

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение «Золотая рыбка»  
муниципального образования город Ноябрьск  
(МБДОУ «Золотая рыбка»)**

Нормативно-  
правовой  
документ

РАССМОТРЕНА  
на заседании Педагогического совета № 1  
протокол от 30.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом заведующего МБДОУ «Золотая рыбка»  
Е.В. Маляева от 30.08.2024 № 219-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
образовательного компонента  
«Физическая культура»  
образовательной области «Физическое развитие»  
для детей разновозрастной группы общеразвивающей направленности  
(от 1,6 месяцев до 3 лет)**

2024 - 2025 учебный год

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для детей разновозрастной группы (от 1 года 6 месяцев до 2 лет)
2. Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для детей разновозрастной группы (от 2 лет до 3 лет)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа является нормативно управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации образовательной и коррекционной деятельности воспитателя. Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста воспитатель создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Рабочая программа образовательного компонента «Физическая культура» (далее Рабочая программа) образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с:

- ✓ ФГОС дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями от 08.11.2022 № 955);
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 31.06.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, образовательным программам дошкольного образования» (с изменениями от 01.12.2022 № 1048);
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
- ✓ Образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Золотая рыбка» муниципального образования город Ноябрьск.

Рабочая программа рассчитана на 74 периода образовательной деятельности в год, 2 раза в неделю, длительностью в подгруппе от 1,6 до 2 лет и с 2 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**

- ✓ создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком;
- ✓ создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- ✓ поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- ✓ привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- ✓ укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

### **От 2 лет до 3 лет.**

- ✓ обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- ✓ развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- ✓ поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- ✓ формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;

- ✓ укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к
- ✓ здоровому образу жизни.

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-созданию 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 образовательного компонента «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	
		Количес тво ОД	В том число: практической ОД	Количес тво ОД	В том числе: практической ОД
<b>Сентябрь «Наш любимый детский сад»</b>					
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
<b>Октябрь «Осень»</b>					
10	«Звонкие погремушки»	1	1	1	1
11	«Погремушки у ребят»	1	1	1	1
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
<b>Ноябрь «Животный мир»</b>					
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
<b>Декабрь «Мой любимые игрушки»</b>					
27	«Веселые затеи»	1	1	1	1
28	«Озорные погремушки»	1	1	1	1
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
<b>Январь «Зима»</b>					
35	«Быстрые ребята»	1	1	1	1
36	«Маленькие цыплятки»	1	1	1	1
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
<b>Февраль «Одежда и обувь» «Транспорт»</b>					
41	«Ловкие и быстрые»	1	1	1	1
42	«Мой веселый мяч»	1	1	1	1
43	«Звонкий мяч»	1	1	1	1
44	«Цыплятки»	1	1	1	1
45	«Куручка 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
<b>Март «У кого какая мама?»</b>					
49	«Ветерок»	1	1	1	1
50	«Снежинки летят»	1	1	1	1
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
<b>Апрель «Весна»</b>					
57	«Прыг, прыг, скок...»	1	1	1	1
58	«Мыши и кот»	1	1	1	1
59	«Воробьишки и кот»	1	1	1	1
60	«Солнышко и дождик»	1	1	1	1
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
<b>Май «Вот и лето пришло!»</b>					
67	«Зайки побегайки»	1	1	1	1
68	«Ловкие зайчата»	1	1	1	
69	«Дождик, дождик лей, лей...»	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
	<b>Всего:</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>74</b>

**Требования к освоению образовательного компонента  
«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 года

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 образовательному компоненту «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 (50x50x 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, враспынную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

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

Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

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

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

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

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

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

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



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

#### Общеразвивающие упражнения

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

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

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

#### Подвижные игры

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

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

**ВОЗРАСТНО – ПОЛОВЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ  
КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ**

№ п/п	Показатели	Пол	1.6 г. - 3 лет	
			Начало уч. года	Конец уч. года
1	Скорость бега на 10 м, с	М	5,5	3,8
		Д	5,5	3,8
2	Ходьба, 10 м, с	М	10,5	7,9
		Д	10,8	7,5
3	Длина прыжка с места, см	М	20	50
		Д	20	40
4	Дальность броска правой рукой, (см)	М	159	291
		Д	147	245
5	Дальность броска левой рукой, (см)	М	128	226
		Д	111	204

## **Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для разновозрастной группы с 1 года 6 месяцев до 2 лет.**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Данная рабочая программа является нормативно управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации образовательной и коррекционной деятельности воспитателя. Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста воспитатель создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Рабочая программа образовательного компонента «Развитие речи» (далее Рабочая программа) образовательной области «Речевое развитие» разработана в соответствии с:

- ✓ ФГОС дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями от 08.11.2022 № 955);
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 31.06.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, образовательным программам дошкольного образования» (с изменениями от 01.12.2022 № 1048);
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
- ✓ Образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Золотая рыбка» муниципального образования город Ноябрьск.

Рабочая программа рассчитана на 74 периода образовательной деятельности в год, 2 раза в неделю, длительностью в подгруппе от 1.6 до 2 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

- ✓ создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребенком;
- ✓ создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве;
- ✓ поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом;
- ✓ привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- ✓ укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

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 образовательного компонента «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	
		Количество ОД	В том числе: практической ОД
<b>Сентябрь «Наш любимый детский сад»</b>			
1	«Воробышки летят»	1	1
2	«Воробышки»	1	1
3	«Ловкие ребята»	1	1
4	«Быстрые ребята»	1	1
5	«Зайчики»	1	1
6	«Зайки на лужайке»	1	1
7	«Дружные ребята»	1	1
8	«Весёлые ребята»	1	1
<b>Октябрь «Осень»</b>			
9	«Звонкие погремушки»	1	1
10	«Погремушки у ребят»	1	1
11	«Дружная семейка»	1	1
12	«Быстрые жуки»	1	1
13	«Ловкие мышата»	1	1
14	«Прыг да скок»	1	1
15	«Колобки»	1	1
16	«Тише, тише...»	1	1
17	«Найди домик»	1	1
18	«Найди свой цвет»	1	1
<b>Ноябрь «Животный мир»</b>			
19	«Мячики»		
20	«Птички в домике»	1	1
21	«Лиса и куры»	1	1
22	«Рыжая лисичка»	1	1
23	«Снежинки»	1	1
24	«Мышки в кладовой»	1	1
25	«Птенчики»	1	1
26	«Комарики»	1	1
<b>Декабрь «Мой любимые игрушки»</b>			
27	«Веселые затеи»	1	1
28	«Озорные погремушки»	1	1
29	«Ручейки быстрые»	1	1
30	«Маленькие мышата»	1	1
31	«Меткий стрелок»	1	1
32	«Играй с ленточкой»	1	1
33	«Попрыгунчики»	1	1
34	«Пилоты»	1	1
<b>Январь «Зима»</b>			
35	«Быстрые ребята»	1	1
36	«Маленькие цыплятки»	1	1
37	«Черепашки»	1	1
38	«Чудесный мешочек»	1	1

39	«Зайчики»	1	1
40	«Ловкие и смелые»	1	1
<b>Февраль «Одежда и обувь» «Транспорт»</b>			
41	«Ловкие и быстрые»	1	1
42	«Мой веселый мяч»	1	1
43	«Звонкий мяч»	1	1
44	«Цыплятки»	1	1
45	«Курочка и цыплятки»	1	1
46	«Весёлые ручейки»	1	1
47	«Птички в гнездышках»	1	1
48	«Мы едем, едем, едем...»	1	1
<b>Март «У кого какая мама?»</b>			
49	«Ветерок»	1	1
50	«Снежинки летят»	1	1
51	«Снежинки и ветер»	1	1
52	«Мы веселые ребята»	1	1
53	«Цыплята на поляне»	1	1
54	«Вот какие мы большие»	1	1
55	«Мышата в норке»	1	1
56	«Падает, падает снег»	1	1
<b>Апрель «Весна»</b>			
57	«Прыг, прыг, скок...»	1	1
58	«Мыши и кот»	1	1
59	«Воробышки и кот»	1	1
60	«Солнышко и дождик»	1	1
61	«Рыбки плавают»	1	1
62	«Найди свой цвет»	1	1
63	«Мы полетели»	1	1
64	«Поймай рыбку»	1	1
65	«Попади в обруч»	1	1
66	«Птички»	1	1
<b>Май «Вот и лето пришло!»</b>			
67	«Зайки побегайки»	1	1
68	«Ловкие зайчата»	1	1
69	«Дождик, дождик лей, лей...»	1	1
70	«Птицы и дождь»	1	1
71	«Котик кис, кис, кис»	1	1
72	«Я иду тебя искать»	1	1
73	«Ежики»	1	1
74	«Ёжики собирают яблоки»	1	1
	<b>Всего:</b>	<b>74</b>	<b>74</b>

**Требования к освоению образовательного компонента  
«Физическая культура»  
образовательной области «Физическое развитие»**

1.6 – 2 лет

к концу года дети могут:

- Ходить прямо, сохраняя равновесие;
- Ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно;
- Отталкивать предметы при бросании и катании
- Выполнять некоторые движения совместно с другими детьми.

**Содержание работы по образовательному компоненту «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.

**ВОЗРАСТНО – ПОЛОВЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ  
КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ**

№ п/п	Показатели	Пол	1.6 г. - 3 лет	
			Начало уч. года	Конец уч. года
1	Скорость бега на 10 м, с	М	5,5	3,8
		Д	5,5	3,8
2	Ходьба, 10 м, с	М	10,5	7,9
		Д	10,8	7,5
3	Длина прыжка с места, см	М	20	50
		Д	20	40
4	Дальность броска правой рукой, (см)	М	159	291
		Д	147	245
5	Дальность броска левой рукой, (см)	М	128	226
		Д	111	204



**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ КОМПОНЕНТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1.6 ДО 2 ЛЕТ**

№	Дата		Форма ОД	Задачи	Содержание (по разделу)				П/игра, М/п/и
	П.Д	Ф			Ходьба	Бег	ОРУ	ОВД	
<b>Сентябрь. Блок «Наш любимый детский сад»</b>									
1			«Воробышки летят»	Развивать активность детей в процессе двигательной активности. Учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба подгруппами и всей группой.	Бег подгруппами и всей группой.	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	- ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м).	П/и (с ходьбой и бегом) «Воробышки и автомобиль» М/п/и «Обезьянки»
2			«Воробышки»	Продолжать развивать активность детей в процессе двигательной активности. Продолжать учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба друг за другом между предметами	Бег друг за другом между предметами	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	-Ходьба из обруча в обруч.	П/и «Мыши и кот» П/и «С кочки на кочку»
3			«Ловкие ребята»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.)	- Ходьба между линиями.	П/и «Поймай комара». М/п/и «Бегите к флажкам»

							И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)		
4			«Быстрые ребята»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.) И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)	-Бег по прямой.	П/и «Пешеходы» М/п/и «Круг – кружочек»
5			«Зайчики»	Определить гибкость детей. Развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п. (каждое упраж-е повторять 3-4 р.)	-Наклон туловища вперед из положения сидя.	П/и «С кочки на кочку». П/и «Зайцы и волк»

6			«Зайчики»	Продолжать определять гибкость детей. Продолжать развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках.	Бег по кругу.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п. (каждое упраж-е повторять 3-4 р.)	- Пролезание в обруч.	П/и Проползи через обруч» М/п/и «Круг – кружочек»
7			«Дружные ребята»	Учить метать набивной мяч двумя руками из-за головы. Развивать координацию. Воспитывать интерес к играм с мячом.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вниз; на сигнал воспитателя «Птички машут крыльшками» дети делают взмахи руками; И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе; повороты тела вправо-влево; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки вверх, опустить. (каждое упраж-е повторять 3-4р.)	- Метание набивного мяча из-за головы двумя руками.	П/и «Попади в круг».
8			«Весёлые ребята»	Продолжать учить метать набивной мяч двумя руками из-за головы. Продолжать развивать координацию. Воспитывать интерес к играм с мячом.	Ходьба обычная, на носках. Построение	Бег обычный. Бег с одного края	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вниз; на сигнал воспитателя «Птички	- Метание набивного мяча	П/и «Лохматый пёс» М/п/и

					е в круг	площадки на др.	машут крыльшками» дети делают взмахи руками; И.п.: сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе; повороты тела вправо-влево; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки вверх, опустить. (каждое упраж-е повторять 3-4р.)	из-за головы двумя руками.	«Великаны и гномы
<b>Октябрь. Блок «Осень»</b>									
9	08.10 2020		«Звонкие погремушки»	Учить детей ходьбе и бегу по кругу; сохранять равновесие. Совершенствовать умение реагировать на сигнал.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с погремушками) – И.п.: сидя на полу; поднять погремушки вверх, опустить; И.п.: стоя; присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, присесть, взять погремушку, выпрямиться; И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища, погремушки в обеих руках; поднять руки, показать погремушки, опустить. (каждое упражнение повторить 3-4р.)	-Ходьба между двумя линиями (2-2,5м).	П/и «Птички и птенчики»
10			«Погремушки у ребят»	Продолжать учить детей ходьбе и бегу по кругу; сохранять равновесие. Продолжать совершенствовать умение реагировать на сигнал.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг	Бег обычный. Бег с одного края площадки на др.	(с погремушками) – И.п.: сидя на полу; поднять погремушки вверх, опустить; И.п.: стоя; присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, присесть, взять	-Ходьба между двумя линиями (2-2,5м).	П/и «Птички и птенчики»

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

							принять исходное положение; И.п.: то же; наклониться вперед, платочек опустить вниз, принять исходное положение. (каждое упражнение повторять 3-4р.)	на колени и ладони.	
13			«Ловкие мышата»	Учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Метание мешочка в дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мышцы»
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 воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-6р.)	-Метание мешочка в дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мышцы»
15			«Колобок»	Учить катать мяч двумя руками друг	Ходьба	Бег	(без предметов) – И.п.: стоя	-	П/и «Чей

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

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



				равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Продолжать развивать силу, желание заниматься физкультурой.	упражнения.		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.)	линиями (20см).	
21			«Лиса и куры»	Учить ходить по ограниченному пространству. Развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена. Построение в круг	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться погремушками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.); И.п. сидя, ноги свободно лежат на полу, руки на коленях; поднять руки в стороны – вверх, потянуться вверх, опустить руки, повторить (3-4р.).	-Ходьба по ребристой доске.	П/и «Лиса и куры».
22			«Рыжая лисичка»	Продолжать учить ходить по ограниченному пространству. Продолжать развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена. Построение в круг.	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена.	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх,	-Метание в горизонтальную цель 2 руками снизу (2,5м). -Ходьба	П/и «Лиса и куры».

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

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

			упражнять в равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах.	Перестроение по два. Бег с изменением темпа.	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; повторить (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.).	- Передача шаров др. другу.		
<b>Декабрь. Блок «Мой любимые игрушки»</b>								
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 подниманием колена.	Бег подгруппам и всей группой.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-6р.); И.п.: стоя, руки внизу;	«Веселые затеи» -Ходьба по линии. -Метание на дальность.	П/и «Порывенькой дорожке» П/и «Угадай, кто кричит»

							подняться на носки, руки поднять вверх – «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени – «Солнышко низко» (5-6.).		
28			«Озорные погремушки»	Продолжать учить детей ориентироваться на местности. Продолжать развивать умения быть организованными. Продолжать создавать условия для проявления ловкости и выносливости в играх. Воспитывать уверенность, инициативу.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, по прямой и извилистой дорожке.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (4-6р.); И.п.: стоя, руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Солнышко высоко», присесть и положить ладони на колени – «Солнышко низко» (5-6.).	- Ползание на четвереньках между предметами.	П/и «Найди свой домик»
29			«Ручейки быстрые»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по извилистой дорожке, по кругу	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погребеть ею, присесть, положить погремушку на пол, выпрямиться, хлопнуть в ладоши, затем присесть, взять погремушку; то же выполнить другой рукой,	«Давайте придумывать» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянуто	П/и «Пройди, не урони!»

							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.).	й руки по скамейке.	
30			«Маленькие мышата»	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Продолжать сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, по кругу. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погнать 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 придумаем» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	П/и «Мыши в кладовой»
31			«Меткий стрелок»	Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле,	-Ходьба по гимнастической скамье.	«Разбегись не упади» П/и «Меткий стрелок»

							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			«Играй с ленточкой»	Продолжать учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Продолжать развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.	- Ходьба по гимнастической скамье.	П/и «Сними ленточку».
33			«Попрыгунчики»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в ходьбе, беге по кругу. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола,	- Прыжки вверх, доставая предмет.	П/и «Разбегись не упади» П/и «Достань снежинку»

							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			«Пилоты»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в ходьбе, беге по кругу. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, кубики в руках; наклониться вперед, дотронуться кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Ходьба по г/скамейке. - Г/упражнение «Петушок».	П/и «Пилоты»
<b>Январь. Блок «Зима»</b>									
35			«Быстрые ребята»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой	Бег в умеренном темпе.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол,	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикал	П/и «Сними ленточку».



				выполняемым действиям.	й по сигналу.		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; согнуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	ьную цель (1 - 1,2м).	
36			«Маленькие цыплятки»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в враспынную, с остановкой.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажки с пола, выпрямиться, поднять флажки над головой, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, флажки в обеих руках над головой; согнуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикальную цель (1 - 1,2м).	П/и «Сними ленточку».
37			«Черепашки»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой по	Бег в умеренном темпе.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	- Ходьба по г/скамейке. - Прыжки из обруча	П/и «Мыши в кладовой».

				сигналу.				в обруч.	
38			«Чудесный мешочек»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба по кругу, змейкой. Перестроение врассыпную.	Бег змейкой, врассыпную.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	-Ходьба по г/скамейке. -Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».
39			«Зайчики»	Упражнять в ползании на четвереньках. Совершенствовать умение и навыки в бросании мешочков. Упражнять в умении катать мяч к другу. Развивать ловкость. Воспитывать уверенность.	И/у «Возьми кубик». Дети идут по кругу, вокруг снежков. По сигналу быстро берут снежки в руки.	Бег змейкой, врассыпную.	(с мешочком) – И.п.: сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях; поднять руки вверх, подтянуться, опустить руки на колени; И.п.: стоя, руки внизу, в одной руке мешочек; положить мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	- Ползание на четвереньках. - Бросание мешочка в даль.	П/и «Зайцы и волк»
40			«Ловкие и смелые»	Продолжать упражнять в ползании на четвереньках. Продолжать совершенствовать умение и навыки в бросании мешочков. Продолжать упражнять в умении катать мяч к другу. Продолжать развивать ловкость.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой. Перестроение	Бег в колонне по одному с остановкой на сигнал. Бег с	(с мешочком) – И.п.: сидя, держать мешочек в обеих руках на коленях; поднять руки вверх, подтянуться, опустить руки на колени; И.п.: стоя, руки внизу, в	-Ходьба с перешагиванием через г/палки. -	П/и «Зайцы и волк»

				Воспитывать уверенность.	врассыпную.	изменением темпа.	одной руке мешочек; положить мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	Ползание на четвереньках, подлезание под дугу.	
<b>Февраль. «Одежда и обувь» «Транспорт»</b>									
41			«Ловкие и смелые»	Учить детей катать мяч к друг другу. Знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	Бег с ускорением и замедлением темпа.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	-Катание мяча к друг другу. - Игровые упражнения с мячом.	И/упражнения на гим. скамье: «Быстро вниз» «Чем дальше, тем лучше»
42			«Мой веселый мяч»	Продолжать учить детей катать мяч к друг другу. Продолжать знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Продолжать развивать силу,	Ходьба в разных направлениях.	Бег змейкой, на носках, врассыпную.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на	-Бег врассыпную. Подлезан	П/и «Самолеты» М/п/и «Кто ушел»

				выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Перестроение в колонну по два.		стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	е под шнур.	
43			«Звонкий мяч»	Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную. - Подлезание под шнур	Н/п/и «Охота на волка» П/и «Бездомный заяц
44			«Цыплятки»	Продолжать развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Продолжать воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Продолжать поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два	Бег врассыпную.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную. - Подлезание под шнур	П/и «Наседка и цыплята».
45			«Курочка и цыплятки»	Учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба на лыжах на месте, с продвижением.	Бег врассыпную, с препятствиями.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-6р.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной;	- Бег между двумя шнурами (расстояние между	М/п/и «След в след» П/и «Кто как передвигается»

							наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	ними 25-30 см); - Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами;	
46			«Весёлые ручейки»	Продолжать учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба в колонне по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по прямой, извилистой дорожке, в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-6р.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	-Ходьба по г/скамейке с перешагиванием через предметы.	Н/п/и «Ручейки и озера» П/и «Кто как передвигается».
47			«Птички в гнздышках»	Учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать	- Ходьба по прямой дорожке	П/и (с ходьбой и бегом) «Птички в гнздышках».

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

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

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



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



							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			«Мыши и кот»	Продолжать развивать умение мягко приземляться при выполнении прыжка. Продолжать упражнять в умении бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; быстро реагировать на сигнал. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	Ходьба по кругу с выполнением заданий. Перестроение в колонну по три.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки в опущенных руках; поднять флажки через стороны, помахать ими, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, флажки внизу; наклониться, помахать флажками перед собой, выпрямиться, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: то же; флажки у груди, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.).	- Ползание по г/скамейке с опорой на колени и ладони.	П/и «Мыши и кот».
59			«Воробьи и кот»	Развивать равновесие при ходьбе по шнуру. Закреплять умение катать мяч в заданном направлении. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать инициативу.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с платочками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в одной руке; поднять руку с платочком вверх, наклониться в одну и другую сторону; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.) каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуты, платочек в одной руке; поднять руку	-Ходьба по шнуру. - Катание мяча в заданном направлении.	П/и «Воробушки и кот»

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

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

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

					ние в колонну по два.		шишку в одной руке; 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-бр.).	отталкиваясь ногами.	
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 подниманием колена,	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-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 направлении. - Бросание и ловля мяча. -Метание в цель.	П/и «Попади в обруч».
66			«Птички»	Продолжать упражнять в катании мяча. Продолжать учить бросать мяч и ловить его. Продолжать знакомить с	Ходьба с высоким подниманием	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль	-Катание мячей друг	П/и «Птицы и автомобиль».

				техники метания мяча в цель во время игры «Попади в обруч». Воспитывать самостоятельность, активность.	ем колена, Перестроение в колонну по два.		туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на ширине плеч, руки с флажками у плеч; присесть, постучать палочками о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, флажки в обеих руках внизу; поднять флажки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	другу. -Катание мячей между предмета ми. - Бросание одной рукой через сетку.	
<b>Май. Блок «Вот и лето пришло!»»</b>									
67			«Зайки побегайки»	Учить осознанно, относиться к выполнению правил. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Ходьба обычная, приставным шагом, враспыну ю. Перестроение в колонну по три.	Бег враспынную .	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	-Бег враспыну ю, ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Охотники и зайцы» П/и «Лохматый пес» М/п/и «Эхо».
68			«Ловкие зайчата»	Продолжать учить осознанно, относиться к выполнению правил. Продолжать совершенствовать ориентировку в пространстве. Продолжать развивать у детей	Ходьба парами. Ходьба с высоким поднимани	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.:	-Лазание по г/стенке. - Бросание	П/и «Ловкие зайчата».



				организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	ем колена. Перестроение в колонну по три.		сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	мяча о пол и ловля его (2-3 раза подряд).	
69			«Дождик, дождик лей, лей...»	Учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).	-Бег и ходьба враспынную, ориентировка в пространстве.	П/и «Пугало»
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 подниманием колена, с поворотом Перестроение	Бег враспынную .	(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,	-Бег и ходьба враспынную, ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Важенька и оленята» П/и «Ловишка с лентой».

					ние		согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).		
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 подниманием колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону, коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег на 10 метров.	П/и «Кот Васька». М/п/и «Скажи и покажи».
72			«Я иду тебя искать»	Продолжать совершенствовать бег с изменением темпа, с остановкой на сигнал. Продолжать учить действовать в разных условиях, бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту, выносливость, глазомер. Воспитывать	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки	-Бег в умеренном темпе.	П/и «Ловишки»

				смелость.	Перестроение в колонну по два.		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.).		
73	27.05 2021		«Ежики»	Упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях, прыгать с продвижением вперед. Упражнять в подлезании под дугу. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий	Бег с ускорением.	(с платочком) – И.п.: стоя, держать платочек обеими руками за углы; взмахнуть платочком и поднять его над головой, опустить вниз, повторить (4-6р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек держать обеими руками впереди; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, наклониться вперед, взять платочек за уголки, выпрямиться, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, платочек держать обеими руками над головой; поднять одну ногу (можно в согнутом положении),	-Ходьба и бег в разных направлениях	П/и «Ежик»

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

## **Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для разновозрастной группы общеразвивающей направленности с 2 лет до 3 лет**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Данная рабочая программа является нормативно управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации образовательной и коррекционной деятельности воспитателя. Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста воспитатель создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Рабочая программа образовательного компонента «Физическая культура» (далее Рабочая программа) образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с:

- ✓ ФГОС дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями от 08.11.2022 № 955);
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 31.06.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, образовательным программам дошкольного образования» (с изменениями от 01.12.2022 № 1048);
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
- ✓ Образовательной программой дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Золотая рыбка» муниципального образования город Ноябрьск.

Рабочая программа рассчитана на 74 периода образовательной деятельности в год, 2 раза в неделю, длительностью в подгруппе с 2 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**:

2 – 3 лет

- ✓ обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- ✓ развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- ✓ поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- ✓ формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- ✓ укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к

✓ здоровому образу жизни.

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-созданию 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 образовательного компонента «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)	2 - 3	
		Количество ОД	В том числе: практической ОД
<b>Сентябрь «Наш любимый детский сад»</b>			
1	«Воробышки летят»	1	1
2	«Воробышки»	1	1
3	«Ловкие ребята»	1	1
4	«Быстрые ребята»	1	1
5	«Зайчики»	1	1
6	«Зайки на лужайке»	1	1
7	«Дружные ребята»	1	1
8	«Весёлые ребята»	1	1
<b>Октябрь «Осень»</b>			
9	«Звонкие погремушки»	1	1
10	«Погремушки у ребят»	1	1
11	«Дружная семейка»	1	1
12	«Быстрые жуки»	1	1
13	«Ловкие мышата»	1	1
14	«Прыг да скок»	1	1
15	«Колобки»	1	1
16	«Тише, тише...»	1	1
17	«Найди свой цвет»	1	1
18	«Найди домик»	1	1
<b>Ноябрь «Животный мир»</b>			
19	«Мячики»		
20	«Птички в домике»	1	1
21	«Лиса и куры»	1	1
22	«Рыжая лисичка»	1	1
23	«Снежинки»	1	1
24	«Мышки в кладовой»	1	1
25	«Птенчики»	1	1
26	«Комарики»	1	1
<b>Декабрь «Мой любимые игрушки»</b>			
27	«Веселые затеи»	1	1
28	«Озорные погремушки»	1	1
29	«Ручейки быстрые»	1	1
30	«Маленькие мышата»	1	1
31	«Меткий стрелок»	1	1
32	«Играй с ленточкой»	1	1
33	«Попрыгунчики»	1	1
34	«Пилоты»	1	1
<b>Январь «Зима»</b>			
35	«Быстрые ребята»	1	1
36	«Маленькие цыплятки»	1	1
37	«Черепашки»	1	1
38	«Чудесный мешочек»	1	1

39	«Зайчики»	1	1
40	«Ловкие и смелые»	1	1
<b>Февраль «Одежда и обувь» «Транспорт»</b>			
41	«Ловкие и быстрые»	1	1
42	«Мой веселый мяч»	1	1
43	«Звонкий мяч»	1	1
44	«Цыплятки»	1	1
45	«Курочка и цыплятки»	1	1
46	«Весёлые ручейки»	1	1
47	«Птички в гнездышках»	1	1
48	«Мы едем, едем, едем...»	1	1
<b>Март «У кого какая мама?»</b>			
49	«Ветерок»	1	1
50	«Снежинки летят»	1	1
51	«Снежинки и ветер»	1	1
52	«Мы веселые ребята»	1	1
53	«Цыплята на поляне»	1	1
54	«Вот какие мы большие»	1	1
55	«Мышата в норке»	1	1
56	«Падает, падает снег»	1	1
<b>Апрель «Весна»</b>			
57	«Прыг, прыг, скок...»	1	1
58	«Мыши и кот»	1	1
59	«Воробышки и кот»	1	1
60	«Солнышко и дождик»	1	1
61	«Рыбки плавают»	1	1
62	«Найди свой цвет»	1	1
63	«Мы полетели»	1	1
64	«Поймай рыбку»	1	1
65	«Попади в обруч»	1	1
66	«Птички»	1	1
<b>Май «Вот и лето пришло!»</b>			
67	«Зайки побегайки»	1	1
68	«Ловкие зайчата»	1	1
69	«Дождик, дождик лей, лей...»	1	1
70	«Птицы и дождь»	1	1
71	«Котик кис, кис, кис»	1	1
72	«Я иду тебя искать»	1	1
73	«Ежики»	1	1
74	«Ёжики собирают яблоки»	1	1
	<b>Всего:</b>	<b>74</b>	<b>74</b>



**Требования к освоению образовательного компонента  
«Физическая культура»  
образовательной области «Физическое развитие»**

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, перелезть через бревно, лежащее на полу.

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

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, в рассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

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

Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

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

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

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

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

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

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться вправо — влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться

вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

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

#### Подвижные игры

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

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

**ВОЗРАСТНО – ПОЛОВЫЕ ЗНАЧЕНИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ  
КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ**

№ п/п	Показатели	Пол	1.6 г. - 3 лет	
			Начало уч. года	Конец уч. года
1	Скорость бега на 10 м, с	М	5,5	3,8
		Д	5,5	3,8
2	Ходьба, 10 м, с	М	10,5	7,9
		Д	10,8	7,5
3	Длина прыжка с места, см	М	20	50
		Д	20	40
4	Дальность броска правой рукой, (см)	М	159	291
		Д	147	245
5	Дальность броска левой рукой, (см)	М	128	226
		Д	111	204

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМУ КОМПОНЕНТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ**

№	Дата		Форма НОД	Задачи	Содержание (по разделу)				П/игра, М/п/и
	П.Д	Ф			Ходьба	Бег	ОРУ	ОВД	
<b>Сентябрь. Блок «Наш любимый детский сад»</b>									
1			«Воробышки летят»	Развивать активность детей в процессе двигательной активности. Учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба подгруппам и и всей группой.	Бег подгруппами и всей группой.	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	- ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м).	П/и (с ходьбой и бегом) «Воробышки и автомобиль» М/п/и «Обезьянки»
2			«Воробышки»	Продолжать развивать активность детей в процессе двигательной активности. Продолжать учить ходить и бегать подгруппами и всей группой, ползать на четвереньках по прямой. Воспитывать у детей интерес к занятию.	Ходьба друг за другом между предметами	Бег друг за другом между предметами	(без предметов) - «Птички машут крыльями»; - «птички клюют зернышки»; - «Птички летают».	-Ходьба из обруча в обруч.	П/и «Мыши и кот» П/и «С кочки на кочку»
3			«Ловкие ребята»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые,	- Ходьба между линиями.	П/и «Поймай комара». М/п/и «Бегите к флажкам»

							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			«Быстрые ребята»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать дружеское отношение между детьми.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	«Слушай сигнал» - ходьба и бег по сигналу воспитателя.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.) И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в исходное положение, повторить (5р.) И.п.: стоя на коленях, руки на пояс; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.)	-Бег по прямой.	П/и «Пешеходы» М/п/и «Круг – кружочек»
5			«Зайчики»	Определить гибкость детей. Развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба обычная, на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком	-Наклон туловища вперед из положения сидя.	П/и «С кочки на кочку». П/и «Зайцы и волк»

							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.)		
6			«Зайчики»	Продолжать определять гибкость детей. Продолжать развивать силу, координацию движений. Воспитывать интерес к подвижным играм.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках.	Бег по кругу.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажком опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны; И.п.: стоя, руки с флажком опущены; присесть, положить флажок на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажок с пола, выпрямиться, поднять флажок над головой; И.п.: сидя ноги вместе, флажки на коленях; наклониться, коснуться флажками носков ног, выпрямиться, вернуться в и.п. (каждое упраж-е	-Пролезание в обруч.	П/и Проползи через обруч» М/п/и «Круг – кружочек»

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

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



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

							положение. (каждое упражнение повторяют 3-4р.)		
13			«Ловкие мышата»	Учить метать мешочек на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. Воспитывать желание быть сильным.	Ходьба всей группой за воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-бр.)	-Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мышцы»
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 воспитателем стайкой. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег всей группой за воспитателем стайкой. Бег на носках.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упраж-е «Жучки»); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклоны в стороны, повторить (4-бр.)	-Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	П/и «Ловкие мышцы»

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

				при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать положительное отношение к движениям, внимание.	воспитателем. Построение в круг.		показать воспитателю платочек, спрятать за спину, повторить (4-бр.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках; наклониться, касаясь платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.)	стороны).	
18			«Найди свой цвет»	Продолжать учить детей самостоятельно входить на гимнастическую скамейку. Продолжать развивать равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Воспитывать положительное отношение к движениям, внимание.	Ходьба по линии, приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги.	Бег в колонне по одному за воспитателем	(с платочками) – И.п.: сидя, руки опущены; поднять руки вверх, показать воспитателю платочек, спрятать за спину, повторить (4-бр.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, платочек в обеих руках; наклониться, касаясь платочком пола, вернуться в И.П., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять ноги вверх, опустить, повторить (3-4р.)	- Ориентировка в пространстве. -Бег в рассыпную.	П/и «Найди свой цвет» П/и «Поезд»
<b>Ноябрь. Блок «Животный мир»</b>									

19			«Мячики»	Совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Развивать чувство равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Развивать силу, желание заниматься физкультурой.	Ходьба по кругу. Ходьба на носках. Построение в круг.	Бег по кругу. Бег на носках.	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять его вверх, опустить, повторить (4-6.); И.п.: то же, мяч в обеих руках у груди, повторить (4-6.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклониться, касаясь мячом пола, вернуться в И.п., повторить (3-4р.)	-Ходьба, бег между 2 линиями (20см).	П/и «Мыши в кладовой». М/п/и «Аист».
20			«Птички в домике»	Продолжать совершенствовать ходьбу, бег в разных направлениях. Продолжать развивать чувство равновесия в ходьбе, беге между двумя линиями (20см). Продолжать развивать силу, желание заниматься физкультурой.	Ходьба, имитационные упражнения.	Бег в медленном темпе	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять его вверх, опустить, повторить (4-6.); И.п.: то же, мяч в обеих руках у груди, повторить (4-6.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч; наклониться, касаясь мячом пола, вернуться в И.п., повторить (3-4р.)	-Ходьба, бег между 2 линиями (20см).	П/и «Птички в гнздышках»
21			«Лиса и куры»	Учить ходить по ограниченному пространству. Развивать равновесие, координацию движений в ходьбе по ограниченной площади. Способствовать развитию мышц спины, укреплять стопу. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена. Построение в круг	Бег в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колена	(с погремушками) – И.п.: стоя, руки с погремушками внизу; поднять руки вперед, показать погремушку и спрятать за спину, повторить (4-6р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища;	-Ходьба по ребристой доске.	П/и «Лиса и куры».

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

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

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



			равновесии. Воспитывать уверенность в своих силах.	Бег с изменением темпа.	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.).	шаров др. другу.	
--	--	--	--	-------------------------	---	------------------	--

**Декабрь. Блок «Мой любимые игрушки»**

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 подниманием колена.	Бег подгруппами и всей группой.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-6р.); И.п.: стоя на четвереньках;	«Веселые затеи» -Ходьба по линии. -Метание на дальность.	П/и «Поровенькой дорожке» П/и «Угадай, кто кричит»
----	--	-----------------	---	---	---------------------------------	--	--	---

							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» (5-6.).		
28		«Озорные погремушки»	Продолжать учить детей ориентироваться на местности. Продолжать развивать умения быть организованными. Продолжать создавать условия для проявления ловкости и выносливости в играх. Воспитывать уверенность, инициативу.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, по прямой и извилистой дорожке.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо – влево, наклоны вперед, в стороны, повторить (4-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» (5-6.).	-Ползание на четвереньках между предметами.	П/и «Найди свой домик»	
29		«Ручейки быстрые»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Сохранять равновесие в	Ходьба в колонне по одному, по	Бег по извилистой дорожке, по	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены,	«Давайте придумаем»	П/и «Пройди, не урони!»	

				упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	два. Перестроение в колонну по два.	кругу	погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погребить 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.).	- Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	
30			«Маленькие мышата»	Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по линии. Продолжать сохранять равновесие в упражнениях со снежинкой на ладони вытянутой руки, на повышенной площади опоры. Воспитывать внимание.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, по кругу. Перестроение в колонну по два.	Бег враспынную, по кругу.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги слегка расставлены, погремушка в одной руке; поднять погремушку вверх, погребить 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.:	«Давайте придумывать» - Ходьба по линии. - Ходьба со снежинкой на ладони вытянутой руки по скамейке.	П/и «Мыши в кладовой»

							сидя, держа погремушку в обеих руках, руках на коленях; не сгибая колени, наклониться вперед, коснуться погремушкой носков ног, выпрямиться, повторить (3-4р.).		
31			«Меткий стрелок»	Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.	-Ходьба по гимнастической скамье.	«Разбегись не упади» П/и «Меткий стрелок»
32			«Играй с ленточкой»	Продолжать учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Продолжать развивать координацию движений. Воспитывать желание помогать товарищам.	Ходьба в разных направлениях, по прямой, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную, по кругу.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться «Мышки в норке»; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, опустить на колени, повторить (4-5р.); И.п.: сидя на стуле; руками	- Ходьба по гимнастической скамье.	П/и «Сними ленточку».

							держаться за сиденье сбоку, поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить (4-5р.) каждой ногой.		
33			«Попрыгунчик и»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Упражнять в ходьбе, беге по кругу. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба приставным шагом вправо, влево.	Бег врассыпную с препятствиями.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть, коснуться кубиками пола, выпрямиться, поднять руки вверх, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, кубики в руках; наклониться вперед, дотронуться кубиками ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	- Прыжки вверх, доставая предмет.	П/и «Разбегись не упали» П/и «Достань снежинку»
34			«Пилоты»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать упражнять в ходьбе, беге по кругу. Продолжать развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища; соединить руки, не сгибая в локтях, ударить кубик о кубик, развести руки в стороны, повторить (3 -4р.); И.п.: стоя, руки с кубиками опущены; присесть,	-Ходьба по г/скамейке. - Г/упражнение «Петушок».	П/и «Пилоты»

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

36			«Маленькие цыплятки»	Учить детей правильному хвату руками за рейки гимнастической стенки при влезании на нее. Развивать глазомер, силу броска при метании мячей в вертикальную цель (высота 1,2м). Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в разных направлениях, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, в врассыпную, с остановкой.	(с флажками) – И.п.: стоя, руки с флажками опущены; поднять руки вперед, вверх, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: то же; присесть, положить флажки на пол, выпрямиться, показать руки воспитателю, присесть, взять флажки с пола, выпрямиться, поднять флажки над головой, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, флажки в обеих руках над головой; согнуть колени, коснуться флажками колен, вернуться в И.п., повторить (5р.).	-Лазание по г/стенке. -Метание мячей в вертикальную цель (1 - 1,2м).	П/и «Сними ленточку».
37			«Черепашки»	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать уверенность.	Ходьба с перешагиванием предметов, с остановкой по сигналу.	Бег в умеренном темпе.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	- Ходьба по г/скамейке. - Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».
38			«Чудесный мешочек»	Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по ограниченной площади. Продолжать совершать прыжки из обруча в обруч с мягким приземлением. Продолжать	Ходьба по кругу, змейкой. Перестроение в врассыпную	Бег змейкой, в врассыпную.	(без предметов) – «По тропинке»; - «Птички летают»; - «Птички клюют зернышки»; - «Где звенит?».	-Ходьба по г/скамейке. -Прыжки из обруча в обруч.	П/и «Мыши в кладовой».

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



							мешочек на голову, придерживать его сбоку обеими руками, не торопясь, присесть, выпрямиться; И.п.: лежа на животе, мешочек в обеих руках под подбородком; вытянуть руки вперед, показать мешочек, вернуться в И.п. (каждое упражнение повторяется 3-4 раза).	под дугу.	
<b>Февраль. «Одежда и обувь» «Транспорт»</b>									
41			«Ловкие и смелые»	Учить детей катать мяч к другу другу. Знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	Бег с ускорением и замедлением темпа.	(со стульчиком) – И.п.: стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	-Катание мяча к другу другу. - Игровые упражнения с мячом.	И/упражнения на гимнастическом скамье: «Быстро вниз» «Чем дальше, тем лучше»
42			«Мой веселый	Продолжать учить детей катать	Ходьба в	Бег змейкой, на	(со стульчиком) – И.п.:	-Бег	П/и

			мяч»	мяч к друг другу. Продолжать знакомить с игровыми упражнениями с мячом. Продолжать развивать силу, выносливость, координацию движений. Воспитывать самостоятельность.	разных направлениях. Перестроение в колонну по два.	носках, врассыпную.	стоя за стульчиком; держась за спинку, присесть и выпрямиться; И.п.: сидя на стуле, руки на коленях; поднять руки через стороны вверх, сделать хлопок, опустить на колени; И.п.: сидя на стуле, руками держаться за сиденье сбоку; поочередно поднимать то одну, то другую ногу, повторить каждой ногой. (Каждое упражнение повторить 3-4р.).	врассыпную . Подлезание под шнур.	«Самолеты» М/п/и «Кто ушел»
43			«Звонкий мяч»	Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную . -Подлезание под шнур	Н/п/и «Охота на волка» П/и «Бездомный заяц
44			«Цыплятки»	Продолжать развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, выносливость. Продолжать воспитывать честность, организованность, дружелюбие. Продолжать поддерживать интерес к подвижной игре, эмоциональное	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два	Бег врассыпную.	(с мячом) – «Лови мяч»; - «Покати мяч»; - «Целься вернее»; - «Мяч в кругу».	-Бег врассыпную . -Подлезание под шнур	П/и «Наседка и цыплята».

				общение со сверстниками. Воспитывать настойчивость.					
45			«Курочка и цыплятки»	Учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба на лыжах на месте, с продвижением.	Бег врассыпную, с препятствиями.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-бр.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	- Бег между двумя шнурами (расстояние между ними 25-30 см); - Прыжки в длину с места с отталкиванием двумя ногами;	М/п/и «След в след» П/и «Кто как передвигается».
46			«Весёлые ручейки»	Продолжать учить прыгать в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, бегать между двумя шнурами. Воспитывать самостоятельность, уверенность.	Ходьба в колонне по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по прямой, извилистой дорожке, в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч; повороты вправо-влево, повторить (4-бр.), в каждую сторону; И.п.: стоя ноги врозь, руки за спиной; наклониться вперед, коснуться руками носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; попеременное сгибание и разгибание ног (упражнение «Жучки»).	-Ходьба по г/скамейке с перешагиванием через предметы.	Н/п/и «Ручейки и озера» П/и «Кто как передвигается».

47			«Птички в гнездышках»	Учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-бр.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать палочками ленточек о пол, вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя, ленточки в обеих руках внизу; поднять ленточки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).	- Ходьба по прямой дорожке	П/и (с ходьбой и бегом) «Птички в гнездышках».
48			«Мы едем, едем, едем...»	Продолжать учить ходьбе, согласовывать движения рук и ног. Воспитывать интерес к выполняемым действиям.	Ходьба в колонне по одному, по два. Перестроение в колонну по два.	Бег по кругу с остановкой на сигнал, с поворотами.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ленточками, опустить, повторить (4-бр.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками в обеих руках у плеч; присесть, постучать палочками ленточек о пол, вернуться в И.п.,	-Катание мяча друг другу. -Катание мяча 2 руками, одной рукой. -Бросание мяча вверх, и ловля его.	П/и «Воробышки и автомобиль»

								повторить (3-4р.); И.п.: сидя, ленточки в обеих руках внизу; поднять ленточки вверх, покачать ими вправо-влево, опустить, повторить (3-4р.).		
<b>Март. «У кого какая мама»</b>										
49			«Ветерок»	Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Закреплять умение бегать с согласованными движениями рук и ног. Развивать быстроту. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	в	(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди; выпрямить руки вперед, показать мяч, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках внизу; поднять мяч вперед, повороты вправо-влево, повторить (3-4р.); сидя ноги вместе; наклониться вперед, касаясь мячом носков ног, вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	- Ходьба	П/и «Снежинки и ветер» М/п/и «Холодно-жарко».
50			«Снежинки летят»	Продолжать учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Продолжать закреплять умение бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой. Перестроение врассыпную.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.		(с мячом) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди; выпрямить руки вперед, показать мяч, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках	-Бег врассыпную. - Ориентировка в пространстве. -Бег, с	П/и «Снежинки и ветер» М/п/и «Холодно-жарко».

							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.).	поворотом вокруг себя.	
51			«Снежинки и ветер»	Учить детей ловить мяч после броска. Развивать равновесие при ходьбе по г/скамейке, перешагивая через бруски. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба в колонне по одному, приставным шагом, змейкой.	Бег в медленном темпе.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.).	- Ходьба с перешагиванием через бруски.	П/и «Снежинки и ветер»
52			«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 подниманием колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к	-Бросание мяча вниз, и ловля его (2-3 раза подряд). -Ходьба с перешагиванием через бруски.	П/и «Лохматый пес».

							себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться, повторить (5р.).		
53			«Цыплята на поляне»	Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба по прямой, по кругу, змейкой.	Бег змейкой, врассыпную, в быстром темпе.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; поднять руки вверх, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; одновременно отводить руки вперед-назад, повторить (5-6р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки с ленточками впереди; повернуть вправо-влево, повторить (3-4р.); И.п.: лежа на спине, руки вдоль туловища; поднять руки и ноги вверх, коснуться ленточками стоп ног и опустить на пол, повторить (3-4р.).	Подлезание под шнур. -Прыжки.	П/и «Мыши в кладовой» П/и «Мой весёлый звонкий мяч»
54			«Вот какие мы большие»	Продолжать развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, изменять движения в соответствии с образом, энергично отталкиваться в прыжках на двух	Ходьба парами, Ходьба с высоким подниманием м колена, с	Бег врассыпную.	(с ленточками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с ленточками внизу; поднять руки вверх, опустить, повторить (3-4р.); И.п.:	-Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. - Прокатыван	П/и (с бросание и ловлей) «Мяч в кругу».

				ногах, катать мяч в заданном направлении. Воспитывать активность, самостоятельность.	поворотом. Перестроение в колонну по три.		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.).	ие мяча между предметами.	
55			«Мышата в норке»	Развивать умение быстро реагировать на сигнал. Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба парами, Ходьба с высоким подниманием м колена, с поворотом	Бег врассыпную.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе; повороты туловища вправо-влево, повторить (3-4р.) в каждую сторону; И.п.: то же; наклоны вперед, в стороны, повторить (3-4р.); И.п.: стоя на четвереньках; поднять одну руку вверх, опустить, то же выполнить другой рукой, повторить (3-4.); И.п.: стоя руки внизу; подняться на носки, руки поднять вверх – «Вот какие мы	-Ходьба переменным шагом через шнуры. - Подлезание под шнур.	П/и «Мыши в кладовой»



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

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

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

							каждой рукой; И.п.: сидя, ноги вытянуты, платочек в одной руке; поднять руку вверх, помахать платочком над головой, опустить; то же выполнить другой рукой; повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, платочек в обеих руках; наклониться вперед, положить платочек между ног, выпрямиться, поднять руки вверх, сделать хлопок руками над головой, опустить руки вниз, наклониться, взять платочек, выпрямиться, повторить (3-4р.).		
61			«Рыбки плавают»	Закреплять знание понятий «колонна». Учить детей самостоятельно строиться в колонну. Совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать активность, самостоятельность.	Построение в колонне по одному, ходьба и бег в среднем темпе.	Бег в среднем темпе.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, погремушка в одной руке; руки поднять вверх, наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2-3р.); И.п.: сидя ноги врозь, погремушка в обеих руках впереди; поднять	-Ходьба, бег в колонне. -Прыжки в колонне.	Н/п/и «Рыбаки и рыбки» П/и «Мыши и кот»

							погремушку над головой, погременуть ею и опустить, повторить (3-4р.).		
62			«Найди свой цвет»	Продолжать закреплять знание понятий «колонна». Продолжать учить детей самостоятельно строиться в колонну. Продолжать совершенствовать строевые упражнения в играх. Воспитывать активность, самостоятельность.	Ходьба врассыпную на носках, с высоким подниманием колена, змейкой. Перестроение в колонну по два.	Бег врассыпную на носках.	(с погремушкой) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, погремушка в одной руке; руки поднять вверх, наклониться в одну и другую сторону упражнение «Часы идут»), повторить (2-3р.); И.п.: то же; погремушка в другой руке, повторить (2-3р.); И.п.: сидя ноги врозь, погремушка в обеих руках впереди; поднять погремушку над головой, погременуть ею и опустить, повторить (3-4р.).	-Бег с выполнением заданий: (остановка по сигналу, в указанное место, убежать от догоняющего).	П/и «День - ночь». М/п/и «Найди свой цвет»
63			«Мы полетели»	Учить бросать небольшие предметы в цель (2-3 м). Закреплять умение прыгать через предметы, отталкиваясь ногами. Развивать ловкость, глазомер. Воспитывать желание заниматься вместе с детьми.	Ходьба врассыпную .	Бег врассыпную	(с шишками) – И.п.: стоя ноги вместе, шишку держать обеими руками впереди; положить руки за спину – «Спрятать шишку» - и показать ее воспитателю, повторить (3-4р.); И.п.: стоя, держать шишку в одной руке; присесть, положить шишку на пол,	-Метание в цель (2-3 м). - Прыжки через предметы, отталкиваясь ногами.	П/и «Пилоты»

							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-бр.).		
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 враспынную на носках, с высоким подниманием колена. Перестроение в колонну по два.	Бег враспынную 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 руке; 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	-Метание в цель (2-3 м). - Прыжки через предметы, отталкиваясь ногами.	Н/п/и «Рыбаки и рыбки»

							животе, руки согнуты, ладони с шишкой у подбородка; вытянуть руки вперед, смотреть вперед и подтянуть их к подбородку, повторить (4-бр.).		
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 подниманием колена,	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-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 направлении и. -Бросание и ловля мяча. -Метание в цель.	П/и «Попади в обруч».
66			«Птички»	Продолжать упражнять в катании мяча. Продолжать учить бросать мяч и ловить его. Продолжать знакомить с техникой метания мяча в цель во время игры «Попади в обруч». Воспитывать самостоятельность, активность.	Ходьба с высоким подниманием колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с флажками) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки с флажками вдоль туловища; поднять руки вверх, помахать ими, опустить, повторить (4-бр.); И.п.: стоя на ширине плеч, руки с флажками у плеч;	-Катание мячей друг другу. -Катание мячей между предметами. -Бросание одной рукой	П/и «Птицы и автомобиль».

							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.).	через сетку.	
<b>Май Блок «Вот и лето пришло!»</b>									
67			«Зайки побегайки»	Учить осознанно, относиться к выполнению правил. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Ходьба обычная, приставным шагом, врассыпную . Перестроение в колонну по три.	Бег врассыпную.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	-Бег врассыпную , ориентировка в пространстве.	Н/п/и «Охотники и зайцы» П/и «Лохматый пес» М/п/и «Эхо».
68			«Ловкие зайчата»	Продолжать учить осознанно, относиться к выполнению правил. Продолжать совершенствовать ориентировку	Ходьба парами. Ходьба с высоким	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с мячом) – И.п.: стоя, держать мяч обеими руками; поднять его вверх, потянуться,	-Лазание по г/стенке. -Бросание мяча о пол и	П/и «Ловкие зайчата».



				в пространстве. Продолжать развивать у детей организованность, творчество, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	поднимание м колена. Перестроение в колонну по три.		опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги врозь, мяч держать обеими руками; наклониться вперед, коснуться мячом пола между ног, выпрямиться, повторить (4-5р.); И.п.: стоя, держать мяч обеими руками, руки внизу; присесть, коснуться мячом пола, выпрямиться, повторить (4-5р.).	ловля его (2-3 раза подряд).	
69			«Дождик, дождик лей, лей ...»	Учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	Ходьба с выполнением заданий.	Бег с ускорением.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены; поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, опустить, повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги прямые, руки в упоре сзади; подтянуть ноги к себе, согнуть в коленях, вернуться в И.п., повторить (5р.); И.п.: стоя на коленях, руки на поясе; сесть на пятки, подняться и повторить (5р.).	-Бег и ходьба врассыпную, ориентировка в пространстве.	П/и «Пугало»
70			«Птицы и дождь»	Продолжать учить свободно, ориентироваться в пространстве с выполнением заданий.	Ходьба парами, Ходьба с	Бег врассыпную.	(без предметов) – И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки опущены;	-Бег и ходьба врассыпную	Н/п/и «Важенка и оленята»

			Продолжать развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание. Воспитывать смелость, самостоятельность.	высоким подниманием колена, с поворотом Перестроение		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.).	, ориентировка в пространстве.	П/и «Ловишка с лентой».
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 подниманием колена, Перестроение в колонну по два.	Бег в разных направлениях, змейкой.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону,	-Бег на 10 метров.	П/и «Кот Васька». М/п/и «Скажи и покажи».

							коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).		
72			«Я иду тебя искать»	Продолжать совершенствовать бег с изменением темпа, с остановкой на сигнал. Продолжать учить действовать в разных условиях, бегать с согласованными движениями рук и ног. Продолжать развивать быстроту, выносливость, глазомер. Воспитывать смелость.	Ходьба с остановкой на сигнал, с выполнением заданий. Перестроение в колонну по два.	Бег с остановкой на сигнал, с выполнением заданий.	(с кубиками) – И.п.: стоя ноги вместе, в каждой руке кубик; поднять руки вверх, ударить кубик о кубик и опустить руки в стороны, повторить (4-5р.); И.п.: лежа на животе, руки прямые впереди на полу; поднять руки от пола, развести их в стороны, кратковременно фиксировать это положение (верхняя часть приподнята), вернуться в И.п., повторить (3-4р.); И.п.: сидя ноги вместе, руки на коленях; повернуться в одну сторону, коснуться кубиками пола (у колен или бедра), вернуться в И.п., повторить (3-4р.).	-Бег в умеренном темпе.	П/и «Ловишки»
73			«Ежики»	Упражнять в ходьбе и беге в разных направлениях, прыгать с продвижением вперед. Упражнять в подлезании под дугу. Развивать скорость бега, быстроту реакции, внимание.	Ходьба с выполнением заданий	Бег с ускорением.	(с платочком) – И.п.: стоя, держать платочек обеими руками за углы; взмахнуть платочком и поднять его над головой, опустить вниз,	-Ходьба и бег в разных направлениях	П/и «Ежик»

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

							вперед, взять платочек за уголки, выпрямиться, повторить (4-бр.);		
--	--	--	--	--	--	--	---	--	--

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТА ВОЗМОЖНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ  
РЕБЁНКА ОТ 1.6 ГОДА ДО 3 ЛЕТ**

№ п/п	Название раздела	1.6 – 2 г.		2 – 3 г.	
		I пол.	II пол.	I пол.	II пол.
<b>Физическое развитие</b>					
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	Бегаёт, 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 г. 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 ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО КОМПОНЕНТА «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.