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: | |

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
«Золотая рыбка»
Е.В. Маляева
«З1» 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.

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: практиче ской НОД | Количест во НОД | В том числе: практичес кой НОД |
| Сент | <u> </u> | ∟ 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 |
| Октя | брь «Осень» | | | l | |
| 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 |
| Нояб | рь «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» | | | | | | | | | |
| Декаб | брь « Мой любимые игрушки» | l | | | | | | | | |
| 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 | | | | | |
| Янва | рь « Зима» | L | | | | | | | | |
| 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 | | | | | |
| Февр | 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 | | | | | |

| Апре | ль « 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 |
| | Bcero: | 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

| No | | | 1,6 - | 3 лет |
|----------|-------------------------------------|-----|----------|----------|
| № п/п | Показатели | Пол | Начало | Конец |
| 11/11 | | | уч. года | уч. года |
| 1 | Croncotty Soro vo 10 v. o | M | 5,5 | 3,8 |
| 1 | Скорость бега на 10 м, с | Д | 5,5 | 3,8 |
| 2 | Vow 50 10 v o | M | 10,5 | 7,9 |
| 2 | Ходьба, 10 м, с | Д | 10,8 | 7,5 |
| 2 | П | M | 20 | 50 |
| 3 | Длина прыжка с места, см | Д | 20 | 40 |
| 4 | T | M | 159 | 291 |
| 4 | Дальность броска правой рукой, (см) | Д | 147 | 245 |
| 5 | Hawayaan Saaya yanay ayyay (ay) | M | 128 | 226 |
| 5 | Дальность броска левой рукой, (см) | 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 | 20 | | | Содержание (по разделу) | | П/игра, |
|----|-------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| № | П.Д. Ф. | нод | Задачи | Ходьба | Бег | ОРУ | ОВД | М/п/и |
| Бл | ток «Наш ли | обимый детсі | кий сад» | | | | | |
| 1 | | 1. «Воробыш ки 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 подгрупп ами и всей группой. | Бег подгрупп ами 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. «Воробыш ки» | 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 предмета ми. | Бег друг за другом между предмета ми. | (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 | Учить сохранять устойчивое | Ходьба | Бег по | (без предметов) – И.п.: стоя | - Ходьба | П/и «Поймай комара». |
|----|------------|-----------------------------------|---------------------|------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|
|] | ребята» | равновесие в ходьбе по | | | ноги на ширине плеч, руки | - <i>Лодвоа</i> между | П/и «Поимаи комара». М/п/и «Бегите к |
| | рсоятал | ограниченной площади. Упражнять | по кругу. Ходьба | кругу. Бег на | опущены; поднять руки | мсжду линиями. | флажкам» |
| | | в подпрыгивании на двух ногах на | | | | линиями. | флажкам» |
| | | | на | носках. | через стороны вверх, | | |
| | | месте. Воспитывать дружеское | носках. | | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | отношение между детьми. | Построен | | опустить, повторить (3-4р.) | | |
| | | | ие в круг. | | 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.) | | |
| 4. | 4. | Продолжать учить сохранять | «Слушай | «Слушай | (без предметов) – И.п.: стоя | -Бег по прямой. | П/и «Пешеходы» |
| | «Быстрые | устойчивое равновесие в ходьбе по | сигнал» - | сигнал» - | ноги на ширине плеч, руки | | М/п/и «Круг – |
| | ребята» | ограниченной площади. | ходьба и | ходьба и | опущены; поднять руки | | кружочек» |
| | | Продолжать упражнять в | бег по | бег по | через стороны вверх, | | |
| | | подпрыгивании на двух ногах на | сигналу | сигналу | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | месте. Воспитывать дружеское | воспитат | воспитат | опустить, повторить (3-4р.) | | |
| | | отношение между детьми. | еля. | еля. | 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.) | | |

| 5 | 5 | O | Varrés | Fan naaë | (a digagger) H z 1 azz - | Помитом | П/т «С тотти то тотти |
|-----|-----------------|-----------------------------------------|------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|
| 5. | 5. «Зайчик | Определить гибкость детей. | Ходьба | Бег всей | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Наклон | П/и «С кочки на кочку». |
| | (Заичик | | обычная, | группой | руки с флажком опущены; | туловища | П/и «Зайцы и волк» |
| | | движений. Воспитывать интерес к | на | за | поднять руки вперед, вверх, | вперед из | |
| | | подвижным играм. | носках. | воспитат | в стороны; И.п.: стоя, руки с | положения | |
| | | | Построен | елем | флажком опущены; | сидя. | |
| | | | ие в круг. | стайкой. | присесть, положить флажок | | |
| | | | | Бег на | на пол, выпрямиться, | | |
| | | | | носках. | 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.) | | |
| 6. | 6. «Зайк | Продолжать определять гибкость | Ходьба | Бег по | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Пролезание в | П/и Проползи через |
| | на | детей. Продолжать развивать силу, | по кругу. | кругу. | руки с флажком опущены; | обруч. | обруч» |
| | лужайке | координацию движений. | Ходьба | | поднять руки вперед, вверх, | | М/п/и «Круг − |
| | | Воспитывать интерес к подвижным | на | | в стороны; И.п.: стоя, руки с | | кружочек» |
| | | играм. | носках. | | флажком опущены; | | |
| | | • | | | | | |
| 1 1 | | | | | присесть, положить флажок | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, | | |
| | | | | | присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, | | |
| | | | | | присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с | | |
| | | | | | присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять | | |
| | | | | | присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: | | |
| | | | | | 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 | | |
| | | | | | 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, | | |
| | | | | | 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 | | |
| | | | | | 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 | | |
| | | | | | 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 | | |

| 7. | | 7. | Учить метать набивной мяч двумя | Ходьба | Бег всей | (без предметов) – И.п.: стоя | - Метание | П/и «Попади в круг». |
|----|--|----------|----------------------------------|------------|----------|------------------------------|--------------|----------------------|
| | | «Дружные | руками из-за головы. Развивать | обычная, | группой | ноги на ширине плеч, руки | набивного | 13 |
| | | ребята» | координацию. Воспитывать интерес | на | 3a | внизу; на сигнал воспитателя | мяча из-за | |
| | | 1 | к играм с мячом. | носках. | воспитат | «Птички машут | головы двумя | |
| | | | | Построен | елем | крылышками» дети делают | руками. | |
| | | | | ие в круг. | стайкой. | взмахи руками; И.п.: сидя на | 13 | |
| | | | | 13 | Бег на | полу, ноги врозь, руки на | | |
| | | | | | носках. | поясе; повороты тела | | |
| | | | | | | вправо-влево; И.п.: лежа на | | |
| | | | | | | спине, руки вдоль туловища; | | |
| | | | | | | поднять руки вверх, | | |
| | | | | | | опустить. (каждое упраж-е | | |
| | | | | | | повторять 3-4р.) | | |
| 8. | | 8. | Продолжать учить метать набивной | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | - Метание | П/и «Лохматый пёс» |
| | | «Весёлые | мяч двумя руками из-за головы. | обычная, | обычный. | ноги на ширине плеч, руки | набивного | М/п/и «Великаны и |
| | | ребята» | Продолжать развивать | на | Бег с | внизу; на сигнал воспитателя | мяча из-за | ГНОМЫ |
| | | | координацию. Воспитывать интерес | носках. | одного | «Птички машут | головы двумя | |
| | | | к играм с мячом. | Построен | края | крылышками» дети делают | руками. | |
| | | | | ие в круг. | площадк | взмахи руками; И.п.: сидя на | | |
| | | | | | и на др. | 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.) | | |

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

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

| 13 | 13. «Ловкие мышата» | Учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. | Ходьба всей группой | Бег всей группой за | (без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, | -Метание мешочков на дальность | П/и «Ловкие мыши» |
|----|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| | | Воспитывать желание быть сильным. | за воспитат елем стайкой. Ходьба на | воспитат елем стайкой. Бег на носках. | коснуться руками носков ног, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног | правой и левой рукой. | |
| | | | носках. Построен ие в круг. | | (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.) | | |
| 14 | 14. «Прыг да скок» | Продолжать учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Продолжать развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным. | Ходьба всей группой за воспитат елем стайкой. Ходьба на носках. Построен ие в круг. | Бег всей группой за воспитат елем 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. Построен ие в круг. | Бег обычный, на носках. Бег с одного края площадк и 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, | Продолжать учить катать мяч двумя | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | -Прокатывание | П/и «Чей колобок |
|----|------------|------------------------------------|------------|----------|--------------------------------|---------------|------------------------|
| | тише» | руками друг другу. Продолжать | обычная, | обычный, | ноги врозь, руки на поясе; | мяча. | дальше укатиться» |
| | | развивать координацию движений. | на | на | наклониться вперед, | | М/п/и «Тишина у пруда» |
| | | Воспитывать желание быть | носках. | носках. | коснуться руками колени, | | |
| | | сильным. | Построен | Бег с | вернуться в И.П., повторить | | |
| | | | ие в круг. | одного | (3-4р.); И.п.: лежа на спине, | | |
| | | | | края | руки вдоль туловища; | | |
| | | | | площадк | попеременное сгибание и | | |
| | | | | и на др. | разгибание ног (упраж-е | | |
| | | | | _ | «Жучки»); И.п.: стоя ноги на | | |
| | | | | | ширине плеч; наклоны в | | |
| | | | | | стороны, повторить (4-6р.) | | |
| 17 | 17. | Учить детей самостоятельно | Ходьба в | Бег в | (с платочками) – И.п.: сидя, | -Ходьба по | П/и «Найди свой домик» |
| | «Найди | входить на гимнастическую | колонне | колонне | руки опущены; поднять руки | г/скамейке | |
| | домик» | скамейку. Развивать равновесие при | по | по | вверх, показать воспитателю | (руки в | |
| | | ходьбе на повышенной опоре. | одному | одному | платочек, спрятать за спину, | стороны). | |
| | | Воспитывать положительное | за | за | повторить (4-6р.); И.п.: стоя | | |
| | | отношение к движениям, внимание. | воспитат | воспитат | ноги на ширине плеч, | | |
| | | | елем. | елем | платочек в обеих руках; | | |
| | | | Построен | | наклониться, касаясь | | |
| | | | ие в круг. | | платочком пола, вернуться в | | |
| | | | | | И.П., повторить (3-4р.); И.п.: | | |
| | | | | | лежа на спине, руки вдоль | | |
| | | | | | туловища; поднять ноги | | |
| | | | | | вверх, опустить, повторить | | |
| | | | | | (3-4p.) | | |

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

| 21 | 21. «Л | са Учить ходить по ограниченному | Ходьба в | Бег в | (с погремушками) – И.п.: | -Ходьба по | П/и «Лиса и куры». |
|----|--------|------------------------------------|---------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------|
| 21 | и куры | 1 | колонне | колонне | стоя, руки с погремушками | ребристой | пи минеа и куры». |
| | пкуры | равновесие, координацию движений | по | ПО | внизу; поднять руки вперед, | доске. | |
| | | в ходьбе по ограниченной площади. | одному, | одному, | показать погремушку и | доске. | |
| | | Способствовать развитию мышц | ходьба с | ходьба с | спрятать за спину, повторить | | |
| | | спины, укреплять стопу. | высоким | высоким | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, | | |
| | | Воспитывать смелость, | поднима | поднима | руки вдоль туловища; | | |
| | | самостоятельность. | нием | нием | поднять руки и ноги вверх, | | |
| | | | колена. | колена. | коснуться погремушками | | |
| | | | Построен | 11011211111 | стоп ног и опустить на пол, | | |
| | | | ие в круг. | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, | | |
| | | | 13 | | ноги свободно лежат на | | |
| | | | | | полу, руки на коленях; | | |
| | | | | | поднять руки в стороны – | | |
| | | | | | вверх, потянуться вверх, | | |
| | | | | | опустить руки, повторить (3- | | |
| | | | | | 4p.). | | |
| 22 | 22. | Продолжать учить ходить по | Ходьба в | Бег в | (с погремушками) – И.п.: | -Метание в | П/и «Лиса и куры». |
| | «Рыжа | ограниченному пространству. | колонне | колонне | стоя, руки с погремушками | горизонтальну | |
| | лисичк | » Продолжать развивать равновесие, | ПО | по | внизу; поднять руки вперед, | ю цель 2 | |
| | | координацию движений в ходьбе по | одному, | одному, | показать погремушку и | руками снизу | |
| | | ограниченной площади. | ходьба с | ходьба с | спрятать за спину, повторить | (2,5м). | |
| | | Продолжать способствовать | высоким | высоким | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, | -Ходьба по | |
| | | развитию мышц спины, укреплять | поднима | поднима | руки вдоль туловища; | ребристой | |
| | | стопу. Воспитывать смелость, | нием | нием | поднять руки и ноги вверх, | доске. | |
| | | самостоятельность. | колена. | колена. | коснуться погремушками | | |
| | | | | | | | |
| | | | Построен | | стоп ног и опустить на пол, | | |
| | | | Построен ие в круг. | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, | | |
| | | | - | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на | | |
| | | | - | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; | | |
| | | | - | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны — | | |
| | | | - | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны — вверх, потянуться вверх, | | |
| | | | - | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны — | | |

| 23 | | 23. | Упражнять в ходьбе между | Ходьба | Бег по | (с мячом) – И.п.: стоя, руки с | -Катание мяча | П/и «Поймай снежинку» |
|----|---|-----------|---------------------------------|------------|----------|------------------------------------------|----------------|------------------------|
| | | «Снежинк | предметами. Разучить игровые | обычная, | кругу. | погремушками внизу; | в ворота. | П/и «Мяч в ворота» П/и |
| | | и» | упражнения с мячом. Воспитывать | мелким, | Бег на | поднять руки вперед, | F | «Найди свой цвет» |
| | | 1277 | смелость, самостоятельность. | широким | носках. | показать мяч и спрятать за | | William Son Ason |
| | | | | шагом. | | 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.). | | |
| 24 | | 24. | Продолжать упражнять в ходьбе | Ходьба | Бег с | (с мячом) – И.п.: стоя, руки с | - Катание мяча | П/и «Мыши в кладовой». |
| | | «Мышки в | между предметами. Продолжать | обычная, | одного | погремушками внизу; | в ворота. | |
| | | кладовой» | разучивать игровые упражнения с | парами. | края | поднять руки вперед, | | |
| | | | мячом. Воспитывать смелость, | Построен | площадк | показать мяч и спрятать за | | |
| | | | самостоятельность. | ие в круг. | и на др. | 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 | | |
| 1 | 1 | 1 | | | 1 | стороны – вверх, потянуться | | |
| | | | | | | 1 - | | l l |
| | | | | | | вверх, опустить руки, повторить (3-4р.). | | |

| 25 | 25. | Упражнять в медленном беге. | Ходьба | Бег в | (с платочком) – И.п.: стоя | Бег в | П/и «Птица и птенчики». |
|----|----------|---------------------------------|----------|----------|--------------------------------|-----------|-------------------------|
| | «Птенчик | Разучить игру «Передача шаров». | по кругу | разных | ноги на ширине плеч, | медленном | · |
| | и» | Упражнять в равновесии. | С | направле | платочек в одной руке; | темпе. | |
| | | Воспитывать уверенность в своих | выполне | ниях | поднять руку с платочком | -Передача | |
| | | силах. | нием | | вверх, наклониться в одну и | шаров др. | |
| | | | заданий. | | другую стороны; то же | другу. | |
| | | | Перестро | | выполнить другой рукой; | | |
| | | | ение в | | повторить (3-4р.) каждой | | |
| | | | круг. | | 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- | | |
| | | | | | 4p.). | | |

| 26 | 26. «Комарик и» | Продолжать упражнять в медленном беге. Продолжать играть в игру «Передача шаров». Продолжать уупражнять в равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах. | Ходьба с в поднимани в разных направлен Перестроет Бег с измет темпа. | иях. ние по два. | (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 темпеПередача 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 поднима нием колена. | Бег подгрупп ами 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-бр.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-бр.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх — «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени — «Солнышко низко» (5-б.). | «Веселые затеи» -Ходьба по линииМетание на дальность. | П/и «По ровненьк ой дорожке» П/и «Угадай, кто кричит» |
| 28 | 28. «Озорные погремуш ки» | 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. Перестро ение в колонну по два. | Бег в разных направле ниях, по прямой и извилист ой дорожке. | (без предметов) — И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо — влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-бр.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-бр.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх — «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени — «Солнышко низко» (5-б.). | -Ползание на четверенька х между предметами. | П/и «Найди свой домик» |

| «Мои любии | иые игрушь | cu» | | | | | |
|------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| 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. Перестрое ние в колонну по два. | Бег по извилист ой 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. «Маленьк ие 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 направле ниях, по прямой, по кругу. Перестро ение в колонну по два. | Бег врассыпн ую, по кругу. | повторить (3-4р.). (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. | Учить сохранять равновесие при | Ходьба | Бег | (со стульчиком) – И.п.: стоя | -Ходьба по | «Разбегись не упади» |
|----|----------------|---------------------------------|----------------|----------|-------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------|
| 31 | эт. «Меткий | ходьбе по гимнастической | приставн | врассыпн | за стульчиком; держась за | -додьоа по гимнастическо | «Газоегись не упади» П/и «Меткий стрелок» |
| | | скамейке. Развивать координацию | приставн ЫМ | ую с | спинку, присесть и | й скамье. | ти «меткий стрелок» |
| | стрелок» | движений. Воспитывать желание | ым шагом | 3 | выпрямиться «Мышки в | и скамьс. | |
| | | | | препятст | | | |
| | | помогать товарищам. | вправо, | виями. | норке»; И.п.: сидя на стуле, | | |
| | | | влево. | | 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. | | |
| 32 | 32. | Продолжать учить сохранять | Ходьба в | Бег | (со стульчиком) – И.п.: стоя | - Ходьба по | П/и «Сними ленточку». |
| | «Играй с | равновесие при ходьбе по | разных | врассыпн | за стульчиком; держась за | гимнастическо | |
| | ленточкой | гимнастической скамейке. | направле | ую, по | спинку, присесть и | й скамье. | |
| | » | Продолжать развивать | ниях, по | кругу. | выпрямиться «Мышки в | | |
| | | координацию движений. | прямой, | | норке»; И.п.: сидя на стуле, | | |
| | | Воспитывать желание помогать | змейкой. | | руки на коленях; поднять | | |
| | | товарищам. | Перестро | | руки через стороны вверх, | | |
| | | | ение в | | опустить на колени, | | |
| | | | колонну | | повторить (4-5р.); И.п.: сидя | | |
| | | | по два. | | на стуле; руками держаться | | |
| | | | | | за сиденье сбоку, | | |
| | | | | | поочередно поднимать то | | |
| | | | | | одну, то другую ногу, | | |
| | | | | | повторить (4-5р.) каждой | | |
| | | | | | ногой. | | |

| 33 | | 33. | Учить сохранять устойчивое | Ходьба | Бег | (с кубиками) – И.п.: стоя | - Прыжки | П/и «Разбегись не |
|----|---|-------------|------------------------------------|----------|----------|---------------------------------|-----------------|----------------------------------|
| | | «Попрыгу | равновесие в ходьбе по | приставн | врассыпн | ноги на ширине плеч, руки | вверх, доставая | упади» |
| | | нчики» | ограниченной площади. Упражнять | ым | ую с | вдоль туловища; соединить | предмет. | унади» П/и «Достань снежинку» |
| | | II IIIKII// | в ходьбе, беге по кругу. Развивать | шагом | препятст | руки, не сгибая в локтях, | предмет. | тии «достань спежинку» |
| | | | ориентировку в пространстве. | вправо, | виями. | ударить кубик о кубик, | | |
| | | | Воспитывать уверенность. | влево. | DIDIWII. | развести руки в стороны, | | |
| | | | Восинтывать уверенность. | влево. | | 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.). | | |
| 34 | | 34. | Продолжать учить сохранять | Ходьба в | Бег | (с кубиками) – И.п.: стоя | -Ходьба по | П/и «Пилоты» |
| | | «Пилоты» | устойчивое равновесие в ходьбе по | разных | змейкой, | ноги на ширине плеч, руки | г/скамейке. | |
| | | | ограниченной площади. | направле | В | вдоль туловища; соединить | -Г/упражнение | |
| | | | Продолжать упражнять в ходьбе, | ниях, по | врассыпн | руки, не сгибая в локтях, | «Петушок». | |
| | | | беге по кругу. Продолжать | кругу, | ую, с | ударить кубик о кубик, | | |
| | | | развивать ориентировку в | змейкой. | остановк | развести руки в стороны, | | |
| | | | пространстве. Воспитывать | | ой. | повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, | | |
| | | | уверенность. | | | 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 | | |
| 1 | 1 | | 1 | 1 | I | кубиками ног, вернуться в | | |
| | | | | | | И.п., повторить (3-4р.). | | |

| 35 | 35. | Учить детей правильному хвату | Ходьба с | Бег в | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Лазание по | П/и «Сними ленточку». |
|-------------|----------|-------------------------------------|----------|----------|-------------------------------|------------------|------------------------------------------|
| | «Быстрые | руками за рейки гимнастической | перешаги | умеренно | руки с флажками опущены; | г/стенке. | 11,11 ((01111111111111111111111111111111 |
| | ребята» | стенки при влезании на нее. | ванием | м темпе. | поднять руки вперед, вверх, | -Метание | |
| | | Развивать глазомер, силу броска при | предмето | | в стороны, повторить (3-4р.); | мячей в | |
| | | метании мячей в вертикальную цель | B, C | | И.п.: то же; присесть, | вертикальную | |
| | | (высота 1,2м). Воспитывать интерес | остановк | | положить флажки на пол, | цель (1 - 1,2м). | |
| | | к выполняемым действиям. | ой по | | выпрямиться, показать руки | ¬(,=)· | |
| | | | сигналу. | | 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.). | | |
| 36 | 36 | Учить детей правильному хвату | Ходьба в | Бег | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Лазание по | П/и «Сними ленточку». |
| | «Маленьк | руками за рейки гимнастической | разных | змейкой, | руки с флажками опущены; | г/стенке. | |
| | ие | стенки при влезании на нее. | направле | В | поднять руки вперед, вверх, | -Метание | |
| | цыплятки | Развивать глазомер, силу броска при | ниях, по | врассыпн | в стороны, повторить (3-4р.); | мячей в | |
| | » | метании мячей в вертикальную цель | кругу, | ую, с | И.п.: то же; присесть, | вертикальную | |
| | | (высота 1,2м). Воспитывать интерес | змейкой. | остановк | положить флажки на пол, | цель (1 - 1,2м). | |
| | | к выполняемым действиям. | | ой. | 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 | | |
| n | | | | | И.п., повторить (5р.). | | |
| «3 | има» | | | | | | |

| 37 | 37. «Черепаш ки» | 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 перешаги ванием предмето в, с остановк ой по сигналу. | Бег в умеренно м 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. «Чудесны й 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. Перестро ение врассыпн ую. | Бег змейкой, врассыпн ую. | (без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?». | -Ходьба по г/скамейкеПрыжки из обруча в обруч. | П/и «Мыши в кладовой». |

| 20 | 1 20 | 37 | T.T./ | Г | () II | П | п/ р - |
|----|-----------|------------------------------------|-----------|-----------|-----------------------------|----------------|--------------------|
| 39 | 39. | Упражнять в ползании на | И/у | Бег | (с мешочком) – И.п.: сидя, | -Ползанье на | П/и «Зайцы и волк» |
| | «Зайчики» | четвереньках. Совершенствовать | «Возьми | змейкой, | держать мешочек в обеих | четвереньках. | |
| | | умение и навыки в бросании | кубик». | врассыпн | руках на коленях; поднять | -Бросание | |
| | | мешочков. Упражнять в умении | Дети | ую. | руки вверх, подтянуться, | мешочков | |
| | | катать мяч к друг другу. Развивать | идут по | | опустить руки на колени; | вдаль. | |
| | | ловкость. Воспитывать уверенность. | кругу, | | И.п.: стоя, руки внизу, в | | |
| | | | вокруг | | одной руке мешочек; | | |
| | | | снежков. | | положить мешочек на | | |
| | | | По | | голову, придерживать его | | |
| | | | сигналу | | сбоку обеими руками, не | | |
| | | | быстро | | торопясь, присесть, | | |
| | | | берут | | выпрямиться; И.п.: лежа на | | |
| | | | снежки в | | животе, мешочек в обеих | | |
| | | | руки. | | руках под подбородком; | | |
| | | | | | вытянуть руки вперед, | | |
| | | | | | показать мешочек, вернуться | | |
| | | | | | в И.п. (каждое упражнение | | |
| | | | | | повторяется 3-4 раза). | | |
| 40 | 40. | Продолжать упражнять в ползании | Ходьба | Бег в | (с мешочком) – И.п.: сидя, | -Ходьба с | П/и «Зайцы и волк» |
| | «Ловкие и | на четвереньках. Продолжать | по | колонне | держать мешочек в обеих | перешагивание | |
| | смелые» | совершенствовать умение и навыки | прямой, | по | руках на коленях; поднять | м через | |
| | | в бросании мешочков. Продолжать | по кругу, | одному с | руки вверх, подтянуться, | г/палки. | |
| | | упражнять в умении катать мяч к | змейкой. | остановк | опустить руки на колени; | -Ползание на | |
| | | друг другу. Продолжать развивать | Перестро | ой на | И.п.: стоя, руки внизу, в | четвереньках, | |
| | | ловкость. Воспитывать уверенность. | ение | сигнал. | одной руке мешочек; | подлезание под | |
| | | J 1 | врассыпн | Бег с | положить мешочек на | дугу. | |
| | | | ую. | изменени | голову, придерживать его | | |
| | | | | ем темпа. | 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). | | |
| | | 1 | 1 | l | i iiudiuudiuk j-4 basai. | | |

| 41 | | 41. | Учить детей катать мяч к друг | Ходьба с | Бег с | (со стульчиком) – И.п.: стоя | -Катание мяча | И/упражнения на гим. |
|-----|-----------|------------------|-----------------------------------|----------|----------|------------------------------|---------------|----------------------|
| 71 | | «Ловкие и | другу. Знакомить с игровыми | ускорени | ускорени | за стульчиком; держась за | к друг другу. | скамье: |
| | | быстрые» | упражнениями с мячом. Развивать | ем и | ем и | спинку, присесть и | - Игровые | «Быстро вниз» |
| | | оветрые» | силу, выносливость, координацию | замедлен | замедлен | выпрямиться; И.п.: сидя на | упражнения с | «Чем дальше, тем |
| | | | движений. Воспитывать | ием | ием | стуле, руки на коленях; | мячом. | лучше» |
| | | | самостоятельность. | темпа. | темпа. | поднять руки через стороны | Will Town. | ory interv |
| | | | Came Township Town | TOMITA. | 1 CMIII. | 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.). | | |
| 42 | | 42. «Мой | Продолжать учить детей катать мяч | Ходьба в | Бег | (со стульчиком) – И.п.: стоя | -Бег | П/и «Самолеты» |
| | | веселый | к друг другу. Продолжать | разных | змейкой, | за стульчиком; держась за | врассыпную. | М/п/и «Кто ушел» |
| | | мяч» | знакомить с игровыми | направле | на | спинку, присесть и | -Подлезание | |
| | | | упражнениями с мячом. | ниях. | носках, | выпрямиться; И.п.: сидя на | под шнур. | |
| | | | Продолжать развивать силу, | Перестро | врассыпн | стуле, руки на коленях; | | |
| | | | выносливость, координацию | ение в | ую. | поднять руки через стороны | | |
| | | | движений. Воспитывать | колонну | | вверх, сделать хлопок, | | |
| | | | самостоятельность. | по два. | | 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.). | | |
| «Од | цежда и (| обувь» «Транспој |)T» | | | | | |

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

| 46 | 46. | Продолжать учить прыгать в длину | Ходьба в | Бег по | (без предметов) – И.п.: стоя | -Ходьба по | Н/п/и «Ручейки и озера» |
|----|----------------|----------------------------------|----------|----------|---------------------------------------------|---------------|---------------------------|
| 40 | 40. «Весёлі | | колонне | прямой, | ноги на ширине плеч; | г/скамейке c | П/и «Кто как |
| | ручейкі | * * * | по два. | извилист | повороты вправо-влево, | перешагивание | передвигается». |
| | рученкі | Воспитывать самостоятельность, | Перестро | ой | повторить (4-6р.), в каждую | м через | передвигается». |
| | | | ение в | | сторону; И.п.: стоя ноги | • | |
| | | уверенность. | | дорожке, | врозь, руки за спиной; | предметы. | |
| | | | колонну | В | | | |
| | | | по два. | медленно | наклониться вперед, коснуться руками носков | | |
| | | | | м темпе. | ног, вернуться в И.п., | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | повторить (3-4р.); И.п.: лежа | | |
| | | | | | на спине, руки вдоль | | |
| | | | | | туловища; попеременное | | |
| | | | | | сгибание и разгибание ног | | |
| 47 | 47. | Учить ходьбе, согласовывать | Varréan | Fan n | (упражнение «Жучки»). | - Ходьба по | II/v (a va v Kaž v Kapav) |
| 47 | | | Ходьба в | Бег в | (с ленточками) – И.п.: стоя | | П/и (с ходьбой и бегом) |
| | «Птичк | 1 ** | колонне | медленно | ноги на ширине плеч, руки с | прямой | «Птички в гнездышках». |
| | гнезды | 1 | ПО | м темпе. | ленточками вдоль туловища; | дорожке | |
| | ax» | выполняемым действиям. | одному, | | поднять руки вверх, | | |
| | | | приставн | | помахать ленточками, | | |
| | | | ЫМ | | опустить, повторить (4-6р.); | | |
| | | | шагом, | | И.п.: стоя ноги на ширине | | |
| | | | змейкой. | | 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.). | | |

| 40 | 1 | 40 .M | П | V | Г | (H | 1/ | П/ Р |
|----|---|-----------|-----------------------------------|----------|-----------|-------------------------------|----------------|------------------------|
| 48 | | 48. «Мы | Продолжать учить ходьбе, | Ходьба в | Бег по | (с ленточками) – И.п.: стоя | -Катание мяча | П/и «Воробышки и |
| | | едем, | согласовывать движения рук и ног. | колонне | кругу с | ноги на ширине плеч, руки с | друг другу. | автомобиль» |
| | | едем, | Воспитывать интерес к | ПО | остановк | ленточками вдоль туловища; | -Катание мяча | |
| | | едем» | выполняемым действиям. | одному, | ой на | поднять руки вверх, | 2 руками, | |
| | | | | по два. | сигнал, с | помахать ленточками, | одной рукой. | |
| | | | | Перестро | поворота | опустить, повторить (4-6р.); | -Бросание мяча | |
| | | | | ение в | ми. | И.п.: стоя ноги на ширине | вверх, и ловля | |
| | | | | колонну | | плеч, руки с ленточками в | его. | |
| | | | | по два. | | 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.). | | |
| 49 | | 49. | Учить выполнять ведущую роль в | Ходьба в | Бег в | (с мячом) – И.п.: стоя ноги | - Ходьба | П/и «Снежинки и ветер» |
| | | «Ветерок» | подвижной игре. Закреплять умение | колонне | медленно | на ширине плеч, мяч в обеих | | М/п/и «Холодно-жарко». |
| | | 1 | бегать с согласованными | по | м темпе. | руках у груди; выпрямить | | 1 |
| | | | движениями рук и ног. Развивать | одному, | | руки вперед, показать мяч, | | |
| | | | быстроту. Воспитывать активность, | приставн | | вернуться в И.п., повторить | | |
| | | | самостоятельность. | ым | | (5р.); И.п.: стоя ноги на | | |
| | | | | шагом, | | ширине плеч, мяч в обеих | | |
| | | | | змейкой. | | 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.). | | |
| | | 1 | | | | ь п.п., повторить (э-тр.). | | |

| 50 | 50. «Снежинк и 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. Перестро ение врассыпн ую. | Бег змейкой, врассыпн ую, 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 вправовлево, 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 как | ad wawan | | | | сидя ноги вместе; наклониться вперед, касаясь мячом носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.). | | |
| 51 | 51. «Снежинк и 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, приставн ым шагом, змейкой. | Бег в медленно м 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 перешагивание м 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 поднима нием колена, Перестро ение в колонну по два. | Бег в разных направле ниях, 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 перешагивание м 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, врассыпн ую, 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» |

| <i>5</i> 4 | 1 | 54 D | П | W _ C | Г | () II - | П | П/- (- С |
|------------|---|----------|-----------------------------------|-----------|----------|------------------------------------|-----------------|------------------------|
| 54 | | 54. «Вот | Продолжать развивать умение | Ходьба | Бег | (с ленточками) – И.п.: стоя | -Прыжки на | П/и (с бросание и |
| | | какие мы | выполнять движения в соответствии | парами, | врассыпн | ноги на ширине плеч, руки с | двух ногах из | ловлей) «Мяч в кругу». |
| | | большие» | с текстом, изменять движения в | Ходьба с | ую. | ленточками внизу; поднять | обруча в обруч. | |
| | | | соответствии с образом, энергично | высоким | | руки вверх, опустить, | -Прокатывание | |
| | | | отталкиваться в прыжках на двух | поднима | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя | мяча между | |
| | | | ногах, катать мяч в заданном | нием | | ноги на ширине плеч, руки с | предметами. | |
| | | | направлении. Воспитывать | колена, с | | ленточками внизу; | | |
| | | | активность, самостоятельность. | поворото | | одновременно отводить руки | | |
| | | | | М. | | вперед-назад, повторить (5- | | |
| | | | | Перестро | | 6р.); И.п.: сидя ноги вместе, | | |
| | | | | ение в | | руки с ленточками впереди; | | |
| | | | | колонну | | повернуть вправо-влево, | | |
| | | | | по три. | | 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 -4p.). | | |
| 55 | | 55. | Развивать умение быстро | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | -Ходьба | П/и «Мыши в кладовой» |
| | | «Мышата | реагировать на сигнал. Развивать | парами, | врассыпн | ноги на ширине плеч, руки | переменным | |
| | | в норке» | умение сохранять равновесие при | Ходьба с | ую. | на поясе; повороты | шагом через | |
| | | | ходьбе по ограниченной плоскости. | высоким | | туловища вправо-влево, | шнуры. | |
| | | | Воспитывать активность, | поднима | | повторить (3 -4р.) в каждую | -Подлезание | |
| | | | самостоятельность. | нием | | сторону; И.п.: то же; | под шнур. | |
| | | | | колена, с | | наклоны вперед, в стороны, | | |
| | | | | поворото | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя | | |
| | | | | M. | | 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- | | |
| | | | | | | маленькие», повторить (3- 4р.). | | |

| 56 | 5.6 | Персия полити портирова из со | V | Гопо | (5an manusanan) II m (| V | П/ч «Сченични по |
|----|----------|------------------------------------|-----------|-----------|--------------------------------|-----------------|-------------------------|
| 56 | 56. | Продолжать развивать умение | Ходьба с | Бег с | (без предметов) – И.п.: стоя | -Ходьба по | П/и «Снежинки и ветер». |
| | «Падает, | быстро реагировать на сигнал. | остановк | остановк | ноги на ширине плеч, руки | г/скамейке | |
| | падает | Продолжать развивать умение | ой на | ой на | на поясе; повороты | приставным | |
| | снег» | сохранять равновесие при ходьбе по | сигнал, с | сигнал, с | туловища вправо-влево, | шагом. | |
| | | ограниченной плоскости. | выполне | выполне | повторить (3 -4р.) в каждую | - | |
| | | Воспитывать активность, | нием | нием | сторону; И.п.: то же; | Самостоятельн | |
| | | самостоятельность. | заданий. | заданий. | наклоны вперед, в стороны, | ое вхождение | |
| | | | Перестро | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя | на г/скамейку и | |
| | | | ение в | | на четвереньках; поднять | спрыгивание с | |
| | | | колонну | | одну руку вверх, опустить, | активным | |
| | | | по три. | | то же выполнить другой | взмахом рук. | |
| | | | | | 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- | | |
| | | | | | 4p.). | | |
| 57 | 57. | Развивать умение мягко | Ходьба | Бег по | (с флажками) – И.п.: стоя | -Прыжки из | П/и «С кочки на кочку» |
| | «Прыг, | приземляться при выполнении | приставн | кругу. | ноги на ширине плеч, | обруча в обруч. | П/и «Бегите ко мне!» |
| | прыг, | прыжка. Упражнять в умении бегать | ЫМ | | флажки в опущенных руках; | -Бег | |
| | скок» | врассыпную, не наталкиваясь друг | шагом, | | поднять флажки через | врассыпную. | |
| | | на друга; быстро реагировать на | змейкой. | | стороны, помахать ими, | | |
| | | сигнал. Воспитывать активность, | | | вернуться в И.п., повторить | | |
| | | самостоятельность. | | | (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.). | | |

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

| 59 | 59. | Развивать равновесие при ходьбе по | Ходьба | Бег | (с платочками) – И.п.: стоя | -Ходьба по | П/и «Воробушки и кот» |
|----|-----------|------------------------------------|-----------|----------|-------------------------------|----------------|-----------------------|
| | «Воробыш | шнуру. Закреплять умение катать | по | змейкой, | ноги на ширине плеч, | шнуру. | |
| | ки и кот» | мяч в заданном направлении. | прямой, | врассыпн | платочек в одной руке; | - Катание мяча | |
| | | Развивать ориентировку в | по кругу, | ую, в | поднять руку с платочком | в заданном | |
| | | пространстве. Воспитывать | змейкой. | быстром | вверх, наклониться в одну и | направлении. | |
| | | инициативу. | | темпе. | 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- | | |
| | | | | | 4p.). | | |

| 60 | | 60. | Продолжать развивать равновесие | Ходьба с | Бег с | (с платочками) – И.п.: стоя | - Ходьба по | П/и «Солнышко и |
|-----|-------|----------|---------------------------------|-----------|-----------|-------------------------------|----------------|-----------------|
| | | «Солнышк | при ходьбе по шнуру. Закреплять | остановк | остановк | ноги на ширине плеч, | г/скамейке, | дождик». |
| | | о и | умение катать мяч в заданном | ой на | ой на | платочек в одной руке; | г/упр. | |
| | | дождик» | направлении. Развивать | сигнал, с | сигнал, с | поднять руку с платочком | «Петушок». | |
| | | | ориентировку в пространстве. | выполне | выполне | вверх, наклониться в одну и | -Спрыгивание | |
| | | | Воспитывать инициативу. | нием | нием | другую сторону; то же | с г/скамейки, | |
| | | | | заданий. | заданий. | выполнить другой рукой; | как «Кенгуру». | |
| | | | | Перестро | | повторить (3-4р.) каждой | | |
| | | | | ение в | | рукой; И.п.: сидя, ноги | | |
| | | | | колонну | | вытянуты, платочек в одной | | |
| | | | | по два. | | 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- | | |
| | | | | | | 4p.). | | |
| «Be | есна» | | | | | | | |

| 61 | 61. | Закреплять знание понятий | Построен | Бег в | (с погремушкой) – И.п.: стоя | -Ходьба, бег в | Н/п/и «Рыбаки и рыбки» |
|----|------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------|
| | «Рыбки | «колонна». Учить детей | ие в | среднем | ноги на ширине плеч, | колонне. | П/и «Мыши и кот» |
| | плавают» | самостоятельно строиться в | колонне | темпе. | погремушка в одной руке; | -Прыжки в | |
| | | колонну. Совершенствовать | по | | руки поднять вверх, | колонне. | |
| | | строевые упражнения в играх. | одному, | | наклониться в одну и другую | | |
| | | Воспитывать активность, | ходьба и | | сторону упражнение «Часы | | |
| | | самостоятельность. | бег в | | идут»), повторить (2-3р.); | | |
| | | | среднем | | И.п.: то же; погремушка в | | |
| | | | темпе. | | 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.). | | |
| 62 | 62. | Продолжать закреплять знание | Ходьба | Бег | (с погремушкой) – И.п.: стоя | -Бег с | П/и «День - ночь». |
| | «Найди | понятий «колонна». Продолжать | врассыпн | врассыпн | ноги на ширине плеч, | выполнением | М/п/и «Найди свой |
| | свой цвет» | учить детей самостоятельно | ую на | ую на | погремушка в одной руке; | заданий: | цвет» |
| | , | | | | | | |
| | , | строиться в колонну. Продолжать | носках, с | носках. | руки поднять вверх, | (остановка по | |
| | , | строиться в колонну. Продолжать совершенствовать строевые | носках, с высоким | носках. | руки поднять вверх, наклониться в одну и другую | (остановка по сигналу, в | |
| | · | | | носках. | 1 | ` | |
| | , | совершенствовать строевые | высоким | носках. | наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); | сигналу, в | |
| | , | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима | носках. | наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в | сигналу, в указанное | |
| | , | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима нием | носках. | наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2- | сигналу, в указанное место, убегать | |
| | · | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима нием колена, | носках. | 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, | сигналу, в указанное место, убегать от | |
| | | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима нием колена, змейкой. | носках. | наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2- | сигналу, в указанное место, убегать от | |
| | | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима нием колена, змейкой. Перестро | носках. | 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, | сигналу, в указанное место, убегать от | |
| | | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима нием колена, змейкой. Перестро ение в | носках. | 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 | сигналу, в указанное место, убегать от | |
| | | совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать | высоким поднима нием колена, змейкой. Перестро ение в колонну | носках. | 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 | сигналу, в указанное место, убегать от | |

| 63 | 63. «Мы | Учить бросать небольшие предметы | Ходьба | Бег | (с шишками) – И.п.: стоя | -Метание в | П/и «Пилоты» |
|----|-----------|-----------------------------------|----------|----------|--------------------------------|---------------|--------------|
| | полетели» | в цель (2-3 м). Закреплять умение | врассыпн | врассыпн | ноги вместе, шишку держать | цель (2-3 м). | |
| | | прыгать через предметы, | ую. | ую | обеими руками впереди; | - Прыжки | |
| | | отталкиваясь ногами. Развивать | | | положить руки за спину – | через | |
| | | ловкость, глазомер. Воспитывать | | | «Спрятать шишку» - и | предметы, | |
| | | желание заниматься вместе с | | | показать ее воспитателю, | отталкиваясь | |
| | | детьми. | | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя, | ногами. | |
| | | | | | 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.). | | |

| 64 | 64. | Продолжать учить бросать | Ходьба | Бег | (с шишками) – И.п.: стоя | -Метание в | Н/п/и «Рыбаки и рыбки» |
|----|----------------|-------------------------------------|-----------|------------------|--------------------------------|---------------|------------------------|
| 04 | 04. «Поймай | небольшие предметы в цель (2-3 м). | врассыпн | врассыпн | ноги вместе, шишку держать | цель (2-3 м). | тин м вюжи и рыски» |
| | рыбку» | Продолжать закреплять умение | • | _ | обеими руками впереди; | - Прыжки | |
| | рыоку» | | ую на | ую на носках. | положить руки за спину – | • | |
| | | прыгать через предметы, | носках, с | носках. | 1 | через | |
| | | отталкиваясь ногами. Продолжать | высоким | | «Спрятать шишку» - и | предметы, | |
| | | развивать ловкость, глазомер. | поднима | | показать ее воспитателю, | отталкиваясь | |
| | | Воспитывать желание заниматься | нием | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя, | ногами. | |
| | | вместе с детьми. | колена. | | держать шишку в одной рук; | | |
| | | | Перестро | | присесть, положить шишку | | |
| | | | ение в | | на пол, выпрямиться, руки | | |
| | | | колонну | | спрятать за спину (по | | |
| | | | по два. | | 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.). | | |
| 65 | 65. | Упражнять в катании мяча. Учить | Ходьба с | Бег в | (с флажками) – И.п.: стоя | -Катание мяча | П/и «Попади в обруч». |
| | «Попади в | бросать мяч и ловить его. Знакомить | высоким | разных | ноги на ширине плеч, руки с | в заданном | |
| | обруч» | с техникой метания мяча в цель во | поднима | направле | флажками вдоль туловища; | направлении. | |
| | 1.0 | время игры «Попади в обруч». | нием | ниях, | поднять руки вверх, | -Бросание и | |
| | | Воспитывать самостоятельность, | колена, | змейкой. | помахать ими, опустить, | ловля мяча. | |
| | | активность. | | | повторить (4-6р.); И.п.: стоя | -Метание в | |
| | | | | | на ширине плеч, руки с | цель. | |
| | | | | | 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.). | | |
| L | | | | | повторить (э-тр.). | | |

| 66 | 66. | Продолжать упражнять в катании | Ходьба с | Бег в | (с флажками) – И.п.: стоя | -Катание мячей | П/и «Птицы и |
|-----|-------------|-----------------------------------|----------|-------------------|---------------------------------------|----------------|--------------------|
| | «Птички» | мяча. Продолжать учить бросать | высоким | разных | ноги на ширине плеч, руки с | друг другу. | автомобиль». |
| | WITH TRIII/ | мяч и ловить его. Продолжать | поднима | направле | флажками вдоль туловища; | -Катание мячей | abiomoomib//. |
| | | знакомить с техникой метания мяча | нием | направле | поднять руки вверх, | между | |
| | | | | ниях, змейкой. | | _ | |
| | | в цель во время игры «Попади в | колена, | змеикои. | помахать ими, опустить, | предметами. | |
| | | обруч». Воспитывать | Перестро | | повторить (4-6р.); И.п.: стоя | -Бросание | |
| | | самостоятельность, активность. | ение в | | на ширине плеч, руки с | одной рукой | |
| | | | колонну | | флажками у плеч; присесть, | через сетку. | |
| | | | по два. | | 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.). | | |
| 67 | 67. | Учить осознанно, относиться к | Ходьба | Бег | (с мячом) – И.п.: стоя, | -Бег | H/п/и «Охотники и |
| | «Зайки | выполнению правил. | обычная, | врассыпн | держать мяч обеими руками; | врассыпную, | зайцы» |
| | побегайки | Совершенствовать ориентировку в | приставн | ую. | поднять его вверх, | ориентировка в | П/и «Лохматый пес» |
| | » | пространстве. Развивать у детей | ЫМ | | потянуться, опустить, | пространстве. | М/п/и «Эхо». |
| | | организованность, творчество, | шагом, | | повторить (3-4р.); И.п.: сидя | | |
| | | умение поддерживать дружеские | врассыпн | | ноги врозь, мяч держать | | |
| | | взаимоотношения со сверстниками. | ую. | | обеими руками; наклониться | | |
| | | | Перестро | | вперед, коснуться мячом | | |
| | | | ение в | | пола между ног, | | |
| | | | колонну | | выпрямиться, повторить (4- | | |
| | | | по три. | | 5р.); И.п.: стоя, держать мяч | | |
| | | | | | обеими руками, руки внизу; | | |
| | | | | | присесть, коснуться мячом | | |
| 1 1 | 1 1 | 1 | 1 | I | | | |
| | | | | | пола, выпрямиться, повторить (4-5р.). | | |

| 68 | | 68. | Продолжать учить осознанно, | Ходьба | | (с мячом) – И.п.: стоя, | -Лазание по | П/и «Ловкие зайчата». |
|-----|--------------|----------|-----------------------------------|----------|----------|--------------------------------|----------------|-----------------------|
| | | «Ловкие | относиться к выполнению правил. | парами. | Бег в | держать мяч обеими руками; | г/стенке. | |
| | | зайчата» | Продолжать совершенствовать | Ходьба с | разных | поднять его вверх, | -Бросание мяча | |
| | | | ориентировку в пространстве. | высоким | направле | потянуться, опустить, | о пол и ловля | |
| | | | Продолжать развивать у детей | поднима | ниях, | повторить (3-4р.); И.п.: сидя | его (2-3 раза | |
| | | | организованность, творчество, | нием | змейкой. | ноги врозь, мяч держать | подряд). | |
| | | | умение поддерживать дружеские | колена. | | обеими руками; наклониться | 1 . , | |
| | | | взаимоотношения со сверстниками. | Перестро | | вперед, коснуться мячом | | |
| | | | • | ение в | | пола между ног, | | |
| | | | | колонну | | выпрямиться, повторить (4- | | |
| | | | | по три. | | 5р.); И.п.: стоя, держать мяч | | |
| | | | | | | обеими руками, руки внизу; | | |
| | | | | | | присесть, коснуться мячом | | |
| | | | | | | пола, выпрямиться, | | |
| | | | | | | повторить (4-5р.). | | |
| «Bo | т и лето при | шло!» | | | | | | |
| 69 | | 69. | Учить свободно, ориентироваться в | Ходьба с | Бег с | (без предметов) – И.п.: стоя | Бег и ходьба | П/и «Пугало» |
| | | «Дождик, | пространстве с выполнением | выполне | ускорени | ноги на ширине плеч, руки | врассыпную, | |
| | | дождик | заданий. Развивать скорость бега, | нием | ем. | опущены; поднять руки | ориентировка в | |
| | | лей, лей | быстроту реакции, внимание. | заданий. | | через стороны вверх, | пространстве. | |
| | | » | Воспитывать смелость, | | | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | | самостоятельность. | | | 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.). | | |

| 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 поднима нием колена, с поворото м. Перестро ение | Бег врассыпн ую. | (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 поднима нием колена, Перестро ение в колонну по два. | Бег в разных направле ниях, 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 | Продолжать совершенствовать бег с | Ходьба с | Бег с | (с кубиками) – И.п.: стоя | -Бег в | П/и «Ловишки» |
|----|----------|-----------------------------------|-----------|-----------|-------------------------------|-----------|---------------|
| | иду тебя | изменением темпа, с остановкой на | остановк | остановк | ноги вместе, в каждой руке | умеренном | |
| | искать» | сигнал. Продолжать учить | ой на | ой на | кубик; поднять руки вверх, | темпе. | |
| | | действовать в разных условиях, | сигнал, с | сигнал, с | ударить кубик о кубик и | | |
| | | бегать с согласованными | выполне | выполне | опустить руки в стороны, | | |
| | | движениями рук и ног. Продолжать | нием | нием | повторить (4-5р.); И.п.: лежа | | |
| | | развивать быстроту, выносливость, | заданий. | заданий. | на животе, руки прямые | | |
| | | глазомер. Воспитывать смелость. | Перестро | | впереди на полу; поднять | | |
| | | | ение в | | руки от пола, развести их в | | |
| | | | колонну | | стороны, кратковременно | | |
| | | | по два. | | 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.). | | |

| 73 | 73. | Упражнять в ходьбе и беге в разных | Ходьба с | Бег с | (с платочком) – И.п.: стоя, | -Ходьба и бег в | П/и «Ежик» |
|----|---------|------------------------------------|----------|----------|-------------------------------|-----------------|------------|
| 13 | | | | | | | П/И «ЕЖИК» |
| | «Ежики» | направлениях, прыгать с | выполне | ускорени | держать платочек обеими | разных | |
| | | продвижением вперед. Упражнять в | нием | ем. | руками за углы; взмахнуть | направлениях | |
| | | подлезании под дугу. Развивать | заданий. | | платочком и поднять его над | | |
| | | скорость бега, быстроту реакции, | | | головой, опустить вниз, | | |
| | | внимание. Воспитывать | | | повторить (4-6р.); И.п.: сидя | | |
| | | самостоятельность. | | | 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- | | |
| | | | | | бр.); 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- | | |
| | | | | | 6p.). | | |

| 74 | 74. | Продолжать упражнять в ходьбе и | Ходьба с | Бег с | (с платочком) – И.п.: стоя, | - Ходьба и бег | П/и «Ежик» |
|----|----------|-----------------------------------|----------|----------|-------------------------------|----------------|-------------|
| /4 | | | | | | | 11/4 (LANK) |
| | «Ежики | беге в разных направлениях, | выполне | ускорени | держать платочек обеими | в разных | |
| | собирают | прыгать с продвижением вперед. | нием | ем. | руками за углы; взмахнуть | направлениях | |
| | яблоки» | Продолжать упражнять в | заданий. | | платочком и поднять его над | | |
| | | подлезании под дугу. Продолжать | | | головой, опустить вниз, | | |
| | | развивать скорость бега, быстроту | | | повторить (4-6р.); И.п.: сидя | | |
| | | реакции, внимание. Воспитывать | | | ноги врозь, платочек | | |
| | | самостоятельность. | | | 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- | | |
| | | | | | 6p.). | | |

Приложение2

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

| | Дата | Форма | 20 | | | Содержание (по разделу) | | П/игра, |
|----|------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| № | П.Д. Ф. | нод | Задачи | Ходьба | Бег | ОРУ | ОВД | М/п/и |
| «Н | аш любимыі | і детский сад | » | | | | | |
| 1 | | 1. «Воробыш ки 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 подгрупп ами и всей группой. | Бег подгрупп ами 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. «Воробыш ки» | 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 предмета ми. | Бег друг за другом между предмета ми. | (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 | Учить сохранять устойчивое | Ходьба | Бег по | (без предметов) – И.п.: стоя | - Ходьба | П/и «Поймай комара». |
|----|------------|-----------------------------------|---------------------|------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|
| 3 | ребята» | равновесие в ходьбе по | | | ноги на ширине плеч, руки | - <i>Лодвоа</i> между | П/и «Поимаи комара». М/п/и «Бегите к |
| | рсоятал | ограниченной площади. Упражнять | по кругу. Ходьба | кругу. Бег на | опущены; поднять руки | мсжду линиями. | флажкам» |
| | | в подпрыгивании на двух ногах на | | | | линиями. | флажкам» |
| | | | на | носках. | через стороны вверх, | | |
| | | месте. Воспитывать дружеское | носках. | | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | отношение между детьми. | Построен | | опустить, повторить (3-4р.) | | |
| | | | ие в круг. | | 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.) | | |
| 4. | 4. | Продолжать учить сохранять | «Слушай | «Слушай | (без предметов) – И.п.: стоя | -Бег по прямой. | П/и «Пешеходы» |
| | «Быстрые | устойчивое равновесие в ходьбе по | сигнал» - | сигнал» - | ноги на ширине плеч, руки | | М/п/и «Круг – |
| | ребята» | ограниченной площади. | ходьба и | ходьба и | опущены; поднять руки | | кружочек» |
| | | Продолжать упражнять в | бег по | бег по | через стороны вверх, | | |
| | | подпрыгивании на двух ногах на | сигналу | сигналу | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | месте. Воспитывать дружеское | воспитат | воспитат | опустить, повторить (3-4р.) | | |
| | | отношение между детьми. | еля. | еля. | 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.) | | |

| | 1 - | | 37 6 | Б у | / 1 \ TT | 7.7 | TI/ C |
|----|-----------|-----------------------------------|------------|----------|-------------------------------|---------------|-------------------------|
| 5. | 5. | Определить гибкость детей. | Ходьба | Бег всей | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Наклон | П/и «С кочки на кочку». |
| | «Зайчики» | Развивать силу, координацию | обычная, | группой | руки с флажком опущены; | туловища | П/и «Зайцы и волк» |
| | | движений. Воспитывать интерес к | на | за | поднять руки вперед, вверх, | вперед из | |
| | | подвижным играм. | носках. | воспитат | в стороны; И.п.: стоя, руки с | положения | |
| | | | Построен | елем | флажком опущены; | сидя. | |
| | | | ие в круг. | стайкой. | присесть, положить флажок | | |
| | | | | Бег на | на пол, выпрямиться, | | |
| | | | | носках. | 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.) | | |
| 6. | 6. «Зайки | Продолжать определять гибкость | Ходьба | Бег по | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Пролезание в | П/и Проползи через |
| | на | детей. Продолжать развивать силу, | по кругу. | кругу. | руки с флажком опущены; | обруч. | обруч» |
| | лужайке» | координацию движений. | Ходьба | | поднять руки вперед, вверх, | | М/п/и «Круг − |
| | | Воспитывать интерес к подвижным | на | | в стороны; И.п.: стоя, руки с | | кружочек» |
| | | играм. | носках. | | 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.) | | |

| 7. | 7. | Учить метать набивной мяч двумя | Ходьба | Бег всей | (без предметов) – И.п.: стоя | - Метание | П/и «Попади в круг». |
|----|----------|----------------------------------|------------|----------|------------------------------|--------------|----------------------|
| | «Дружные | руками из-за головы. Развивать | обычная, | группой | ноги на ширине плеч, руки | набивного | |
| | ребята» | координацию. Воспитывать интерес | на | за | внизу; на сигнал воспитателя | мяча из-за | |
| | 1 | к играм с мячом. | носках. | воспитат | «Птички машут | головы двумя | |
| | | | Построен | елем | крылышками» дети делают | руками. | |
| | | | ие в круг. | стайкой. | взмахи руками; И.п.: сидя на | 1. | |
| | | | | Бег на | полу, ноги врозь, руки на | | |
| | | | | носках. | поясе; повороты тела | | |
| | | | | | вправо-влево; И.п.: лежа на | | |
| | | | | | спине, руки вдоль туловища; | | |
| | | | | | поднять руки вверх, | | |
| | | | | | опустить. (каждое упраж-е | | |
| | | | | | повторять 3-4р.) | | |
| 8. | 8. | Продолжать учить метать набивной | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | - Метание | П/и «Лохматый пёс» |
| | «Весёлые | мяч двумя руками из-за головы. | обычная, | обычный. | ноги на ширине плеч, руки | набивного | М/п/и «Великаны и |
| | ребята» | Продолжать развивать | на | Бег с | внизу; на сигнал воспитателя | мяча из-за | ГНОМЫ |
| | | координацию. Воспитывать интерес | носках. | одного | «Птички машут | головы двумя | |
| | | к играм с мячом. | Построен | края | крылышками» дети делают | руками. | |
| | | | ие в круг. | площадк | взмахи руками; И.п.: сидя на | | |
| | | | | и на др. | 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.) | | |

| 9. | | 9. | Учить детей ходьбе и бегу по кругу; | Ходьба | Бег всей | (с погремушками) – И.п.: | -Ходьба между | П/и «Птички и |
|------------|-------|----------|-------------------------------------|------------|----------|----------------------------------------------|---------------|-----------------------|
| | | «Звонкие | сохранять равновесие. | всей | группой | сидя на полу; поднять | двумя линиями | птенчики» |
| | | погремуш | Совершенствовать умение | группой | 3a | погремушки верх, опустить; | (2-2,5м). | |
| | | ки» | реагировать на сигнал. | 3a | воспитат | И.п.: стоя; присесть, | , , , | |
| | | | | воспитат | елем | положить погремушку на | | |
| | | | | елем | стайкой. | пол, выпрямиться, хлопнуть | | |
| | | | | стайкой. | Бег на | в ладоши, присесть, взять | | |
| | | | | Ходьба | носках. | погремушку, выпрямиться; | | |
| | | | | на | | И.п.: лежа на спине, руки | | |
| | | | | носках. | | вдоль туловища, | | |
| | | | | Построен | | погремушки в обеих руках; | | |
| | | | | ие в круг. | | поднять руки, показать | | |
| | | | | | | погремушки, опустить. | | |
| | | | | | | (каждое упражнение | | |
| | | | | | | повторить 3-4р.) | | |
| 10 | | 10. | Продолжать учить детей ходьбе и | Ходьба | Бег | (с погремушками) – И.п.: | -Ходьба между | П/и «Бегите к флажку» |
| • | | «Погрему | бегу по кругу; сохранять | обычная, | обычный. | сидя на полу; поднять | двумя линиями | |
| | | шки у | равновесие. Продолжать | на | Бег с | погремушки верх, опустить; | (2-2,5м). | |
| | | ребят» | совершенствовать умение | носках. | одного | И.п.: стоя; присесть, | | |
| | | | реагировать на сигнал. | Построен | края | положить погремушку на | | |
| | | | | ие в круг. | площадк | пол, выпрямиться, хлопнуть | | |
| | | | | | и на др. | 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.) | | |
| " O | сень» | | | | <u> </u> | повторить э-тр.) | | |
| "0 | CHD// | | | | | | | |

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

| 13 | 13. | Учить метать мешочек на дальность | Ходьба | Бег всей | (без предметов) – И.п.: стоя | -Метание | П/и «Ловкие мыши» |
|----|------------|------------------------------------|------------|----------|-------------------------------|----------------|---------------------------|
| | «Ловкие | правой и левой рукой. Развивать | всей | группой | ноги врозь, руки за спиной; | мешочков на | II II WIODKIIC MDIIIIII// |
| | мышата» | глазомер, ловкость, выносливость. | группой | 3a | наклониться вперед, | дальность | |
| | MBILICIA// | Воспитывать желание быть | 3a | воспитат | коснуться руками носков | правой и левой | |
| | | сильным. | воспитат | елем | ног, вернуться в И.П., | рукой. | |
| | | | елем | стайкой. | повторить (3-4р.); И.п.: лежа | Fyeres | |
| | | | стайкой. | Бег на | на спине, руки вдоль | | |
| | | | Ходьба | носках. | туловища; попеременное | | |
| | | | на | | сгибание и разгибание ног | | |
| | | | носках. | | (упраж-е «Жучки»); И.п.: | | |
| | | | Построен | | стоя ноги на ширине плеч; | | |
| | | | ие в круг. | | наклоны в стороны, | | |
| | | | 1. | | повторить (4-бр.) | | |
| 14 | 14. «Прыг | Продолжать учить метать мешочек | Ходьба | Бег всей | (без предметов) – И.п.: стоя | -Метание | П/и «Ловкие мыши» |
| | да скок» | на дальность правой и левой рукой. | всей | группой | ноги врозь, руки за спиной; | мешочков на | |
| | | Продолжать развивать глазомер, | группой | за | наклониться вперед, | дальность | |
| | | ловкость, выносливость. | за | воспитат | коснуться руками носков | правой и левой | |
| | | Воспитывать желание быть | воспитат | елем | ног, вернуться в И.П., | рукой. | |
| | | сильным. | елем | стайкой. | повторить (3-4р.); И.п.: лежа | | |
| | | | стайкой. | Бег на | на спине, руки вдоль | | |
| | | | Ходьба | носках. | туловища; попеременное | | |
| | | | на | | сгибание и разгибание ног | | |
| | | | носках. | | (упраж-е «Жучки»); И.п.: | | |
| | | | Построен | | стоя ноги на ширине плеч; | | |
| | | | ие в круг. | | наклоны в стороны, | | |
| | | | | _ | повторить (4-6р.) | | |
| 15 | 15. | Учить катать мяч двумя руками | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | -Прокатывание | П/и «Чей колобок |
| | «Колобки | друг другу. Развивать координацию | обычная, | обычный, | ноги врозь, руки на поясе; | мяча. | дальше укатиться» |
| | » | движений. Воспитывать желание | на | на | наклониться вперед, | | М/п/и «Тишина у пруда» |
| | | быть сильным. | носках. | носках. | коснуться руками колени, | | |
| | | | Построен | Бег с | вернуться в И.П., повторить | | |
| | | | ие в круг. | одного | (3-4р.); И.п.: лежа на спине, | | |
| | | | | края | руки вдоль туловища; | | |
| | | | | площадк | попеременное сгибание и | | |
| | | | | и на др. | разгибание ног (упраж-е | | |
| | | | | | «Жучки»); И.п.: стоя ноги на | | |
| | | | | | ширине плеч; наклоны в | | |
| | | | | | стороны, повторить (4-6р.) | | |

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

| 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, приставл яя пятку одной ноги к носку другой | Бег в колонне по одному за воспитат елем | (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 | -Ориентировка в пространствеБег в рассыпную. | П/и «Найди свой цвет» П/и «Поезд» |
|--------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------|
| | | | ноги. | | платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.) | | |
| (Ж) | ивотный мир» 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. Построен ие 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, имитацио нные упражне ния. | Бег в медленно м 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 | Учить ходить по ограниченному | Ходьба в | Бег в | (с погремушками) – И.п.: | -Ходьба по | П/и «Лиса и куры». |
|----|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------|
| 21 | и куры» | пространству. Развивать | колонне | колонне | стоя, руки с погремушками | ребристой | пи міней пкуры |
| | пкуры// | равновесие, координацию движений | ПО | ПО | внизу; поднять руки вперед, | доске. | |
| | | в ходьбе по ограниченной площади. | одному, | одному, | показать погремушку и | доске. | |
| | | Способствовать развитию мышц | ходьба с | ходьба с | спрятать за спину, повторить | | |
| | | спины, укреплять стопу. | высоким | высоким | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, | | |
| | | Воспитывать смелость, | поднима | поднима | руки вдоль туловища; | | |
| | | самостоятельность. | нием | нием | поднять руки и ноги вверх, | | |
| | | California in income | колена. | колена. | коснуться погремушками | | |
| | | | Построен | 11011011011 | стоп ног и опустить на пол, | | |
| | | | ие в круг. | | повторить (3-4р.); И.п. сидя, | | |
| | | | 1 3 | | ноги свободно лежат на | | |
| | | | | | полу, руки на коленях; | | |
| | | | | | поднять руки в стороны – | | |
| | | | | | вверх, потянуться вверх, | | |
| | | | | | опустить руки, повторить (3- | | |
| | | | | | 4p.). | | |
| 22 | 22. | Продолжать учить ходить по | Ходьба в | Бег в | (с погремушками) – И.п.: | -Метание в | П/и «Лиса и куры». |
| | «Рыжая | ограниченному пространству. | колонне | колонне | стоя, руки с погремушками | горизонтальну | |
| | лисичка» | Продолжать развивать равновесие, | ПО | ПО | внизу; поднять руки вперед, | ю цель 2 | |
| | | координацию движений в ходьбе по | одному, | одному, | показать погремушку и | руками снизу | |
| | | ограниченной площади. | ходьба с | ходьба с | спрятать за спину, повторить | (2.5x) | |
| | | | | , , | | (2,5M). | |
| | | Продолжать способствовать | высоким | высоким | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, | -Ходьба по | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять | | | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; | | |
| | | Продолжать способствовать | высоким | высоким | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, | -Ходьба по | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять | высоким поднима нием колена. | высоким поднима | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. Построен | высоким поднима нием | (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками стоп ног и опустить на пол, | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. | высоким поднима нием | (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, | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. Построен | высоким поднима нием | (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 | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. Построен | высоким поднима нием | (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; | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. Построен | высоким поднима нием | (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 — | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. Построен | высоким поднима нием | (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, | -Ходьба по ребристой | |
| | | Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, | высоким поднима нием колена. Построен | высоким поднима нием | (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 — | -Ходьба по ребристой | |

| 23 | 23. | | Упражнять в ходьбе между | Ходьба | Бег по | (с мячом) – И.п.: стоя, руки с | -Катание мяча | П/и «Поймай снежинку» |
|----|-----|----------|---------------------------------|-------------|----------|--------------------------------|----------------|----------------------------------|
| | | ежинк | предметами. Разучить игровые | обычная, | кругу. | погремушками внизу; | в ворота. | Π /и «Мяч в ворота» Π /и |
| | и» | - | упражнения с мячом. Воспитывать | мелким, | Бег на | поднять руки вперед, | z zepera. | «Найди свой цвет» |
| | | | смелость, самостоятельность. | широким | носках. | показать мяч и спрятать за | | Wildingii eBoli igbolii |
| | | | emesicols, edinocionicismicols. | шагом. | no onan | спину, повторить (4-6р.); | | |
| | | | | mar om. | | 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.). | | |
| 24 | 24. | | Продолжать упражнять в ходьбе | Ходьба | Бег с | (с мячом) – И.п.: стоя, руки с | - Катание мяча | П/и «Мыши в кладовой». |
| - | | ішки в | между предметами. Продолжать | обычная, | одного | погремушками внизу; | в ворота. | п п п принци в погадовотии |
| | | овой» | разучивать игровые упражнения с | парами. | края | поднять руки вперед, | z zepera. | |
| | | ,02011// | мячом. Воспитывать смелость, | Построен | площадк | показать мяч и спрятать за | | |
| | | | самостоятельность. | ие в круг. | и на др. | спину, повторить (4-6р.); | | |
| | | | | iio z npjii | n na Ap | 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.). | | |

| 25 | 25. | Упражнять в медленном беге. | Ходьба | Бег в | (с платочком) – И.п.: стоя | Бег в | П/и «Птица и птенчики». |
|----|----------|---------------------------------|----------|----------|--------------------------------|-----------|-------------------------|
| | «Птенчик | Разучить игру «Передача шаров». | по кругу | разных | ноги на ширине плеч, | медленном | · |
| | и» | Упражнять в равновесии. | С | направле | платочек в одной руке; | темпе. | |
| | | Воспитывать уверенность в своих | выполне | ниях | поднять руку с платочком | -Передача | |
| | | силах. | нием | | вверх, наклониться в одну и | шаров др. | |
| | | | заданий. | | другую стороны; то же | другу. | |
| | | | Перестро | | выполнить другой рукой; | | |
| | | | ение в | | повторить (3-4р.) каждой | | |
| | | | круг. | | 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- | | |
| | | | | | 4p.). | | |

| 26 | 26. | Продолжать упражнять в | Ходьба с | Бег с | (с платочком) – И.п.: стоя | Бег в | П/и «Поймай комара». |
|----|----------|-----------------------------------|-----------|-----------|--------------------------------|-----------|----------------------|
| | «Комарик | медленном беге. Продолжать играть | высоким | изменени | ноги на ширине плеч, | медленном | _ |
| | и» | в игру «Передача шаров». | поднима | ем темпа. | платочек в одной руке; | темпе. | |
| | | Продолжать уупражнять в | нием | | поднять руку с платочком | -Передача | |
| | | равновесии. Воспитывать | колена, в | | вверх, наклониться в одну и | шаров др. | |
| | | уверенность в своих силах. | разных | | другую стороны; то же | другу. | |
| | | | направле | | выполнить другой рукой; | | |
| | | | ниях. | | повторить (3-4р.) каждой | | |
| | | | Перестро | | рукой; И.п.: сидя, ноги | | |
| | | | ение по | | вытянуть, платочек в одной | | |
| | | | два. | | 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- | | |
| | | | | | 4p.). | | |

| 27 | | 27 | V | V | Гор | (500 magragas) H = (| иВазатти | П/х «По поручитие» |
|-----|---------|--------------|-----------------------------------|----------|----------|-------------------------------|--------------|------------------------|
| 27 | | 27. | Учить детей ориентироваться на | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | «Веселые | П/и «По ровненькой |
| | | «Веселые | местности. Развивать умения быть | обычная, | подгрупп | ноги на ширине плеч, руки | затеи» | дорожке» |
| | | затеи» | организованными. Создавать | С | ами и | на поясе; повороты | -Ходьба по | П/и «Угадай, кто |
| | | | условия для проявления ловкости и | высоким | всей | туловища вправо – влево, | линии. | кричит» |
| | | | выносливости в играх. Воспитывать | поднима | группой. | наклоны вперед, в стороны, | -Метание на | |
| | | | уверенность, инициативу. | нием | | повторить (4-6р.); И.п.: стоя | дальность. | |
| | | | | колена. | | 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.). | | |
| 28 | | 28. | Продолжать учить детей | Ходьба в | Бег в | (без предметов) – И.п.: стоя | -Ползание на | П/и «Найди свой домик» |
| | | «Озорные | ориентироваться на местности. | колонне | разных | ноги на ширине плеч, руки | четвереньках | |
| | | погремуш | Продолжать развивать умения | ПО | направле | на поясе; повороты | между | |
| | | ки» | быть организованными. Продолжать | одному, | ниях, по | туловища вправо – влево, | предметами. | |
| | | | создавать условия для проявления | по два. | прямой и | наклоны вперед, в стороны, | | |
| | | | ловкости и выносливости в играх. | Перестро | извилист | повторить (4-6р.); И.п.: стоя | | |
| | | | Воспитывать уверенность, | ение в | ой | на четвереньках; поднять | | |
| | | | инициативу. | колонну | дорожке. | одну руку вверх, опустить, | | |
| | | | | по два. | | 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.). | | |
| « M | ои люби | мые игрушки» | | | | | | |
| | | • • | | | | | | |

| 20 | | 20 | V | V 6 | Г | (| ПУ | П/ П |
|----|-----|-----------------|----------------------------------|-----------|-----------|---------------------------------|--------------|-------------------------|
| 29 | | 29. «Ручейки | Упражнять в сохранении | Ходьба в | Бег по | (с погремушкой) – И.п.: стоя | «Давайте | П/и «Пройди, не урони!» |
| | | | равновесия при ходьбе по линии. | колонне | извилист | ноги слегка расставлены, | придумывать» | |
| | | быстрые» | Сохранять равновесие в | ПО | ой | погремушка в одной руке; | - Ходьба по | |
| | | | упражнениях со снежинкой на | одному, | дорожке, | поднять погремушку вверх, | линии. | |
| | | | ладони вытянутой руки, на | по два. | по кругу. | погреметь ею, присесть, | - Ходьба со | |
| | | | повышенной площади опоры. | Перестрое | | положить погремушку на | снежинкой на | |
| | | | Воспитывать внимание. | ние в | | пол, выпрямиться, хлопнуть | ладони | |
| | | | | колонну | | в ладоши, затем присесть, | вытянутой | |
| | | | | по два. | | взять погремушку; то же | руки по | |
| | | | | | | выполнить другой рукой, | скамейке. | |
| | | | | | | 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.). | | |
| 30 | | 30. | Продолжать упражнять в | Ходьба в | Бег | (с погремушкой) – И.п.: стоя | «Давайте | П/и «Мыши в кладовой» |
| | | «Маленьк | сохранении равновесия при ходьбе | разных | врассыпн | ноги слегка расставлены, | придумывать» | |
| | | ие | по линии. Продолжать сохранять | направле | ую, по | погремушка в одной руке; | - Ходьба по | |
| | | мышата» | равновесие в упражнениях со | ниях, по | кругу. | поднять погремушку вверх, | линии. | |
| | | | снежинкой на ладони вытянутой | прямой, | | погреметь ею, присесть, | - Ходьба со | |
| | | | руки, на повышенной площади | по кругу. | | положить погремушку на | снежинкой на | |
| | | | опоры. Воспитывать внимание. | Перестро | | пол, выпрямиться, хлопнуть | ладони | |
| | | | | ение в | | в ладоши, затем присесть, | вытянутой | |
| | | | | колонну | | взять погремушку; то же | руки по | |
| | | | | по два. | | выполнить другой рукой, | скамейке. | |
| | | | | | | 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.). | | |
| | l I | ĺ | | | ſ | новторить (э- 4 р.). | | |

| 31 | 31. «Меткий стрелок» | Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам. | Ходьба приставн ым шагом вправо, влево. | Бег врассыпн ую с препятст виями. | (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 | -Ходьба по гимнастическо й скамье. | «Разбегись не упади» П/и «Меткий стрелок» |
|----|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------|
| | | | | | ногой. | | |
| 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 направле ниях, по прямой, змейкой. Перестро ение в колонну по два. | Бег врассыпн ую, 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 гимнастическо й скамье. | П/и «Сними ленточку». |

| 33 | 33. | Учить сохранять устойчивое | Ходьба | Бег | (с кубиками) – И.п.: стоя | - Прыжки | П/и «Разбегись не |
|----|-------------|------------------------------------|----------------|----------|----------------------------------------------------|-----------------|------------------------|
| | «Попрыгу | равновесие в ходьбе по | приставн | врассыпн | ноги на ширине плеч, руки | вверх, доставая | упади» |
| | нчики» | ограниченной площади. Упражнять | ым | ую с | вдоль туловища; соединить | предмет. | П/и «Достань снежинку» |
| | II IIIKII// | в ходьбе, беге по кругу. Развивать | шагом | препятст | руки, не сгибая в локтях, | предмет. | тии «достань спежинку» |
| | | ориентировку в пространстве. | вправо, | виями. | ударить кубик о кубик, | | |
| | | Воспитывать уверенность. | вправо, влево. | вижин. | развести руки в стороны, | | |
| | | Восинтывать уверенность. | влево. | | 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 (3-4p.). | | |
| 34 | 34. | Продолжать учить сохранять | Ходьба в | Бег | (с кубиками) – И.п.: стоя | -Ходьба по | П/и «Пилоты» |
| | «Пилоты» | устойчивое равновесие в ходьбе по | разных | змейкой, | ноги на ширине плеч, руки | г/скамейке. | |
| | | ограниченной площади. | направле | В | вдоль туловища; соединить | -Г/упражнение | |
| | | Продолжать упражнять в ходьбе, | ниях, по | врассыпн | руки, не сгибая в локтях, | «Петушок». | |
| | | беге по кругу. Продолжать | кругу, | ую, с | ударить кубик о кубик, | | |
| | | развивать ориентировку в | змейкой. | остановк | развести руки в стороны, | | |
| | | пространстве. Воспитывать | | ой. | повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, | | |
| | | уверенность. | | | 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 | | |
| | 1 | 1 | 1 | 1 | LEVINIUM HOE DANIET OF D | 1 | |
| | | | | | кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.). | | |

| 35 | 35. | Учить детей правильному хвату | Ходьба с | Бег в | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Лазание по | П/и «Сними ленточку». |
|--------|----------|-------------------------------------|----------|----------|-------------------------------|------------------|------------------------------------------|
| | «Быстрые | руками за рейки гимнастической | перешаги | умеренно | руки с флажками опущены; | г/стенке. | 11.11 ((C1111111111111111111111111111111 |
| | ребята» | стенки при влезании на нее. | ванием | м темпе. | поднять руки вперед, вверх, | -Метание | |
| | Perium | Развивать глазомер, силу броска при | предмето | | в стороны, повторить (3-4р.); | мячей в | |
| | | метании мячей в вертикальную цель | B, C | | И.п.: то же; присесть, | вертикальную | |
| | | (высота 1,2м). Воспитывать интерес | остановк | | положить флажки на пол, | цель (1 - 1,2м). | |
| | | к выполняемым действиям. | ой по | | выпрямиться, показать руки | ¬(,=)- | |
| | | | сигналу. | | 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.). | | |
| 36 | 36 | Учить детей правильному хвату | Ходьба в | Бег | (с флажками) – И.п.: стоя, | -Лазание по | П/и «Сними ленточку». |
| | «Маленьк | руками за рейки гимнастической | разных | змейкой, | руки с флажками опущены; | г/стенке. | |
| | ие | стенки при влезании на нее. | направле | В | поднять руки вперед, вверх, | -Метание | |
| | цыплятки | Развивать глазомер, силу броска при | ниях, по | врассыпн | в стороны, повторить (3-4р.); | мячей в | |
| | » | метании мячей в вертикальную цель | кругу, | ую, с | И.п.: то же; присесть, | вертикальную | |
| | | (высота 1,2м). Воспитывать интерес | змейкой. | остановк | положить флажки на пол, | цель (1 - 1,2м). | |
| | | к выполняемым действиям. | | ой. | 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.). | | |
| «Зима» | | | | | | | |

| 37 | 37. «Черепаш ки» | 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 перешаги ванием предмето в, с остановк ой по сигналу. | Бег в умеренно м темпе. | (без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?». | -Ходьба по г/скамейкеПрыжки из обруча в обруч. | П/и «Мыши в кладовой». |
|----|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
| 38 | 38. «Чудесны й 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. Перестро ение врассыпн ую. | Бег змейкой, врассыпн ую. | (без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?». | -Ходьба по г/скамейкеПрыжки из обруча в обруч. | П/и «Мыши в кладовой». |

| 20 | 1 20 | 17 | T.T./ | Г | (| П | п/ р - |
|----|-----------|------------------------------------|-----------|------------|----------------------------------------------------|----------------|--------------------|
| 39 | 39. | Упражнять в ползании на | И/у | Бег | (с мешочком) – И.п.: сидя, | -Ползанье на | П/и «Зайцы и волк» |
| | «Зайчики» | четвереньках. Совершенствовать | «Возьми | змейкой, | держать мешочек в обеих | четвереньках. | |
| | | умение и навыки в бросании | кубик». | врассыпн | руках на коленях; поднять | -Бросание | |
| | | мешочков. Упражнять в умении | Дети | ую. | руки вверх, подтянуться, | мешочков | |
| | | катать мяч к друг другу. Развивать | идут по | | опустить руки на колени; | вдаль. | |
| | | ловкость. Воспитывать уверенность. | кругу, | | И.п.: стоя, руки внизу, в | | |
| | | | вокруг | | одной руке мешочек; | | |
| | | | снежков. | | положить мешочек на | | |
| | | | По | | голову, придерживать его | | |
| | | | сигналу | | сбоку обеими руками, не | | |
| | | | быстро | | торопясь, присесть, | | |
| | | | берут | | выпрямиться; И.п.: лежа на | | |
| | | | снежки в | | животе, мешочек в обеих | | |
| | | | руки. | | руках под подбородком; | | |
| | | | 1.0 | | вытянуть руки вперед, | | |
| | | | | | показать мешочек, вернуться | | |
| | | | | | в И.п. (каждое упражнение | | |
| | | | | | повторяется 3-4 раза). | | |
| 40 | 40. | Продолжать упражнять в ползании | Ходьба | Бег в | (с мешочком) – И.п.: сидя, | -Ходьба с | П/и «Зайцы и волк» |
| | «Ловкие и | на четвереньках. Продолжать | по | колонне | держать мешочек в обеих | перешагивание | , |
| | смелые» | совершенствовать умение и навыки | прямой, | ПО | руках на коленях; поднять | м через | |
| | | в бросании мешочков. Продолжать | по кругу, | одному с | руки вверх, подтянуться, | г/палки. | |
| | | упражнять в умении катать мяч к | змейкой. | остановк | опустить руки на колени; | -Ползание на | |
| | | друг другу. Продолжать развивать | Перестро | ой на | И.п.: стоя, руки внизу, в | четвереньках, | |
| | | ловкость. Воспитывать уверенность. | ение | сигнал. | одной руке мешочек; | подлезание под | |
| | | ловкоств. Воспитывать уверсиноств. | врассыпн | Бег с | положить мешочек на | дугу. | |
| | | | ую. | изменени | голову, придерживать его | дугу. | |
| | | | yio. | ем темпа. | сбоку обеими руками, не | | |
| | | | | CM ICMIIa. | торопясь, присесть, | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих | | |
| | | | | | I | | |
| | | | | | руках под подбородком; | | |
| | | | | | вытянуть руки вперед, | | |
| | | | | | показать мешочек, вернуться | | |
| | | | | | в И.п. (каждое упражнение | | |
| | | | | | повторяется 3-4 раза). | | |

| 41 | 41. | Учить детей катать мяч к друг | Ходьба с | Бег с | (со стульчиком) – И.п.: стоя | -Катание мяча | И/упражнения на гим. |
|-------------|-------------------------|-----------------------------------|----------|----------|------------------------------|---------------|----------------------|
| | «Ловкие и | 1 1 0 0 | ускорени | ускорени | за стульчиком; держась за | к друг другу. | скамье: |
| | быстрые» | упражнениями с мячом. Развивать | ем и | ем и | спинку, присесть и | - Игровые | «Быстро вниз» |
| | | силу, выносливость, координацию | замедлен | замедлен | выпрямиться; И.п.: сидя на | упражнения с | «Чем дальше, тем |
| | | движений. Воспитывать | ием | ием | стуле, руки на коленях; | мячом. | лучше» |
| | | самостоятельность. | темпа. | темпа. | 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.). | | |
| 42 | 42. «Мой | Продолжать учить детей катать мяч | Ходьба в | Бег | (со стульчиком) – И.п.: стоя | -Бег | П/и «Самолеты» |
| | веселый | к друг другу. Продолжать | разных | змейкой, | за стульчиком; держась за | врассыпную. | М/п/и «Кто ушел» |
| | мяч» | знакомить с игровыми | направле | на | спинку, присесть и | -Подлезание | |
| | | упражнениями с мячом. | ниях. | носках, | выпрямиться; И.п.: сидя на | под шнур. | |
| | | Продолжать развивать силу, | Перестро | врассыпн | стуле, руки на коленях; | | |
| | | выносливость, координацию | ение в | ую. | поднять руки через стороны | | |
| | | движений. Воспитывать | колонну | | вверх, сделать хлопок, | | |
| | | самостоятельность. | по два. | | 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.). | | |
| «O , | цежда и обувь» « Трансп | орт» | | | | | |

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

| 46 | 46. | Продолжать учить прыгать в длину | Ходьба в | Бег по | (без предметов) – И.п.: стоя | -Ходьба по | Н/п/и «Ручейки и озера» |
|----|---------------|----------------------------------|----------|----------|---------------------------------------------|---------------|---------------------------|
| 40 | 46. «Весёл | | колонне | прямой, | ноги на ширине плеч; | г/скамейке c | П/и «Кто как |
| | ручейк | | по два. | извилист | повороты вправо-влево, | перешагивание | передвигается». |
| | ручеик | Воспитывать самостоятельность, | Перестро | ой | повторить (4-6р.), в каждую | м через | передвигается». |
| | | | ение в | | сторону; И.п.: стоя ноги | • | |
| | | уверенность. | | дорожке, | врозь, руки за спиной; | предметы. | |
| | | | колонну | В | ± * * * * * * * * * * * * * * * * * * * | | |
| | | | по два. | медленно | наклониться вперед, коснуться руками носков | | |
| | | | | м темпе. | ног, вернуться в И.п., | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | повторить (3-4р.); И.п.: лежа | | |
| | | | | | на спине, руки вдоль | | |
| | | | | | туловища; попеременное | | |
| | | | | | сгибание и разгибание ног | | |
| 47 | 47. | Учить ходьбе, согласовывать | Varréan | Гапп | (упражнение «Жучки»). | - Ходьба по | Thy (a vary Fay y Farass) |
| 47 | | , , | Ходьба в | Бег в | (с ленточками) – И.п.: стоя | | П/и (с ходьбой и бегом) |
| | «Птичі | 1.0 | колонне | медленно | ноги на ширине плеч, руки с | прямой | «Птички в гнездышках». |
| | гнезды | 1 | ПО | м темпе. | ленточками вдоль туловища; | дорожке | |
| | ax» | выполняемым действиям. | одному, | | поднять руки вверх, | | |
| | | | приставн | | помахать ленточками, | | |
| | | | ЫМ | | опустить, повторить (4-6р.); | | |
| | | | шагом, | | И.п.: стоя ноги на ширине | | |
| | | | змейкой. | | 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.). | | |

| 48 | 48. «Мы | Продолжать учить ходьбе, | Ходьба в | Бег по | (с ленточками) – И.п.: стоя | -Катание мяча | П/и «Воробышки и |
|----|----------------|-----------------------------------|----------|-----------|-------------------------------|----------------|------------------------|
| 40 | едем, | согласовывать движения рук и ног. | колонне | кругу с | ноги на ширине плеч, руки с | друг другу. | автомобиль» |
| | едем, | Воспитывать интерес к | ПО | остановк | ленточками вдоль туловища; | -Катание мяча | abtomoonib// |
| | едем, едем» | выполняемым действиям. | | ой на | поднять руки вверх, | 2 руками, | |
| | сдем// | выполняемым деиствиям. | одному, | | | * * | |
| | | | по два. | сигнал, с | помахать ленточками, | одной рукой. | |
| | | | Перестро | поворота | опустить, повторить (4-6р.); | -Бросание мяча | |
| | | | ение в | ми. | И.п.: стоя ноги на ширине | вверх, и ловля | |
| | | | колонну | | плеч, руки с ленточками в | его. | |
| | | | по два. | | 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.). | | |
| 49 | 49. | Учить выполнять ведущую роль в | Ходьба в | Бег в | (с мячом) – И.п.: стоя ноги | - Ходьба | П/и «Снежинки и ветер» |
| | «Ветерок» | подвижной игре. Закреплять умение | колонне | медленно | на ширине плеч, мяч в обеих | | М/п/и «Холодно-жарко». |
| | | бегать с согласованными | по | м темпе. | руках у груди; выпрямить | | |
| | | движениями рук и ног. Развивать | одному, | | руки вперед, показать мяч, | | |
| | | быстроту. Воспитывать активность, | приставн | | вернуться в И.п., повторить | | |
| | | самостоятельность. | ым | | (5р.); И.п.: стоя ноги на | | |
| | | | шагом, | | ширине плеч, мяч в обеих | | |
| | | | змейкой. | | 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.). | | |

| 50 | | 50. | Продолжать учить выполнять | Ходьба | Бег | (с мячом) – И.п.: стоя ноги | -Бег | П/и «Снежинки и ветер» |
|----|------------|------------|-----------------------------------|--------------------|------------------|--------------------------------|-----------------|------------------------|
| 30 | | «Снежинк | ведущую роль в подвижной игре. | ПО | змейкой, | на ширине плеч, мяч в обеих | врассыпную. | М/п/и «Холодно-жарко». |
| | | и летят» | Продолжать закреплять умение | прямой, | врассыпн | руках у груди; выпрямить | - Ориентировка | тили «жолодно жарко». |
| | | и летит// | бегать с согласованными | - | ую, в | руки вперед, показать мяч, | в пространстве. | |
| | | | движениями рук и ног. Продолжать | по кругу, змейкой. | ую, в быстром | вернуться в И.п., повторить | -Бег, с | |
| | | | развивать быстроту. Воспитывать | | | (5р.); И.п.: стоя ноги на | | |
| | | | 1 | Перестро | темпе. | | поворотом | |
| | | | активность, самостоятельность. | ение | | ширине плеч, мяч в обеих | вокруг себя. | |
| | | | | врассыпн | | руках внизу; поднять мяч | | |
| | | | | ую. | | вперед, повороты вправо- | | |
| | | | | | | влево, повторить (3-4р.); | | |
| | | | | | | сидя ноги вместе; | | |
| | | | | | | наклониться вперед, касаясь | | |
| | | | | | | мячом носков ног, вернуться | | |
| | | | | | | в И.п., повторить (3-4р.). | | |
| | кого какая | | T | T | Ι | | | |
| 51 | | 51. | Учить детей ловить мяч после | Ходьба в | Бег в | (без предметов) – И.п.: стоя | - Ходьба с | П/и «Снежинки и ветер» |
| | | «Снежинк | броска. Развивать равновесие при | колонне | медленно | ноги на ширине плеч, руки | перешагивание | |
| | | и и ветер» | ходьбе по г/скамейке, перешагивая | ПО | м темпе. | опущены; поднять руки | м через бруски. | |
| | | | через бруски. Воспитывать | одному, | | через стороны вверх, | | |
| | | | активность, самостоятельность. | приставн | | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | | | ЫМ | | опустить, повторить (3-4р.); | | |
| | | | | шагом, | | И.п.: сидя ноги прямые, руки | | |
| | | | | змейкой. | | 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, | | |
| | | | | | | | | |

| 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 поднима нием колена, Перестро ение в колонну по два. | Бег в разных направле ниях, 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 перешагивание м 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, врассыпн ую, 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 8 бт какие мы большее Продожать развивать умение выполнять движения в соответствии с образом, энертично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мач в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность. Кодьба с высоким поднима нирине плеч, руки с денточками внизу; поднять руки высоким поднима нием колена, с активность, самостоятельность. Продожать развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать уно. Воспитывать в норке» Кодьба с высоким поднима нирине плеч, руки с ленточками внизу; поднять орки высоким поднуть право-высво, поверотом м. Перестроение в колонну по три. Прожитывать двуж ногах из обруча в обручПрокатывание мяча между предметами. П/и (с бросание и двух ногах из обруча в обручПрокатывание мяча между предметами. -Прокатывание мяча между предметами. -Прокатываты двух наския предметами. -Прокатыватымие предметами. -Прокатываты двух наския предметами. | - A | <u> </u> | 54 D - | П | V _ C | Г | () 11 - | П | П/- (|
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|----------|-----------------------------------------|---------------------------------------|----------|--------------------------------|-------------|------------------------|
| большне» с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энертично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность. 55 55. Фазвивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать ужение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. В септовность, самостоятельность. 55 455. Фазвивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать ужение оходьбе по ограниченной плоскости. В самостоятельность. 55 55. Фазвивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать ужение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. В самостоятельность. 55 55. Фазвивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать ужение оходьбе по ограниченной плоскости. В соститывать активность, самостоятельность. 56 57 68 69 69 79 70 70 70 70 70 70 70 70 7 | 54 | | | * · · · | | | , | * | |
| высоким поднима направлении. Воспитывать активность, самостоятельность. 55 — 55. Машата в норке» — 55. «Мышата в норке» — 55. «Мышата в норке» — 60 развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. — 60 развивать живность, самостоятельность. — 70 рокатывание мяча между предметами. — 60 руки вверх, опутить, повторить (3-4р.); И.п.: силя ноги внеред, новторить (6-6р.); И.п.: силя ноги внеред, коспуться дна спине, руки дного и внеред, коспуться дна спине, руки в ного и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ного и внеред, коспуться дна спине, руки в ного и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ного и на ширине плеч, руки и ноги вверх, коспуться дна спине, руки и ноги внеред, в стороны на поясе; повороты и туловища вправо-влево, повторить (3-4р.) в каждую сторону; И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, одну руки с деточками вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, одну руки с деточкам внизу; одновеменно отводить руки и ноги внеред, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, одну руки с деточкам вперед, в стороны, повторить (3-4р.). И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руки вверх, опустить, одну руки с деточкам вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руки вверх, одну на между предметами. | | | | * * | | 1 | 1 | | ловлеи) «Мяч в кругу». |
| Талкиваться в прыжках на двух нога двять мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность. Торичам на в норке» Торичам на поворото м. Перестро ение в колонну по три. Торичам на поворото м. Перестро ение в колонну по три. Торичам на поворото м. Перестро ение в колонну по три. Торичам на спине, руки в доль тузовища; поднять руки и ноги ввету, коснуться денточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Ип. лежа на спине, руки вдоль тузовища; поднять руки и ноги ввету, коснуться денточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Ип. лежа на спине, руки вдоль тузовища; поднять руки и ноги ввету, коснуться денточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Ип. лежа на спине, руки вдоль тузовища; поднять руки и ноги ввету, коснуться денточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Ип. лежа на спине, руки вноги на пине пирине плеч, руки и ноги ввету, коснуться денточками стоп ноги опустить на пол, повторить (3-4р.). Ип. лежа на спине, руки вдоль тузовища вправо-влево, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже, наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону, Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону, Ип.: тоже наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую предметами. | | | большие» | * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * | | ую. | • | | |
| ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность. самостоятельность. Тородованизать и моге дактивность, самостоятельность. Тородованизать и моге дактивность дактивность, самостоятельность. Тородованизать и моге дактивность дактивность, самостоятельность. Тородованизать и моге на ширине плеч, руки и вперед-назад, повторить (3-фр.), ил.: сидя ноги внередна, повторить (3-фр.), ил.: дактивность и моге вперами в порать умение сохранить равновесие при ходьба сохранить равновесие при ходьба по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. Тородованизать на ширине плеч, руки и ноги вверх, коснуться дасыпни ую. Тородованизать на ширине плеч, руки и на ширине плеч, руки и на поясе; повороть туловища вправо-влево, повторить (3-фр.) в каждую стороны, повторить (3-фр.) в каждую стороны, повторить (3-фр.) в каждую стороны, повторить (3-фр.) ил.: стоя на четвереньках; поднять одну уму вверх, опустить, | | | | ± | | | | * | |
| направлении. Воспитывать активность, самостоятельность. направлении. Воспитывать активность, самостоятельность. направлений в наружительность направлений в направлений (без предметов) – И.п.: стоя на направлений в направлен | | | | * | | | | • | |
| активность, самостоятельность. активность, самостоятельность. поворото м. Перестро ение в колонну по три. Температи в туловища; поднять руки в повторить (3-бр.); И.п.: лежа на спине, руки в доль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Температи в норке» Температи в колонну по три. Температи в колонну по три. Температи в колонну по три. Температи в неж в колонну повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки в доль туловища; поднять руки и ноги в предметов — И.п.: стоя реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьба с высоким поднима на поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3-4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.) в каждую в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.), И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | | | нием | | 1 | предметами. | |
| М. Перестро ение в колонну по три. Вперед-назад, повторить (5- бр.); 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 етоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Караль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками етоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.). Караль туловища вправо-влево, повторить (3-4 | | | | = | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | | • | | |
| Перестро ение в колонну по три. Бег колонтов внорке» Бег колонно внорке» Туловищат повернуть вправо-влево, повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на пирине плеч, руки в доль туловища; посить на пол, повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на спине, руки вдоль туловища; понять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на спине, руки вдерх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на спине, руки вдерх, коснуться ленточками впереди; повернуть вправо-влево, повторить (3 - 4р.); И.п.: от мет на спине, руки и ноги ввеским парами, ходьба с высоким поднима поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на парамона и неме колена, с повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на парамона и неме колена, с повторить (3 - 4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять однурку вверх, опустить, однурку вверх, опустить, | | | | активность, самостоятельность. | поворото | | | | |
| в норке» В отригать на сигнал. Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. В отригать на сигнал в норке» В норке» В норке» В отригать на сигнал в норке» В норке» В норке» В отригать на сигнал в норке на сигнал в на сигнал на сигнал на сигнал на сигнал в на сигнал в на сигнал н | | | | | | | | | |
| Болинтывать активность. Самостоятельность. С | | | | | Перестро | | 1 / | | |
| По три. 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.). | | | | | ение в | | руки с ленточками впереди; | | |
| На спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 -4p.). Тоды в норке» Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. Воспитывать активность, от высоким ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты повторить (3 -4p.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3 -4p.) в каждую на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, одну руку вверх, опустить, | | | | | колонну | | 1 7 1 | | |
| туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3 -4р.). 55. Развивать умение быстро «Мышата в норке» умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. Воспитывать активность, самостоятельность, самостоятельность. Воспитывать активность, самостоятельность, самосто | | | | | по три. | | повторить (3-4р.); И.п.: лежа | | |
| Болитывать активность. Воспитывать активность активность в высоким поднать в по | | | | | | | на спине, руки вдоль | | |
| Бет Самостоятельность. Самостоятельность Самост | | | | | | | туловища; поднять руки и | | |
| 55. Развивать умение быстро (м.м. 55. Развивать умение быстро (м.м. 55. Развивать умение быстро (м.м. 55. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. Воспитывать активность, самостоятельность, самостоятельность. Воспитывать активность, самостоятельность активность активн | | | | | | | ноги вверх, коснуться | | |
| 55 | | | | | | | ленточками стоп ног и | | |
| 55. Развивать умение быстро Жодьба парами, умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. Воспитывать активность, нием колена, с поворото м. Пи «Мыши в кладовой» Пи «Мыши в кл | | | | | | | опустить на пол, повторить | | |
| «Мышата в норке» реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. ——————————————————————————————————— | | | | | | | (3 -4p.). | | |
| в норке» умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность. В норке» умение сохранять равновесие при ходьба с высоким поднима самостоятельность. В норке» умение сохранять равновесие при ходьба с высоким поднима нием колена, с поворото м. В норке» умение сохранять равновесие при ходьба с высоким поднима поднима нием колена, с поворото м. На поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3 -4р.) в каждую стороны; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | 55 | | 55. | Развивать умение быстро | Ходьба | Бег | (без предметов) – И.п.: стоя | -Ходьба | П/и «Мыши в кладовой» |
| ходьбе по ограниченной плоскости. Высоким Воспитывать активность, самостоятельность. Воспитывать активность. Высоким поднима нием колена, с поворото м. М. на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | «Мышата | реагировать на сигнал. Развивать | парами, | врассыпн | ноги на ширине плеч, руки | переменным | |
| Воспитывать активность, поднима самостоятельность. поднима нием колена, с поворото м. повторить (3 - 4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; под шнур. | | | в норке» | умение сохранять равновесие при | Ходьба с | ую. | на поясе; повороты | шагом через | |
| самостоятельность. нием колена, с наклоны вперед, в стороны, под шнур. колена, с поворото повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | | ходьбе по ограниченной плоскости. | высоким | | туловища вправо-влево, | шнуры. | |
| колена, с наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | | Воспитывать активность, | поднима | | повторить (3 -4р.) в каждую | -Подлезание | |
| поворото повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | | самостоятельность. | нием | | сторону; И.п.: то же; | под шнур. | |
| м. на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | | | колена, с | | наклоны вперед, в стороны, | | |
| м. на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, | | | | | поворото | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя | | |
| | | | | | М. | | на четвереньках; поднять | | |
| | | | | | | | одну руку вверх, опустить, | | |
| то же выполнить другой | | | | | | | то же выполнить другой | | |
| рукой, повторить (3-4.); И.п.: | | | | | | | 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- | | | | | | | | | |
| 4p.). | | | | | | | * | | |

| 56 | 56. | Продолжения поприводи изголиза | Ходьба с | Бег с | (бол продмотор). И п. 1 ста с | -Ходьба по | П/и "Сиоминия и ветер |
|------|-----------------|-----------------------------------------------------------|-----------|-----------|--------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| 1 30 | об. «Падает, | Продолжать развивать умение быстро реагировать на сигнал. | остановк | остановк | (без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки | -лодьоа по г/скамейке | П/и «Снежинки и ветер». |
| | | | | ой на | 1 | | |
| | падает | Продолжать развивать умение | ой на | | на поясе; повороты | приставным | |
| | снег» | сохранять равновесие при ходьбе по | сигнал, с | сигнал, с | туловища вправо-влево, | шагом. | |
| | | ограниченной плоскости. | выполне | выполне | повторить (3 -4р.) в каждую | - C | |
| | | Воспитывать активность, | нием | нием | сторону; И.п.: то же; | Самостоятельн | |
| | | самостоятельность. | заданий. | заданий. | наклоны вперед, в стороны, | ое вхождение | |
| | | | Перестро | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя | на г/скамейку и | |
| | | | ение в | | на четвереньках; поднять | спрыгивание с | |
| | | | колонну | | одну руку вверх, опустить, | активным | |
| | | | по три. | | то же выполнить другой | взмахом рук. | |
| | | | | | 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- | | |
| | | | *** | | 4p.). | | T/ 6 |
| 57 | 57. | Развивать умение мягко | Ходьба | Бег по | (с флажками) – И.п.: стоя | -Прыжки из | П/и «С кочки на кочку» |
| | «Прыг, | приземляться при выполнении | приставн | кругу. | ноги на ширине плеч, | обруча в обруч. | П/и «Бегите ко мне!» |
| | прыг, | прыжка. Упражнять в умении бегать | ЫМ | | флажки в опущенных руках; | -Бег | |
| | скок» | врассыпную, не наталкиваясь друг | шагом, | | поднять флажки через | врассыпную. | |
| | | на друга; быстро реагировать на | змейкой. | | стороны, помахать ими, | | |
| | | сигнал. Воспитывать активность, | | | вернуться в И.п., повторить | | |
| | | самостоятельность. | | | (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.). | | |

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

| 59 | 59. | | Развивать равновесие при ходьбе по | Ходьба | Бег | (с платочками) – И.п.: стоя | -Ходьба по | П/и «Воробушки и кот» |
|----|------|------|------------------------------------|-----------|----------|-------------------------------|----------------|-----------------------|
| | «Bop | обыш | шнуру. Закреплять умение катать | по | змейкой, | ноги на ширине плеч, | шнуру. | 1 3 |
| | кииі | | мяч в заданном направлении. | прямой, | врассыпн | платочек в одной руке; | - Катание мяча | |
| | | | Развивать ориентировку в | по кругу, | ую, в | поднять руку с платочком | в заданном | |
| | | | пространстве. Воспитывать | змейкой. | быстром | вверх, наклониться в одну и | направлении. | |
| | | | инициативу. | | темпе. | другую сторону; то же | 1 | |
| | | | , | | | 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- | | |
| | | | | | | 4p.). | | |

| 60 | | 60. | Продолжать развивать равновесие | Ходьба с | Бег с | (с платочками) – И.п.: стоя | - Ходьба по | П/и «Солнышко и |
|-----|-------|----------|---------------------------------|-----------|-----------|-------------------------------|----------------|-----------------|
| | | «Солнышк | при ходьбе по шнуру. Закреплять | остановк | остановк | ноги на ширине плеч, | г/скамейке, | дождик». |
| | | о и | умение катать мяч в заданном | ой на | ой на | платочек в одной руке; | г/упр. | |
| | | дождик» | направлении. Развивать | сигнал, с | сигнал, с | поднять руку с платочком | «Петушок». | |
| | | | ориентировку в пространстве. | выполне | выполне | вверх, наклониться в одну и | -Спрыгивание | |
| | | | Воспитывать инициативу. | нием | нием | другую сторону; то же | с г/скамейки, | |
| | | | | заданий. | заданий. | выполнить другой рукой; | как «Кенгуру». | |
| | | | | Перестро | | повторить (3-4р.) каждой | | |
| | | | | ение в | | рукой; И.п.: сидя, ноги | | |
| | | | | колонну | | вытянуты, платочек в одной | | |
| | | | | по два. | | 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- | | |
| | | | | | | 4p.). | | |
| «Be | есна» | | | | | | | |

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

| 63 | 63. «Мы | Учить бросать небольшие предметы | Ходьба | Бег | (с шишками) – И.п.: стоя | -Метание в | П/и «Пилоты» |
|----|-----------|-----------------------------------|----------|----------|--------------------------------|---------------|--------------|
| | полетели» | в цель (2-3 м). Закреплять умение | врассыпн | врассыпн | ноги вместе, шишку держать | цель (2-3 м). | |
| | | прыгать через предметы, | ую. | ую | обеими руками впереди; | - Прыжки | |
| | | отталкиваясь ногами. Развивать | | | положить руки за спину – | через | |
| | | ловкость, глазомер. Воспитывать | | | «Спрятать шишку» - и | предметы, | |
| | | желание заниматься вместе с | | | показать ее воспитателю, | отталкиваясь | |
| | | детьми. | | | повторить (3-4р.); И.п.: стоя, | ногами. | |
| | | | | | 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.). | | |

| 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 врассыпн ую на носках, с высоким поднима нием колена. Перестро ение в колонну по два. | Бег врассыпн ую 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, | -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 поднима нием колена, | Бег в разных направле ниях, змейкой. | повторить (4-бр.). (с флажками) — И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-бр.); 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 направленииБросание и ловля мячаМетание в цель. | П/и «Попади в обруч». |

| 66 | 66. | Продолжать упражнять в катании | Ходьба с | Бег в | (с флажками) – И.п.: стоя | -Катание мячей | П/и «Птицы и |
|----|------------|-----------------------------------|----------|----------|---------------------------------------|----------------|--------------------|
| | «Птички» | мяча. Продолжать учить бросать | высоким | разных | ноги на ширине плеч, руки с | друг другу. | автомобиль». |
| | WITH TRIII | мяч и ловить его. Продолжать | поднима | направле | флажками вдоль туловища; | -Катание мячей | abiomoomib//. |
| | | знакомить с техникой метания мяча | нием | направле | поднять руки вверх, | между | |
| | | | | змейкой. | 1 | _ | |
| | | в цель во время игры «Попади в | колена, | змеикои. | помахать ими, опустить, | предметами. | |
| | | обруч». Воспитывать | Перестро | | повторить (4-6р.); И.п.: стоя | -Бросание | |
| | | самостоятельность, активность. | ение в | | на ширине плеч, руки с | одной рукой | |
| | | | колонну | | флажками у плеч; присесть, | через сетку. | |
| | | | по два. | | 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.). | | |
| 67 | 67. | Учить осознанно, относиться к | Ходьба | Бег | (с мячом) – И.п.: стоя, | -Бег | H/п/и «Охотники и |
| | «Зайки | выполнению правил. | обычная, | врассыпн | держать мяч обеими руками; | врассыпную, | зайцы» |
| | побегайки | Совершенствовать ориентировку в | приставн | ую. | поднять его вверх, | ориентировка в | П/и «Лохматый пес» |
| | » | пространстве. Развивать у детей | ЫМ | | потянуться, опустить, | пространстве. | М/п/и «Эхо». |
| | | организованность, творчество, | шагом, | | повторить (3-4р.); И.п.: сидя | | |
| | | умение поддерживать дружеские | врассыпн | | ноги врозь, мяч держать | | |
| | | взаимоотношения со сверстниками. | ую. | | обеими руками; наклониться | | |
| | | | Перестро | | вперед, коснуться мячом | | |
| | | | ение в | | пола между ног, | | |
| | | | колонну | | выпрямиться, повторить (4- | | |
| | | | по три. | | 5р.); И.п.: стоя, держать мяч | | |
| | | | | | обеими руками, руки внизу; | | |
| | | | | | присесть, коснуться мячом | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | пола, выпрямиться, повторить (4-5р.). | | |

| 68 | | 68. | Продолжать учить осознанно, | Ходьба | | (с мячом) – И.п.: стоя, | -Лазание по | П/и «Ловкие зайчата». |
|-----|-------------|----------|-----------------------------------|----------|----------|--------------------------------|----------------|-----------------------|
| | | «Ловкие | относиться к выполнению правил. | парами. | Бег в | держать мяч обеими руками; | г/стенке. | |
| | | зайчата» | Продолжать совершенствовать | Ходьба с | разных | поднять его вверх, | -Бросание мяча | |
| | | | ориентировку в пространстве. | высоким | направле | потянуться, опустить, | о пол и ловля | |
| | | | Продолжать развивать у детей | поднима | ниях, | повторить (3-4р.); И.п.: сидя | его (2-3 раза | |
| | | | организованность, творчество, | нием | змейкой. | ноги врозь, мяч держать | подряд). | |
| | | | умение поддерживать дружеские | колена. | | обеими руками; наклониться | 1 . , | |
| | | | взаимоотношения со сверстниками. | Перестро | | вперед, коснуться мячом | | |
| | | | • | ение в | | пола между ног, | | |
| | | | | колонну | | выпрямиться, повторить (4- | | |
| | | | | по три. | | 5р.); И.п.: стоя, держать мяч | | |
| | | | | | | обеими руками, руки внизу; | | |
| | | | | | | присесть, коснуться мячом | | |
| | | | | | | пола, выпрямиться, | | |
| | | | | | | повторить (4-5р.). | | |
| «Bo | т лето приц | іло!» | | | | | | |
| 69 | | 69. | Учить свободно, ориентироваться в | Ходьба с | Бег с | (без предметов) – И.п.: стоя | Бег и ходьба | П/и «Пугало» |
| | | «Дождик, | пространстве с выполнением | выполне | ускорени | ноги на ширине плеч, руки | врассыпную, | |
| | | дождик | заданий. Развивать скорость бега, | нием | ем. | опущены; поднять руки | ориентировка в | |
| | | лей, лей | быстроту реакции, внимание. | заданий. | | через стороны вверх, | пространстве. | |
| | | » | Воспитывать смелость, | | | хлопнуть в ладоши, | | |
| | | | самостоятельность. | | | 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.). | | |

| 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 поднима нием колена, с поворото м. Перестро ение | Бег врассыпн ую. | (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 поднима нием колена, Перестро ение в колонну по два. | Бег в разных направле ниях, 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 | Продолжать совершенствовать бег с | Ходьба с | Бег с | (с кубиками) – И.п.: стоя | -Бег в | П/и «Ловишки» |
|----|----------|-----------------------------------|-----------|-----------|-------------------------------|-----------|---------------|
| | иду тебя | изменением темпа, с остановкой на | остановк | остановк | ноги вместе, в каждой руке | умеренном | |
| | искать» | сигнал. Продолжать учить | ой на | ой на | кубик; поднять руки вверх, | темпе. | |
| | | действовать в разных условиях, | сигнал, с | сигнал, с | ударить кубик о кубик и | | |
| | | бегать с согласованными | выполне | выполне | опустить руки в стороны, | | |
| | | движениями рук и ног. Продолжать | нием | нием | повторить (4-5р.); И.п.: лежа | | |
| | | развивать быстроту, выносливость, | заданий. | заданий. | на животе, руки прямые | | |
| | | глазомер. Воспитывать смелость. | Перестро | | впереди на полу; поднять | | |
| | | | ение в | | руки от пола, развести их в | | |
| | | | колонну | | стороны, кратковременно | | |
| | | | по два. | | 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.). | | |

| 73 | 73. | Упражнять в ходьбе и беге в разных | Ходьба с | Бег с | (с платочком) – И.п.: стоя, | -Ходьба и бег в | П/и «Ежик» |
|----|---------|------------------------------------|----------|----------|-------------------------------|-----------------|------------|
| 13 | | | | | | | П/И «ЕЖИК» |
| | «Ежики» | направлениях, прыгать с | выполне | ускорени | держать платочек обеими | разных | |
| | | продвижением вперед. Упражнять в | нием | ем. | руками за углы; взмахнуть | направлениях | |
| | | подлезании под дугу. Развивать | заданий. | | платочком и поднять его над | | |
| | | скорость бега, быстроту реакции, | | | головой, опустить вниз, | | |
| | | внимание. Воспитывать | | | повторить (4-6р.); И.п.: сидя | | |
| | | самостоятельность. | | | 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- | | |
| | | | | | бр.); 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- | | |
| | | | | | 6p.). | | |

| 74 | 74. | Продолжать упражнять в ходьбе и | Ходьба с | Бег с | (с платочком) – И.п.: стоя, | - Ходьба и бег | П/и «Ежик» |
|----|----------|-----------------------------------|----------|----------|-------------------------------|----------------|-------------|
| /4 | | | | | | · ' | 11/4 (LANK) |
| | «Ежики | беге в разных направлениях, | выполне | ускорени | держать платочек обеими | в разных | |
| | собирают | прыгать с продвижением вперед. | нием | ем. | руками за углы; взмахнуть | направлениях | |
| | яблоки» | Продолжать упражнять в | заданий. | | платочком и поднять его над | | |
| | | подлезании под дугу. Продолжать | | | головой, опустить вниз, | | |
| | | развивать скорость бега, быстроту | | | повторить (4-6р.); И.п.: сидя | | |
| | | реакции, внимание. Воспитывать | | | ноги врозь, платочек | | |
| | | самостоятельность. | | | держать обеими руками | | |
| | | | | | впереди; наклониться | | |
| | | | | | вперед, положить платочек | | |
| | | | | | между ног, выпрямиться, | | |
| | | | | | поднять руки вверх, | | |
| | | | | | наклониться вперед, взять | | |
| | | | | | платочек за уголки, | | |
| | | | | | выпрямиться, повторить (4- | | |
| | | | | | бр.); 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- | | |
| | | | | | 6p.). | | |

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

| No॒ | Название раздела | 1,6 – 2 г. | | 2 – 3 г. | | | | | |
|-----------|-----------------------------------------------|------------|---------|----------|---------|--|--|--|--|
| Π/Π | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | 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.