди; положить руки за спину – «Спрятать шишку» - и показать ее воспитателю, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, держать шишку в одной рук; присесть, положить шишку на пол, выпрямиться, руки спрятать за спину (по указанию воспитателя), присесть, взять шишку, выпрямиться и показать ее, то же выполнить другой рукой, повторить (2-3р.); И.п.: лежа на животе, руки согнуты, ладони с шишкой у подбородка; вытянуть руки вперед, смотреть вперед и подтянуть их к подбородку, повторить (4-6р.).	-Метание в цель (2-3 м). - Прыжки через предметы, отталкиваясь ногами.	П/и «Пилоты»

64			64. «Поймай рыбку»	Продолжать учить бросать небольшие предметы в цель (2-3 м). Продолжать закреплять умение прыгать через предметы, отталкиваясь ногами. Продолжать развивать ловкость, глазомер. Воспитывать желание заниматься вместе с детьми.	Ходьба врассыпную на носках, с высоким поднимением колена. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную на носках.	(с шишками) – И.п.: стоя ноги вместе, шишку держать обеими руками впереди; положить руки за спину – «Спрятать шишку» - и показать ее воспитателю, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, держать шишку в одной рук; присесть, положить шишку на пол, выпрямиться, руки спрятать за спину (по указанию воспитателя), присесть, взять шишку, выпрямиться и показать ее, то же выполнить другой рукой, повторить (2-3р.); И.п.: лежа на животе, руки согнуты, ладони с шишкой у подбородка; вытянуть руки вперед, смотреть вперед и подтянуть их к подбородку, повторить (4-6р.).	-Метание в цель (2-3 м). - Прыжки через предметы, отталкиваясь ногами.	Н/п/и «Рыбаки и рыбки»
65			65. «Попади в обруч»	Упражнять в катании мяча. Учить бросать мяч и ловить его. Знакомить с техникой метания мяча в цель во время игры «Попади в обруч». Воспитывать самостоятельность, активность.	Ходьба с высоким поднимением колена,	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на ширине плеч, руки с флажками у плеч; присесть, постучать палочками о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, флажки в обеих руках внизу; поднять флажки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	-Катание мяча в заданном направлении. -Бросание и ловля мяча. -Метание в цель.	П/и «Попади в обруч».

66			66. «Птички»	Продолжать упражнять в катании мяча. Продолжать учить бросать мяч и ловить его. Продолжать знакомить с техникой метания мяча в цель во время игры «Попади в обруч». Воспитывать самостоятельность, активность.	Ходьба с высоким поднимание колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на ширине плеч, руки с флажками у плеч; присесть, постучать палочками о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, флажки в обеих руках внизу; поднять флажки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	-Катание мячей друг другу. -Катание мячей между предметами. -Бросание одной рукой через сетку.	П/и «Птицы и автомобиль».
67			67. «Зайки побегайки»	Учить осознанно, относиться к выполнению правил. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Ходьба обычная, приставным шагом, врассыпную. Перестроение в колонну по три.	Бег врассыпную.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	-Бег врассыпную, ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Охотники и зайцы» П/и «Лохматый пес» М/п/и «Эхо».

68			68. «Ловкие зайчата»	Продолжать учить осознанно, относиться к выполнению правил. Продолжать совершенствовать ориентировку в пространстве. Продолжать развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Ходьба парами. Ходьба с высоким поднимание колена. Перестроение в колонну по три.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	-Лазание по г/стенке. -Бросание мяча о пол и ловля его (2-3 раза подряд).	П/и «Ловкие зайчата».
«Вот и лето пришло!»									
69			69. «Дождик, дождик лей, лей …»	Учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).	--Бег и ходьба врассыпную, ориентировка в пространстве.	П/и «Пугало»

70			70. «Птицы и дождь»	Продолжать учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий. Продолжать развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким поднимание колена, с поворотом. Перестроение	Бег врассыпную.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).	--Бег и ходьба врассыпную, ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Важенка и оленята» П/и «Ловишка с лентой».
71			71. «Котик кис, кис, кис»	Совершенствовать бег с изменением темпа, с остановкой на сигнал. Учить действовать в разных условиях, бегать с согласованными движениями рук и ног. Развивать быстроту, выносливость, глазомер. Воспитывать смелость.	Ходьба с высоким поднимание колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону, коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег на 10 метров.	П/и «Кот Васька». М/п/и «Скажи и покажи».

72			72. «Я иду тебя искать»	Продолжать совершенствовать бег с изменением темпа, с остановкой на сигнал. Продолжать учить действовать в разных условиях, бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту, выносливость, глазомер. Воспитывать смелость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону, коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег в умеренном темпе.	П/и «Ловишки»

73			73. «Ежики»	Упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях, прыгать с продвижением вперед. Упражнять в подлезании под дугу. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(с платочком) – И.п.: стоя, держать платочек обеими руками за углы; взмахнуть платочком и поднять его над головой, опустить вниз, повторить (4-6р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек держать обеими руками впереди; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, наклониться вперед, взять платочек за уголки, выпрямиться, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, платочек держать обеими руками над головой; поднять одну ногу (можно в согнутом положении), опустить на пол, затем другую ногу, повторить (4-6р.).	-Ходьба и бег в разных направлениях	П/и «Ежик»

74			74. «Ежики собирают яблоки»	Продолжать упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях, прыгать с продвижением вперед. Продолжать упражнять в подлезании под дугу. Продолжать развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(с платочком) – И.п.: стоя, держать платочек обеими руками за углы; взмахнуть платочком и поднять его над головой, опустить вниз, повторить (4-6р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек держать обеими руками впереди; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, наклониться вперед, взять платочек за уголки, выпрямиться, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, платочек держать обеими руками над головой; поднять одну ногу (можно в согнутом положении), опустить на пол, затем другую ногу, повторить (4-6р.).	- Ходьба и бег в разных направлениях	П/и «Ежик»

Приложение2

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО РАЗДЕЛУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬУРА» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ

№	Дата		Форма НОД	Задачи	Содержание (по разделу)				П/игра, М/п/и
	П.Д.	Ф.			Ходьба	Бег	ОРУ	ОВД	
«Наш любимый детский сад»									
1			1. «Воробышки летят»	Развивать активность детей в процессе двигательной активности. Учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба подгруппами и всей группой.	Бег подгруппами и всей группой.	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	- ползанье на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м).	П/и (с ходьбой и бегом) «Воробышки и автомобиль» М/п/и «Обезьянки»
2			2. «Воробышки»	Продолжать развивать активность детей в процессе двигательной активности. Продолжать учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба друг за другом между предметами.	Бег друг за другом между предметами.	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	-Ходьба из обруча в обруч.	П/и «Мыши и кот» П/и «С кочки на кочку»

3			3. «Ловкие ребята»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.) И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)	- Ходьба между линиями.	П/и «Поймай комара». М/п/и «Бегите к флажкам»
4.			4. «Быстрые ребята»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.) И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)	-Бег по прямой.	П/и «Пешеходы» М/п/и «Круг – кружочек»

5.			5. «Зайчики»	Определить гибкость детей. Развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п.(каждое упраж-е повторять 3-4 р.)	-Наклон туловища вперед из положения сидя.	П/и «С кочки на кочку». П/и «Зайцы и волк»
6.			6. «Зайки на лужайке»	Продолжать определять гибкость детей. Продолжать развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках.	Бег по кругу.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п.(каждое упраж-е повторять 3-4 р.)	-Пролезание в обруч.	П/и Проползи через обруч» М/п/и «Круг – кружочек»

7.			7. «Дружные ребята»	Учить метать набивной мяч двумя руками из-за головы. Развивать координацию. Воспитывать интерес к играм с мячом.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки внизу; на сигнал воспитателя «Птички машут крылышками» дети делают взмахи руками; И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе; повороты тела вправо-влево; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки вверх, опустить. (каждое упраж-е повторять 3-4р.)	- Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.	П/и «Попади в круг».
8.			8. «Весёлые ребята»	Продолжать учить метать набивной мяч двумя руками из-за головы. Продолжать развивать координацию. Воспитывать интерес к играм с мячом.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный. Бег с одного края площадки на др.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки внизу; на сигнал воспитателя «Птички машут крылышками» дети делают взмахи руками; И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе; повороты тела вправо-влево; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки вверх, опустить. (каждое упраж-е повторять 3-4р.)	- Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.	П/и «Лохматый пёс» М/п/и «Великаны и гномы

9.			9. «Звонкие погремушки»	Учить детей ходьбе и бегу по кругу; сохранять равновесие. Совершенствовать умение реагировать на сигнал.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с погремушками) – И.п.: сидя на полу; поднять погремушки верх, опустить; И.п.: стоя; присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, присесть, взять погремушку, выпрямиться; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, погремушки в обеих руках; поднять руки, показать погремушки, опустить. (каждое упражнение повторить 3-4р.)	-Ходьба между двумя линиями (2-2,5м).	П/и «Птички и птенчики»
10.			10. «Погремушки у ребят»	Продолжать учить детей ходьбе и бегу по кругу; сохранять равновесие. Продолжать совершенствовать умение реагировать на сигнал.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный. Бег с одного края площадки на др.	(с погремушками) – И.п.: сидя на полу; поднять погремушки верх, опустить; И.п.: стоя; присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, присесть, взять погремушку, выпрямиться; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, погремушки в обеих руках; поднять руки, показать погремушки, опустить. (каждое упражнение повторить 3-4р.)	-Ходьба между двумя линиями (2-2,5м).	П/и «Бегите к флажку»
«Осень»									

11			11. «Дружная семейка»	Упражнять в ползании на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами. Развивать ловкость, равновесие. Воспитывать выдержанность на занятии.	Ходьба в колонне по одному за воспитателем. Построение в круг.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочком) – И.п.: ноги врозь, руки с платочком внизу; руки поднять вверх, подняться на носки, потянуться, посмотреть на платочек; И.п.: ноги врозь, платочек впереди в вытянутых руках; повернуться вправо-влево, принять исходное положение; И.п.: то же; наклониться вперед, платочек опустить вниз, принять исходное положение. (каждое упражнение повторять 3-4р.)	-Ползание на четвереньках между предметами с опорой на колени и ладони.	П/и «Лохматый пес»
12			12 «Быстрые жуки»	Продолжать упражнять в ползании на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами. Продолжать развивать ловкость, равновесие. Воспитывать выдержанность на занятии.	Ходьба врассыпную между предметами.	Бег врассыпную между предметами.	(с платочком) – И.п.: ноги врозь, руки с платочком внизу; руки поднять вверх, подняться на носки, потянуться, посмотреть на платочек; И.п.: ноги врозь, платочек впереди в вытянутых руках; повернуться вправо-влево, принять исходное положение; И.п.: то же; наклониться вперед, платочек опустить вниз, принять исходное положение. (каждое упражнение повторять 3-4р.)	- Ползание на четвереньках между предметами с опорой на колени и ладони.	П/и «Быстрые жуки» М/п/и «Круг – кружочек»

13			13. «Ловкие мышата»	Учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мыши»
14			14. «Прыгда скок»	Продолжать учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Продолжать развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мыши»
15			15. «Колобки»	Учить катать мяч двумя руками друг другу. Развивать координацию движений. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный, на носках. Бег с одного края площадки на др.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки на поясе; наклониться вперед, коснуться руками колени, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Прокатывание мяча.	П/и «Чей колобок дальше укатиться» М/п/и «Тишина у пруда»

16			16. «Тише, тише…»	Продолжать учить катать мяч двумя руками друг другу. Продолжать развивать координацию движений. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег обычный, на носках. Бег с одного края площадки на др.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки на поясе; наклониться вперед, коснуться руками колени, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Прокатывание мяча.	П/и «Чей колобок дальше укатиться» М/п/и «Тишина у пруда»
17			17. «Найди домик»	Учить детей самостоятельно входить на гимнастическую скамейку. Развивать равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать положительное отношение к движениям, внимание.	Ходьба в колонне по одному за воспитателем. Построение в круг.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочками) – И.п.: сидя, руки опущены; поднять руки вверх, показать воспитателю платочек, спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках; наклониться, касаясь платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.)	-Ходьба по г/скамейке (руки в стороны).	П/и «Найди свой домик»

18			18. «Найди свой цвет»	Продолжать учить детей самостоятельно входить на гимнастическую скамейку. Продолжать развивать равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать положительное отношение к движениям, внимание.	Ходьба по линии, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочками) – И.п.: сидя, руки опущены; поднять руки вверх, показать воспитателю платочек, спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках; наклониться, касаясь платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.)	-Ориентировка в пространстве. -Бег в рассыпную.	П/и «Найди свой цвет» П/и «Поезд»
«Животный мир»									
19			19. «Мячики»	Совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Развивать чувство равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Развивать силу, желание заниматься физкультурой.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять его вверх, опустить, повторить (4-6.); И.п.: то же, мяч в обеих руках у груди, повторить (4-6.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклониться, касаясь мячом пола, вернуться в И.п., повторить (3-4р.)	-Ходьба, бег между 2 линиями (20см).	П/и «Мыши в кладовой». М/п/и «Аист».
20			20. «Птички в домике»	Продолжать совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Продолжать развивать чувство равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Продолжать развивать силу, желание заниматься физкультурой.	Ходьба, имитационные упражнения.	Бег в медленном темпе.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять его вверх, опустить, повторить (4-6.); И.п.: то же, мяч в обеих руках у груди, повторить (4-6.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклониться, касаясь мячом пола, вернуться в И.п., повторить (3-4р.)	-Ходьба, бег между 2 линиями (20см).	П/и «Птички в гнездышках»

21			21. «Лиса и куры»	Учить ходить по ограниченному пространству. Развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена. Построение в круг.	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена.	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Ходьба по ребристой доске.	П/и «Лиса и куры».
22			22. «Рыжая лисичка»	Продолжать учить ходить по ограниченному пространству. Продолжать развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена. Построение в круг.	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким поднимание колена.	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Метание в горизонтальную цель 2 руками снизу (2,5м). -Ходьба по ребристой доске.	П/и «Лиса и куры».

23			23. «Снежинки»	Упражнять в ходьбе между предметами. Разучить игровые упражнения с мячом. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба обычная, мелким, широким шагом.	Бег по кругу. Бег на носках.	(с мячом) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать мяч и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться мячом стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Катание мяча в ворота.	П/и «Поймай снежинку» П/и «Мяч в ворота» П/и «Найди свой цвет»
24			24. «Мышки в кладовой»	Продолжать упражнять в ходьбе между предметами. Продолжать разучивать игровые упражнения с мячом. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба обычная, парами. Построение в круг.	Бег с одного края площадки на др.	(с мячом) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать мяч и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться мячом стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	- Катание мяча в ворота.	П/и «Мыши в кладовой».

25			25. «Птенчики»	Упражнять в медленном беге. Разучить игру «Передача шаров». Упражнять в равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в круг.	Бег в разных направлениях	(с платочком) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую стороны; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуть, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; выполнить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться; повторить (3-4р.).	Бег в медленном темпе. -Передача шаров др. другу.	П/и «Птица и птенчики».

26			26. «Комарики»	Продолжать упражнять в медленном беге. Продолжать играть в игру «Передача шаров». Продолжать уупражнять в равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах.	Ходьба с высоким поднимание колена, в разных направлениях. Перестроение по два.	Бег с изменением темпа.	(с платочком) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую стороны; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуть, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; выполнить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться; повторить (3-4р.).	Бег в медленном темпе. -Передача шаров др. другу.	П/и «Поймай комара».

27			27. «Веселые затеи»	Учить детей ориентироваться на местности. Развивать умения быть организованными. Создавать условия для проявления ловкости и выносливости в играх. Воспитывать уверенность, инициативу.	Ходьба обычная, с высоким поднимание колена.	Бег подгруппами и всей группой.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-6р.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени – «Солнышко низко» (5-6.).	«Веселые затеи» -Ходьба по линии. -Метание на дальность.	П/и «По ровненькой дорожке» П/и «Угадай, кто кричит»
28			28. «Озорные погремушки»	Продолжать учить детей ориентироваться на местности. Продолжать развивать умения быть организованными. Продолжать создавать условия для проявления ловкости и выносливости в играх. Воспитывать уверенность, инициативу.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, по прямой и извилистой дорожке.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-6р.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени – «Солнышко низко» (5-6.).	-Ползание на четвереньках между предметами.	П/и «Найди свой домик»
« Мои любимые игрушки»									

29			29. «Ручейки быстрые»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по извилистой дорожке, по кругу.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погреметь ею, присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, затем присесть, взять погремушку; то же выполнить другой рукой, повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, держа погремушку в обеих руках, руках на коленях; не сгибая колени, наклониться вперед, коснуться погремушкой носков ног, выпрямиться, повторить (3-4р.).	«Давайте придумывать» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	П/и «Пройди, не урони!»
30			30. «Маленькие мышата»	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Продолжать сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, по кругу. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погреметь ею, присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, затем присесть, взять погремушку; то же выполнить другой рукой, повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, держа погремушку в обеих руках, руках на коленях; не сгибая колени, наклониться вперед, коснуться погремушкой носков ног, выпрямиться, повторить (3-4р.).	«Давайте придумывать» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	П/и «Мыши в кладовой»

31			31. «Меткий стрелок»	Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.	-Ходьба по гимнастической скамье.	«Разбегись не упади» П/и «Меткий стрелок»
32			32. «Играй с ленточкой»	Продолжать учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Продолжать развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.	- Ходьба по гимнастической скамье.	П/и «Сними ленточку».

33			33. «Попрыгунчики»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в ходьбе, беге по кругу. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, кубики в руках; наклониться вперед, дотронуться кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	- Прыжки вверх, доставая предмет.	П/и «Разбегись не упади» П/и «Достань снежинку»
34			34. «Пилоты»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в ходьбе, беге по кругу. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, кубики в руках; наклониться вперед, дотронуться кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Ходьба по г/скамейке. -Г/упражнение «Петушок».	П/и «Пилоты»

35			35. «Быстрые ребята»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой по сигналу.	Бег в умеренном темпе.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажки с пола, выпрямиться, поднять флажки над головой, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, флажки в обеих руках над головой; сонуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикальную цель (1 - 1,2м).	П/и «Сними ленточку».
36			36 «Маленькие цыплятки»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажки с пола, выпрямиться, поднять флажки над головой, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, флажки в обеих руках над головой; сонуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикальную цель (1 - 1,2м).	П/и «Сними ленточку».
«Зима»									

37			37. «Черепашки»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой по сигналу.	Бег в умеренном темпе.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	-Ходьба по г/скамейке. -Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».
38			38. «Чудесный мешочек»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба по кругу, змейкой. Перестроение врассыпную.	Бег змейкой, врассыпную.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	-Ходьба по г/скамейке. -Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».

39			39. «Зайчики»	Упражнять в ползании на четвереньках. Совершенствовать умение и навыки в бросании мешочков. Упражнять в умении катать мяч к друг другу. Развивать ловкость. Воспитывать уверенность.	И/у «Возьми кубик». Дети идут по кругу, вокруг снежков. По сигналу быстро берут снежки в руки.	Бег змейкой, врассыпн ую.	(с мешочком) – И.п.: сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях; поднять руки вверх, подтянуться, опустить руки на колени; И.п.: стоя, руки внизу, в одной руке мешочек; положить мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	-Ползанье на четвереньках. -Бросание мешочков вдаль.	П/и «Зайцы и волк»
40			40. «Ловкие и смелые»	Продолжать упражнять в ползании на четвереньках. Продолжать совершенствовать умение и навыки в бросании мешочков. Продолжать упражнять в умении катать мяч к друг другу. Продолжать развивать ловкость. Воспитывать уверенность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой. Перестро ение врассыпн ую.	Бег в колонне по одному с остановк ой на сигнал. Бег с изменени ем темпа.	(с мешочком) – И.п.: сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях; поднять руки вверх, подтянуться, опустить руки на колени; И.п.: стоя, руки внизу, в одной руке мешочек; положить мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	-Ходьба с перешагивание м через г/палки. -Ползание на четвереньках, подлезание под дугу.	П/и «Зайцы и волк»

41			41. «Ловкие и быстрые»	Учить детей катать мяч к друг другу. Знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	Бег с ускорением и замедлением темпа.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	-Катание мяча к друг другу. - Игровые упражнения с мячом.	**<u>И/упражнения на гим. скамье:</u>** «Быстро вниз» «Чем дальше, тем лучше»
42			42. «Мой веселый мяч»	Продолжать учить детей катать мяч к друг другу. Продолжать знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Продолжать развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба в разных направлениях. Перестроение в колонну по два.	Бег змейкой, на носках, врассыпную.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	-Бег врассыпную. -Подлезание под шнур.	П/и «Самолеты» М/п/и «Кто ушел»
«Одежда и обувь» « Транспорт»									

43			43. «Звонкий мяч»	Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную. -Подлезание под шнур.	Н/п/и «Охота на волка» П/и «Бездомный заяц»
44			44. «Цыплятки»	Продолжать развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Продолжать воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Продолжать поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два	Бег врассыпную.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную. -Подлезание под шнур.	П/и «Наседка и цыплята».
45			45. «Курочка и цыплятки»	Учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба на лыжах на месте, с продвижением.	Бег врассыпную, с препятствиями.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-6р.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	- Бег между двумя шнурами (расстояние между ними 25-30 см); - Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами;	М/п/и «След в след» П/и «Кто как передвигается».

46			46. «Весёлые ручейки»	Продолжать учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба в колонне по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по прямой, извилистой дорожке, в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-6р.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	-Ходьба по г/скамейке с перешагиванием через предметы.	Н/п/и «Ручейки и озера» П/и «Кто как передвигается».
47			47. «Птички в гнездышках»	Учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать палочками ленточек о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, ленточки в обеих руках внизу; поднять ленточки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	- Ходьба по прямой дорожке	П/и (с ходьбой и бегом) «Птички в гнездышках».

48			48. «Мы едем, едем, едем…»	Продолжать учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по кругу с остановкой на сигнал, с поворотами.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать палочками ленточек о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, ленточки в обеих руках внизу; поднять ленточки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	-Катание мяча друг другу. -Катание мяча 2 руками, одной рукой. -Бросание мяча вверх, и ловля его.	П/и «Воробышки и автомобиль»
49			49. «Ветерок»	Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Закреплять умение бегать с согласованными движениями рук и ног. Развивать быстроту. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди; выпрямить руки вперед, показать мяч, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять мяч вперед, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.); сидя ноги вместе; наклониться вперед, касаясь мячом носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	- Ходьба	П/и «Снежинки и ветер» М/п/и «Холодно-жарко».

50			50. «Снежинки летят»	Продолжать учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Продолжать закреплять умение бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой. Перестроение врассыпную.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди; выпрямить руки вперед, показать мяч, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять мяч вперед, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.); сидя ноги вместе; наклониться вперед, касаясь мячом носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег врассыпную. - Ориентировка в пространстве. -Бег, с поворотом вокруг себя.	П/и «Снежинки и ветер» М/п/и «Холодно-жарко».
«У кого какая мама»									
51			51. «Снежинки и ветер»	Учить детей ловить мяч после броска. Развивать равновесие при ходьбе по г/скамейке, перешагивая через бруски. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.).	- Ходьба с перешагиванием через бруски.	П/и «Снежинки и ветер»

52			52. «Мы веселые ребята»	Продолжать учить детей ловить мяч после броска. Продолжать развивать равновесие при ходьбе по г/скамейке, перешагивая через бруски. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба с высоким поднимание колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.).	-Бросание мяча вниз, и ловля его (2-3 раза подряд). -Ходьба с перешагиванием через бруски.	П/и «Лохматый пес».
53			53. «Цыплята на поляне»	Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; поднять руки вверх, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; одновременно отводить руки вперед-назад, повторить (5-6р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки с ленточками впереди; повернуть вправо-влево, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 -4р.).	-Подлезание под шнур. -Прыжки.	П/и «Мыши в кладовой» П/и «Мой весёлый звонкий мяч»

54			54. «Вот какие мы большие»	Продолжать развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким поднимание колена, с поворотом. Перестроение в колонну по три.	Бег врассыпную.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; поднять руки вверх, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; одновременно отводить руки вперед-назад, повторить (5-6р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки с ленточками впереди; повернуть вправо-влево, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 -4р.).	-Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. -Прокатывание мяча между предметами.	П/и (с бросание и ловлей) «Мяч в кругу».
55			55. «Мышата в норке»	Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким поднимание колена, с поворотом.	Бег врассыпную.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3 -4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (3-4.); И.п.: стоя руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Вот какие мы большие», присесть и положить ладони на колени – «Вот какие мы маленькие», повторить (3-4р.).	-Ходьба переменным шагом через шнуры. -Подлезание под шнур.	П/и «Мыши в кладовой»

56			56. «Падает, падает снег»	Продолжать развивать умение быстро реагировать на сигнал. Продолжать развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3 -4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (3-4.); И.п.: стоя руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Вот какие мы большие», присесть и положить ладони на колени – «Вот какие мы маленькие», повторить (3-4р.).	-Ходьба по г/скамейке приставным шагом. -Самостоятельное вхождение на г/скамейку и спрыгивание с активным взмахом рук.	П/и «Снежинки и ветер».
57			57. «Прыг, прыг, скок…»	Развивать умение мягко приземляться при выполнении прыжка. Упражнять в умении бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; быстро реагировать на сигнал. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба приставным шагом, змейкой.	Бег по кругу.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки в опущенных руках; поднять флажки через стороны, помахать ими, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу; наклониться, помахать флажками перед собой, выпрямиться, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: то же; флажки у груди, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.).	-Прыжки из обруча в обруч. -Бег врассыпную.	П/и «С кочки на кочку» П/и «Бегите ко мне!»

58			58. «Мыши и кот»	Продолжать развивать умение мягко приземляться при выполнении прыжка. Продолжать упражнять в умении бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; быстро реагировать на сигнал. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки в опущенных руках; поднять флажки через стороны, помахать ими, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу; наклониться, помахать флажками перед собой, выпрямиться, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: то же; флажки у груди, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.).	-Ползание по г/скамейке с опорой на колени и ладони.	П/и «Мыши и кот».

59			59. «Воробышки и кот»	Развивать равновесие при ходьбе по шнуру. Закреплять умение катать мяч в заданном направлении. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать инициативу.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с платочками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую сторону; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуты, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться, повторить (3-4р.).	-Ходьба по шнуру. - Катание мяча в заданном направлении.	П/и «Воробушки и кот»

60			60. «Солнышко и дождик»	Продолжать развивать равновесие при ходьбе по шнуру. Закреплять умение катать мяч в заданном направлении. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать инициативу.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с платочками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую сторону; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуты, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться, повторить (3-4р.).	- Ходьба по г/скамейке, г/упр. «Петушок». -Спрыгивание с г/скамейки, как «Кенгуру».	П/и «Солнышко и дождик».
«Весна»									

61			61. «Рыбки плавают»	Закреплять знание понятий «колонна». Учить детей самостоятельно строиться в колонну. Совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать активность, самостоятельность.	Построение в колонне по одному, ходьба и бег в среднем темпе.	Бег в среднем темпе.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, погремушка в одной руке; руки поднять вверх, наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2-3р.); И.п.: сидя ноги врозь, погремушка в обеих руках впереди; поднять погремушку над головой, погреметь ею и опустить, повторить (3-4р.).	-Ходьба, бег в колонне. -Прыжки в колонне.	Н/п/и «Рыбаки и рыбки» П/и «Мыши и кот»
62			62. «Найди свой цвет»	Продолжать закреплять знание понятий «колонна». Продолжать учить детей самостоятельно строиться в колонну. Продолжать совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба врассыпную на носках, с высоким поднимание колена, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную на носках.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, погремушка в одной руке; руки поднять вверх, наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2-3р.); И.п.: сидя ноги врозь, погремушка в обеих руках впереди; поднять погремушку над головой, погреметь ею и опустить, повторить (3-4р.).	-Бег с выполнением заданий: (остановка по сигналу, в указанное место, убегать от догоняющего).	П/и «День - ночь». М/п/и «Найди свой цвет»

63			63. «Мы полетели»	Учить бросать небольшие предметы в цель (2-3 м). Закреплять умение прыгать через предметы, отталкиваясь ногами. Развивать ловкость, глазомер. Воспитывать желание заниматься вместе с детьми.	Ходьба врассыпную.	Бег врассыпную	(с шишками) – И.п.: стоя ноги вместе, шишку держать обеими руками впереди; положить руки за спину – «Спрятать шишку» - и показать ее воспитателю, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, держать шишку в одной рук; присесть, положить шишку на пол, выпрямиться, руки спрятать за спину (по указанию воспитателя), присесть, взять шишку, выпрямиться и показать ее, то же выполнить другой рукой, повторить (2-3р.); И.п.: лежа на животе, руки согнуты, ладони с шишкой у подбородка; вытянуть руки вперед, смотреть вперед и подтянуть их к подбородку, повторить (4-6р.).	-Метание в цель (2-3 м). - Прыжки через предметы, отталкиваясь ногами.	П/и «Пилоты»

64			64. «Поймай рыбку»	Продолжать учить бросать небольшие предметы в цель (2-3 м). Продолжать закреплять умение прыгать через предметы, отталкиваясь ногами. Продолжать развивать ловкость, глазомер. Воспитывать желание заниматься вместе с детьми.	Ходьба врассыпную на носках, с высоким поднимением колена. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную на носках.	(с шишками) – И.п.: стоя ноги вместе, шишку держать обеими руками впереди; положить руки за спину – «Спрятать шишку» - и показать ее воспитателю, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, держать шишку в одной рук; присесть, положить шишку на пол, выпрямиться, руки спрятать за спину (по указанию воспитателя), присесть, взять шишку, выпрямиться и показать ее, то же выполнить другой рукой, повторить (2-3р.); И.п.: лежа на животе, руки согнуты, ладони с шишкой у подбородка; вытянуть руки вперед, смотреть вперед и подтянуть их к подбородку, повторить (4-6р.).	-Метание в цель (2-3 м). - Прыжки через предметы, отталкиваясь ногами.	Н/п/и «Рыбаки и рыбки»
65			65. «Попади в обруч»	Упражнять в катании мяча. Учить бросать мяч и ловить его. Знакомить с техникой метания мяча в цель во время игры «Попади в обруч». Воспитывать самостоятельность, активность.	Ходьба с высоким поднимением колена,	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на ширине плеч, руки с флажками у плеч; присесть, постучать палочками о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, флажки в обеих руках внизу; поднять флажки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	-Катание мяча в заданном направлении. -Бросание и ловля мяча. -Метание в цель.	П/и «Попади в обруч».

66			66. «Птички»	Продолжать упражнять в катании мяча. Продолжать учить бросать мяч и ловить его. Продолжать знакомить с техникой метания мяча в цель во время игры «Попади в обруч». Воспитывать самостоятельность, активность.	Ходьба с высоким поднимание колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на ширине плеч, руки с флажками у плеч; присесть, постучать палочками о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, флажки в обеих руках внизу; поднять флажки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	-Катание мячей друг другу. -Катание мячей между предметами. -Бросание одной рукой через сетку.	П/и «Птицы и автомобиль».
67			67. «Зайки побегайки»	Учить осознанно, относиться к выполнению правил. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Ходьба обычная, приставным шагом, врассыпную. Перестроение в колонну по три.	Бег врассыпную.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	-Бег врассыпную, ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Охотники и зайцы» П/и «Лохматый пес» М/п/и «Эхо».

68			68. «Ловкие зайчата»	Продолжать учить осознанно, относиться к выполнению правил. Продолжать совершенствовать ориентировку в пространстве. Продолжать развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Ходьба парами. Ходьба с высоким поднимание колена. Перестроение в колонну по три.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	-Лазание по г/стенке. -Бросание мяча о пол и ловля его (2-3 раза подряд).	П/и «Ловкие зайчата».
«Вот лето пришло!»									
69			69. «Дождик, дождик лей, лей …»	Учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).	--Бег и ходьба врассыпную, ориентировка в пространстве.	П/и «Пугало»

70			70. «Птицы и дождь»	Продолжать учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий. Продолжать развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким поднимание колена, с поворотом. Перестроение	Бег врассыпную.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).	--Бег и ходьба врассыпную, ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Важенка и оленята» П/и «Ловишка с лентой».
71			71. «Котик кис, кис, кис»	Совершенствовать бег с изменением темпа, с остановкой на сигнал. Учить действовать в разных условиях, бегать с согласованными движениями рук и ног. Развивать быстроту, выносливость, глазомер. Воспитывать смелость.	Ходьба с высоким поднимание колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону, коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег на 10 метров.	П/и «Кот Васька». М/п/и «Скажи и покажи».

72			72. «Я иду тебя искать»	Продолжать совершенствовать бег с изменением темпа, с остановкой на сигнал. Продолжать учить действовать в разных условиях, бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту, выносливость, глазомер. Воспитывать смелость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону, коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег в умеренном темпе.	П/и «Ловишки»

73			73. «Ежики»	Упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях, прыгать с продвижением вперед. Упражнять в подлезании под дугу. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(с платочком) – И.п.: стоя, держать платочек обеими руками за углы; взмахнуть платочком и поднять его над головой, опустить вниз, повторить (4-6р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек держать обеими руками впереди; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, наклониться вперед, взять платочек за уголки, выпрямиться, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, платочек держать обеими руками над головой; поднять одну ногу (можно в согнутом положении), опустить на пол, затем другую ногу, повторить (4-6р.).	-Ходьба и бег в разных направлениях	П/и «Ежик»

74			74. «Ежики собирают яблоки»	Продолжать упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях, прыгать с продвижением вперед. Продолжать упражнять в подлезании под дугу. Продолжать развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(с платочком) – И.п.: стоя, держать платочек обеими руками за углы; взмахнуть платочком и поднять его над головой, опустить вниз, повторить (4-6р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек держать обеими руками впереди; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, наклониться вперед, взять платочек за уголки, выпрямиться, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, платочек держать обеими руками над головой; поднять одну ногу (можно в согнутом положении), опустить на пол, затем другую ногу, повторить (4-6р.).	- Ходьба и бег в разных направлениях	П/и «Ежик»

Приложение 3

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТА ВОЗМОЖНЫЗ ДОСТИЖЕНИЙ РЕБЁНКА ОТ 1,6 ДО 3 ЛЕТ

№ п/п	Название раздела	1,6 – 2 г.		2 – 3 г.	
		I пол.	II пол.	I пол.	II пол.
	Физическое развитие				
	Развитие крупной моторики				
1	Ходит, не наталкиваясь друг на друга	*			
2	Бросает мяч.		*		
3	Короткое время стоит на одной ноге.			*	
4	При легкой поддержке сходит вниз по лестнице.	*			
5	Прыгает на месте.			*	
6	Бегает, не наталкиваясь друг на друга.		*		
7	Ходит на носках			*	
8	Перепрыгивает линию на полу.		*		
9	Ловит мяч, который катится к нему		*		
10	Перешагивает через препятствие на полу.		*		
11	Лазает, перелезает		*		

В «Индивидуальной карте возможных достижений ребенка» раннего возраста от 1,6 до 3 лет применяется трехуровневая **шкала педагогической оценки развития**, которая имеет условные обозначения:

0 — эта способность отсутствует у ребенка,

1 — ребенок начал проявлять эту способность в последнее время,

2 — ребенок проявляет эту способность уверенно.

МЕТОДИКА ПРОВЕРКИ УСВОЕНИЯ РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Ходьба 10 м, с.

Ходьба ребенка считается правильной, если он держит корпус прямо, смотрит вперед, движения рук и ног согласованные, ногами не шаркает, сохраняет заданное направление. При обследовании ребенок проходит расстояние 10 м. и выполняет задание дважды.

Старт и финиш отмечаются линиями. Ребенок стоит на расстоянии 2-3 м. от линии старта. На таком же расстоянии от линии финиша стул, на нем игрушка. Рядом со стулом встает воспитатель и зовет ребенка подойти к игрушке. Время учитывается с точностью до 1/10с, начиная с момента, когда ребенок переступит линию старта, и кончая, когда перейдет линию финиша.

Бег на 10 метров с хода.

Бег можно считать правильным, если в момент движения ребенок немного наклоняет туловище вперед, голову держит прямо, согласовывает движения рук и ног, сохраняет заданное направление. Дистанция бега 10 м.

Обследование проводится в виде игрового задания. Старт и финиш отмечаются линиями. Ребенок стоит на расстоянии 2 – 3 м от линии старта. За линией финиша на таком же расстоянии стул, на нем кукла. У стула встает воспитатель и зовет ребенка прибежать к кукле. Малыш бежит, берет куклу, играет с ней. Чтобы ребенок не уменьшал скорость бега, куклу не следует ставить близко к линии финиша.

После небольшого отдыха малыш бежит второй раз, и оба результата заносятся в протокол. Время учитывается с точностью 1/10 с, начиная с момента, когда ребенок переступит линию старта, и кончая, когда переходит линию финиша.

Метание мешочка с песком правой (левой) рукой на дальность.

Метание на дальность считается выполненным правильно тогда, когда ребенок в момент действия стоит по направлению броска, слегка расставив ноги, туловище держит прямо, замах выполняет от плеча и делает энергичный бросок в указанном направлении.

Дети бросают мешочек массой 150 г 3 раза правой и левой рукой (без перерыва). Результаты замеряются металлической сантиметровой лентой (рулеткой). Все 3 результата заносятся в протокол.

Прыжок в длину с места.

Прыжок в длину с места на двух ногах считается выполненным правильно, если ребенок слегка расставит ноги, немного согнет колени, колени несколько наклонит вперед, оттолкнется одновременно обеими ногами и мягко приземлится на них. Прыжок ребенок выполняет 3 раза подряд. Результаты трех попыток заносятся в протокол.

ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ И СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ:

Методические пособия для педагогов:

1. «Программа воспитания и обучения в детском саду» М.А Васильевой.
М: Мозаика-синтез 2008 г.
2. «Физическое воспитание в детском саду» Э.Я. Степаненкова (Программа и методические рекомендации) М: Мозаика-синтез 2008 г.
3. Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой / авт.-сост. Т.Г. Анисимова.-Волгоград: Учитель, 2011.
4. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет. сада.-2-е изд., испр.-М.: Просвещение, 1987.

Средства обучения:

Технические средства обучения (магнитофон, бубен).
Учебно-наглядные пособия (папки передвижки)

Оборудование:

гимнастическая стенка,
гимнастические доски,
гимнастические скамейки,
ребристые дорожки,
дуги,
стойки для прыжков,
мячи, коррекционные мячи,
велосипеды,
сухой бассейн,
мешочки для метания,
обручи,
скакалки,
шнуры, платочки,
флажки,
лабиринты и другой инвентарь.
Тренажеры,
спортивные уголки.
Маски,
дидактические пособия (карточки для НОД).
Нестандартное оборудование.