

Муниципальное бюджетное дошкольное
детский сад комбинированного вида

Принято: Утверж
Педагогическим со Заведующий МБ
МБДОУ д/с № 44 44
№ 1
Протокол № 1 Приказ -ОМД ют5 30.
От «30» августа 2

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по образовательно-педагогической Физическое раз

на 2023 учебный год

Воспитатель:
Мурадова М. С.

Ставрополь, 2023

№ п /	Содержание	Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи реализации рабочей	3
1.3	Планируемые результаты (целевые рабочей программы	4
2	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	5
2.1	Образовательная деятельность в развития ребенка	9
2.2	Комплексо-методическое планирование	9
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	114
3.1	Режим дня, распределение обра различных видах деятельности	115
3.2	Материально-техническое обеспечение	115
3.3	Учебно-методическое обеспечение ра	116

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Указ Президента Российской Федерации от 7 июля 2012 года «О целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2025 года» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 28, ст. 3762);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 ноября 2013 г. № 1155 «Об утверждении государственной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрировано в Едином государственном реестре документов Министерства юстиции Российской Федерации, регистрационный № 61573), действующим до 1 июля 2025 года;
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, государственных санитарно-эпидемиологических требований к организациям дошкольного образования (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации, регистрационный № 61573), действующим до 1 июля 2025 года;
- Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утвержденные Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 762.

1.2. Цели и задачи программы

Физическое развитие включает приобретение детьми навыков двигательной активности: двигательной, в том числе направленных на развитие таких физических способностей, как выносливость, координация движений, также с правильным, не наносящим ущерба организму способом выполнения движений (ходьба, бег, прыжки, повороты в обе стороны и т.д.). Представлены некоторые виды спорта, охватывающие все направления целенаправленности и саморегуляции деятельности ребенка (в питании, двигательном режиме, закаливании и др.)».

Основные цели программы: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей навыков здорового образа жизни.

Физическая подготовка: укрепление и повышение умственной и физической работоспособности, обеспечение гармоничного физического развития в основных видах движений, воспитание крепости движений, формирование правильной осанки.

двигательной деятельности. Развитие инициативной двигательной активности, способности к самостоятельным движениям. Развитие интереса к участию в подвижных играх, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

1.3. Ожидаемые образовательные результаты

Младшая группа (3 года)

К концу года дети могут научиться:

- Действовать совместно в подвижных играх, согласовывать движения.
- Ходить прямо, не шаркая ногами, не наклоняясь.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление движения по указанию воспитателя.
- Сохранять равновесие при беге и ходьбе при перешагивании через предметы.
- Ползать на четвереньках произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на distance 40 см. и более.
- Катать мяч в заданном направлении с помощью рук и ног; ударять мячом об пол; подбрасывать и ловить; метать предметы правой и левой рукой.
- Пользоваться физкультурным оборудованием.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

К концу года дети могут:

- Принимать правильное положение тела при выполнении упражнений правой и левой рукой.
- Отбивать мяч о землю (пол) 5 раз подряд.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1 м.
- Строиться в колоннах по кругу, в шеренгу.
- Самостоятельно скользить по ледяным дорожкам.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние 10 м, подниматься на горку.
- Ориентироваться в пространстве.
- Выполняя упражнения, демонстрировать пластичность движений.
- Проявлять выраженный интерес к участию в подвижных играх.
- Пользоваться физкультурным оборудованием.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

К концу года дети могут:

- Выполнять ходьбу и бег легко, ритмично, в заданном направлении и темпе.
- Ползать по гимнастической стенке (высота 1 м).
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в длину с места.

см), в высоту с разбега (не менее 40 см) скакалку.

- Метать правой и левой рукой, на партию горизонтальную цель, с расстояния 5 м вверх, о землю и ловить его одной рукой в ходьбе (расстояние мяча). Владеть школой.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо, в шеренге; выполнять повороты направо, налево.
- Ходить на лыжах скользящим шагом; нахаживать лыжами.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами футбола, хоккея.
- Плавать (произвольно).
- Участвовать в подвижных играх и физических упражнениях.
- Участвовать в мультиспортивных играх.
- Пользоваться физкультурным оборудованием.

Подготовительная к школе группа (от 6 лет)

К концу года дети могут:

- Правильно выполнять все виды основных метаний (метание, лазанье).
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 80 см длину с места на расстояние не менее 50 см; прыгать через коровий брод.
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг) из исходных положений, попадать в вертикальную цель метать предметы правой и левой рукой метать предметы в движущуюся цель.
- Перестраиваться в колонны на ходу, в две шеренги на «путь», соблюдать интервалы во время ходьбы.
- Выполнять физические упражнения из различных ритмично, в заданном темпе с музыкальным сопровождением.
- Следить за правильной осанкой.
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом подниматься на горку и спускаться с неё.
- Участвовать в играх с мячом (баскетбол, настольный теннис).
- Плавать произвольно на расстояние 15 м.

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с требованиями к образовательной деятельности с ребёнком

Младшая группа (от 3 до 4 лет).

Физическое развитие направлено на сохранение гармоничное физическое развитие, приобретение психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, развитие интереса к занятиям физическими упражнениями).

ценностей здорового образа жизни, овладение воспитание - г жуи ен у р е о к и х навыков, полезных начальных представлений и о Сздао н ро о в в л о е м н и о б р а з е н н о с т и образа жизни. Учит различать и называть о представление об их роли в организме и о Развивать представление о цен н о с т и и з д о р о в о в з д о р о в ы м , д а т ь п е р в и ч н ы е п р е д с т а в л е н и я о т з а ч е м к н е м у н а д о с т р е м и т ь с я . Ф о р м и р о в а т ь (овощи, фрукты, молочные продукты и пр.) и (сладости, пироженные, сладкие газированные и о пользе закаливания, утренней зарядки, с упражнением (не будешь болеть, будешь сильным (вне человек растет, восстанавливает сил настроение, усталость и пр.)). Познакомить различные органы и системы организма. Ф о с а м о ч у в с т в и и в а з в р а т ы в н е о б х о д и м о с т ь п р и з а б о л л е ч и т ь с я .

Физическая культура

Физкультурные занятия и упражнения. Продолжать развивать виды движений. Учит детей ходить и бегать г о л о в ы х р а н я я п е р е к р е с т н у ю к о о р д и н а ц и ю д в и ж с о в м е с т н о : с т р о и т ь с я в к о л о н н у п о o д н о м у , п о с т р о е н и я х . У ч и т ь э н е р г и ч н о o т г а л к и в а т ь с я в п р ы ж к а х с м е ж к о т н и , с н а p o д в и ж е н и e м в п е р e д ; п о л о ж e н и e в п р ы ж к а х в д л и н у и в ы с o т у с м e с д и a м e т p - 2 0 м c м . З a к р e п л я т ь у м e н и e э н e р г и ч н o б p o с a н и и . П p o д o л ж а т ь д в у ч и м я р у к o в и м и o д н o в p e м e н e з a п e р e k л a d и н у в o в p e м я л a z a н ь я . З a k p e п л я п p a в и л ь н у ю o c a n k y в п o л o ж e н и я х c и d я , c t o я , в p a в н o в e c и и . P a z b и b a t ь c a n p o c t в o я n o e л ь n e n n o c и r ь ф y п p a ж e н и я м .

Спортивные и подвижные игры. Формировать интерес и знакомить с некоторыми видами спорта, ф о p a k т и в н o c т и . П p и o б щ a t ь k д o c т у п н ы м c a n o c p a t n и k a m n a t p e x k o л e c e н o м в e л o c и п e d e (c a m o c t o я т e л ь н o k a t a t ь c я n a л ы ж a x (n a d e в a t ь и c n и m a t ь л ы ж и) . П p и o б щ a t ь k д o c т у п н ы м п o d в и ж н ы м и r p a m , в o э л e м e n t a p n ы e п p a в и л a , c o г л a c o в ы в a t ь д в и ж e n i e p e a r r и p o в a t ь n a c и r n a л ы « б e r и » , « л o в и » , « c t p a в и л a c o c м e н o й в и d o в д в и ж e н и я m . P a z b и i t в o p ч e e й в o d p o c e c c e d в и r a т e л ь н o й д e я т e л ь н o y и r p y c k a t a л k a m и , a в t o м o б и л я m и , т e л e ж k a m и , n a в ы k и л a z a n ь я , п o л z a n и я ; л o в k o c t ь , в ы p a z и t

Средняя группа (от 4 до 5 лет).

Физкультурные занятия и упражнения. Обеспечивать гармоничное физическое развитие. Формировать правильные двигательные умения и навыки детей, уме в д в и r a т e л ь н o й д e я т e л ь н o c т и . З a k p e c л o ж a n n ы m и н o r . У ч и т ь б e r a t ь л e r k o , p и t m и ч н o , э н e p r p p o л e z a t ь , п o d л e z a t ь , п e p e л e z a t ь ч e p e z п p e

гимнастической стенке на другой стороне, и приземляться в прыжках на двух ногах на ориентироваться в пространстве. В прыжках отталкивание со взмахом рук, при приземлении через короткую скакалку. Закреплять умение положение при метании, отбивать мяч о землю его кистями рук (не прижимая к груди). Воспитывать организованность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения, знакомить с физическими упражнениями на укрепление органов. **Спортивные и подвижные игры.** Продолжать формировать и любовь к спорту. Развивать представления на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу шагом, выполнять повороты, спуск и подъем, с мячом на дистанции во время передвижения. Развивать Воспитывать самостоятельность и инициативу. Развивать в играх психофизические качества (ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль относиться к выполнению правил игры. Продолжать с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Старшая группа (от 5 до 6 лет).

Физкультурные занятия и упражнения. Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять двигательные умения и навыки детей. Развивать гибкость. Закреплять умение легко ходить и прыгать. Учить бегать наперегонки, с преодолением по гимнастической стенке, меняя темп. Учить правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться прыгать как рывком через длинную скакалку, приземлении. Учить сочетать замах с броском одной рукой, отбивать его правой и левой рукой помогать взрослым выполнять упражнения, убирать его на место.

Спортивные и подвижные игры. Прививать интерес к физическому спорту и желание заниматься физкультурой с различными видами спорта. Знакомить с основами олимпийского движения. Знакомить с основами поведения в спортивном зале и на спортивном скольльзящим шагом, подниматься на скакалке на двухколесном велосипеде, кататься на санях (и левой). Учить ориентироваться в пространстве играм с элементами эстафет. Знакомить с различными видами спорта, сообщать им некоторые особенности жизни страны. Продолжать учить детей самостоятельные подвижные игры, проявляя инициативу и творчество участвовать в играх.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).

Физкультурные занятия и упражнения. Формировать потребность в двигательной деятельности. Воспитывать умение в различных видах деятельности.

добиваясь естественности, легкости исполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие активного движения кисти руки при броске гимнастической стенки по диагонали. Учить движения, равняться в колонне, шеренге, как в указанном воспитателем темпе. Развивать выносливость, ловкость. Продолжать упражнения в динамическом равновесии, развивать координацию.

Спортивные и подвижные игры. Начальные представления спорта. Поддерживать интерес к физической культуре в области спорта. Продолжать знакомить с правилами выполнения спортивных упражнений. Учить использовать физкультурного инвентаря, спортивные формы. Обеспечивать разностороннее развитие личности: настойчивость, решительность, смелость, самостоятельность, творчество, фантазию. Учить подвижные игры (в том числе игры с элементами развития психофизических качеств (ловкость, координация движений, умения ориентироваться в пространстве) и включать подвижные игры, приемы, варианты игр, комбинировать движения; спортивными результатами товарищей. Развивать интерес к бадминтону, баскетболу, настольному теннису, футболу).

1.4. Педагогическая диагностика достижения цели. Реализация программы предполагает оценку и производится в рамках педагогической диагностики детей дошкольного возраста, связанной с действиями и лежащей в основе дальнейшего планирования и проводится в ходе наблюдений за активностью организации детей.

Цель оценки индивидуальной деятельности ребенка образовательного процесса, лежащего в основе проектирования.

Задачи:

- индивидуализации образования (в том числе образовательной траектории или профессионального развития) и реализации работы с группой детей. Организация проведения педагогической диагностики (развития)

- Педагогическая диагностика (оценка) осуществляется через отслеживание результатов освоения
- Педагогическая диагностика (оценка) осуществляется в процессе образовательной и самостоятельной деятельности
- Педагогическая диагностика индивидуального развития осуществляется через наблюдения, беседы, диагностику в конце учебного года (сентябрь, май).

2.2. Комплексные занятия по физическому воспитанию
Младшая группа

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Сентябрь (в зале)	Номер	1-2	4-5	7-8	10-11
	Задачи	Развивать ориентировку в пространстве, ходьбу в прямом направлении, ходьбу по матам, шестам, площадке, сохраняя равновесие.	Упражнять детей в беге, в прыжках на месте.	Развивать двигательную активность, учить энергично отталкиваться при прокатывании.	Развивать координацию движений, действовать в пространстве, группироваться при лазании под препятствиями.
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег небольшими шагами в прямом направлении. Игра «Пойди по кругу».	Ходьба и бег «стайкой». Игра «Пойди по кругу».	Ходьба в колонне по одному, с заданиями по сигналу «Ворона!» и «Стрекоза!» остановиться по сигналу «Кар-кар-кар!» продолжить бег, расставшись по сторонам.	Ходьба и бег в колонне по одному, с заданиями по сигналу «Ворона!» и «Стрекоза!» остановиться по сигналу «Кар-кар-кар!» продолжить бег, расставшись по сторонам.
	ОРУ	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №2 (предметов)	Комплекс №2	Комплекс №3 (предметов)
	2-я часть ОВД	1. «Пройди дорожку». Ходьба между линиями (расстояние). Расстояние дорожками.	1. Прыжки на месте (защита).	1. Прокатывание «Прокати и дай».	1. Ползание на ладони и коленях. «Доползи до препятствия».

		метров.			
	Подвижные игры	«Бегите ко	«Птички»	«Кот и вороб	«Быстро в дом
	3-я часть	Ходьба ста воспитателе зала, у руд игрушка (ми или кукла).	Игровое зада птичку».	Ходьба в к одному.	Игра «Найдем

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Сентябрь (на улице)	Номер	3	6	9	12
	Задачи	Развивать ориентировку в пространстве, ходьбе в направлении ходьбе уменьшенной площади сохраняя ра	Упражнять ходьбе и группой в направлении на двух ног	Развивать действовать энергично мяч прокатывани	Развивать ориентировку в пространстве, действовать группироваться шнур.
	1-я часть Вводная	Ходьба и небольшие группы в направлении Игры «Пойдите гости»	Ходьба и группой «Игра «Пойдите Построение	Ходьба в к одному, выполнении по сигналу: – надо оста сказать: «каф» кар!ю» продо ходьбу. По педагога: – легкий расставив	Ходьба и бег п вокруг кубиков затем переждлн круг. Поворот в повторение зад упражнения . Упражнение з

				стороны – «расправи крылышки».	
ОРУ	Комплекс предметов)	Комплекс предметов)	Комплекс мячом)	Комплекс №3 (с	
2-я часть ОВД	1. «Пройди дорожке». Ходьба между линиями (р 25 см). Р между рожка менее 3 мет	1. Прыжки ногах на –3м (раза).	1. Прокач мяче-ж Прокати догони».	1. Лазанье - «Черроел не задень».	
Подвижные игры	«Бегите ко	«Птички»	«Кот и ворос	«Быстро в домик	
3-я часть:	Ходьба ста воспитателе площадки, педагога (мишка, за кукла).	Игровое «Найдем пти	Ходьба в к одному.	Игра «Найдем жу	

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Октябрь (в 3)	Номер	13-14	16-17	19-20	22-23
	Задачи	Упражнять в сохранении при ходьбе ограниченно опоры: умение при на полусогну в прыжках.	Упражнять в с приземле полусогнуты энергичном отталкивани прокатывани другу.	Упражнять в ходьбе и остановкой сигналу; в Развивать игровом за мячом.	Упражнять детей по кругу, с пов сторону по сиг координацию дв ползании на чс упражнений в ра
	1-я часть	Ходьба в к	Ходьба и бе	Ходьба в к	Ходьба в колонн

	Вводная	одному, в выполнении по сигналу: – дет – останавливаются присаживаются корточки, а т поднимаются продолжают бег в кол одному и вр	Вначале вы ходьба (половина кр бег (полн переход на остановка. другую ст повторение	одному, вр по всему выполнении по с «Стрекозье» помахивая р «крылышками» переход на ходьбу. На сигнал: «Ку прыжки на – «кто в Упражнение по	кругу, с поворот сторону по сигнал также с поворот проводятся в че
	ОРУ	Комплекс (предметов)	Комплекс (предметов)	Комплекс (мячом)	Комплекс (на №7 туль
	2-я часть ОВД	1. Равновесие «Пойдем мостику». 2. Прыжки в две шерен	1. Прыжки и обруч. 2. «Прокати	1. Прока мячей в направлении «Быстрый мя 2. Ползани предметами, задевая - «Проползине задень».	1. Полз «Крокодил 2. Равн «Персеибе не
	Подвижные игры	«Догони мяч	«Ловкий шоф	«Зайка умывается»	«Кот и воробышк
	3-я часть	Ходьба в кол одному с руках.	Игровое «Машины по гараж».	Игра «Найде	Ходьба в колонн самым ловким «к

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Октябрь (на улице)	Номер	15	18	21	24
	Задачи	Упражнять в сохранении при ходьбе ограниченно опоры: умение приходить на полусогнутых в прыжках.	Упражнять в приземлении полусогнутыми энергично отталкиванием при прокатывании друг у друга.	Упражнять в ходьбе и остановкой по сигналу; между предметами. Развивать игровой замысел.	Упражнять детей по кругу, с поворотом по сигналу по диагонали движения пролезании через препятствия в различных упражнениях.
	1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному, выполнение по сигналу: – дети останавливаются присаживаются на корточки, поднимаются продолжают бег в колонне по одному и в р	Ходьба и бег. Вначале выполняется ходьба (половина круга) бег (полный переход на другую сторону) повторение	Ходьба в колонне по одному, вращение по всему кругу по сигналу «Стрекоза» помахивая руками «крылышками» переход на ходьбу. На сигнал: «Купрыжки на – «кто в Упражнение повторяется	Ходьба в колонне по кругу, с поворотом по сигналу также с поворотом проводятся в че
	ОРУ	Комплекс упражнений (предметов)	Комплекс упражнений (предметов)	Комплекс упражнений (мячом)	Комплекс №7 (на
2-я часть ОВД	2. Равновесие «Пойдем мостику». 2. Прыжки	1. Прыжки по кругу. 2. «Прокатывание»	1. Прокатывание в прямом направлении – «Быстрый мяч» 2. Ходьба	1. Пролезание – «Пролезь и не зацепи» 2. Равновесие «Перо и бусинка»	

		в две шерен		предметами, их - «Пройди задень».	
	Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофёр»	«Зайка умывается»	«Кот и воробышки»
	3-я часть	Ходьба в к одному с руках.	Игровое «Машины по гараж».	Игра «Найди»	Ходьба в колонн самым ловким «к

Месяц	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Н о я б р ь (в з а л е)	Номер	25-26	28-29	31-32	34-35
	Задачи	Упражнять равновесии по ограниченной площади от приземлени полусогнутых прыжках.	Упражнять колонной по выполнению заданий; обруча в о приземлять полусогнутых упражнять прокатыва чна друг другу координации движений и	Развивать действовать развивать к движений и л прокатывании предмета ми; ползании.	Упражнять детей выполнением зад вниманием, реакц ползании, разви движений; в рав
	1-я часть Вводная	Игровое «Веселые» Ходьба в к одному. По «Мышки!» дет	Ходьба в к одному с поднимани е широким св шагом; рук	1. Игровое «Твой кубик».	Ходьба в колонн выполнением зад колонне по одне присесть, руки колени, затем

		переходят в носках ко семенящими руки на п сигналу: «к бегу.	«лошадки». в сторон «стрекозыи бег в чере		продолжить ходь- остановиться аим как крылышками. проводится в че
	ОРУ	Комплекс ленточкой)	Комплекс обручем)	Комплекс №1 предметов)	Комплекс №1 1 (с
	2-я част ОВД	1. Равнове по тропинке 2. Прыжки- мягкие лапс	1. Прыжки болото». 2. Прока мячей «Точ	1. Игровое за «Прок-агизаде «Прешюлзаид Ползание на (с опорой н колени) межд предметамдева 3. Игровое «Быстрые жучк	1. Ползание. Ит «Паучки». 2. Равновесие. доски, примерно полу ставят ку (предмет). Выпол умеренном темпе расстояние иот друуп стороны, свобод помогаю ус равновесию.
	Подвижн игры	«Ловкий шоф	«Мыши в кл	«По ровненькс	«Поймай комара»
	3-я част	Игра «Н зайчонка»	Игра «Где мышонок?»	Ходьба ковшонне одному или подвижности детей.	Ходьба в колонн «комаром».
Меся	Задачи, этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Ноябрь (улице)	Номер	27	30	33	36
	Задачи	Упражнять равновесии по огран площади ол	Упражнять колонной п выполнении заданий; п	Развивать действовать развивать к движений и л	Упражнять детей выполнением зад внимание, реакц подлезании,

		приземлении полусогнутых прыжках.	обруча в о приземлять полусогнут упражнять в прокатыван друг другу координаци движений и	прокатывании предметами; ходьбе между	координацию д в равновесии.
1-я часть Вводная	Игровое «Веселые Ходьба в к одному. По «Мышки!» дет переходят н носках к о в семенящими р руки на п сигналу: «к бегу. Хо проводятся чередовани	Ходьба в к одному с поднимание широким с в шагом; руж «лошадки». в стори «срте козы». бег в чер Построение буквы «П».	1. Игровое «Твой кубик».	Ходьба в колонн выполнении зад колонне по одне присесть, руки колени, затем продолжитуть; х «Обдаб остановиться и как крылышками. проводится в че	
ОРУ	Комплекс ленточкой)	Комплекс обручем)	Комплекс №1 0 (без предметс	Комплекс №1 1 (с	
2-я часть ОВД	1. Равнове по тропинке 2. Прыжки- мягкие лапс	1. Прыжки болото». 2. Прока мячей «Точ	1. Игровое за «Прок-агизаде 2. «Прюё дзиаде	1. Подлезание Игровое -«Пдаунж 2. Равновесие. доски, примерно земле ставят ку предмет). Выпол умеренном темпе расстоянии друж стороныд нос в б ла помога я ус	

					равновесию. Око остановиться, в (не очень гл продолжить ходь
Подвижные игры	«Ловкий шоф	«Мыши в кл	«По ровненьк	«Поймай комара»	
3-я часть	Игра «Н зайчонка»	Игра «Где мышонок?»	Ходьба в к одному или подвижности детей.	Ходьба в колонн «комаром».	

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Декабрь (в зале)	Номер	1-2	4-5	7-8	10-11
	Задачи	Упражнять ходьбе и врассыпную, ориентиров пространств сохранении устойчивог равновесия прыжках.	Упражнять в беге с вы заданий; в на полусогн прыжках со в прокатыва	Упражнять ходьбе и остановкой в прокатыв между пре умении группирова лазании под	Упражнять детей врассыпную, ориентиров упражнять в п повышенной опор равновесия при
	1-я часть Вводная	Ходьба и колонне по Ходьба и врассыпную. колонне по Построение.	Ходьба в к одному лснень заданий по «Самолет-д выполняют врассыпную, руками, как затем врассыпную.	Ходьба в к одному с вы задания по «Воробыш оставляют произносят- чирик», продолжают бег в кол	Ходьба в колонн выполнением зад «На прог-ув предлагается р всему зраелху; д пнеа врассыпную и сн

			бег провоза, чередовании	одному; ходьба, чередовании	
ОРУ	Комплекс кубиками)	Комплекс мячом)	Комплекс кубиками)	Комплекс кубиками)	Комплекс №15 (н
2-я часть ОВД	1. Равновесие. Игровое упражнение «Пройди зад» 2. Прыжки. Упражнение «Лягушки попрыгуйки»	1. Прыжки с (высота 20 см) резиновую или мат. 2. Прокатыв друг другу.	1. Прокатыв между препятствиями. Игровое задание «Игровое задание!». Упражнение «Пролоз не задень» (в	1. Ползание. Игра «Жучки на бревне» 2. Равновесие. «Мостику».	
Подвижные игры	«Коршун и птенчик»	«Найди свой птенчик»	«Лягушки»	«Птица и птенчик»	
3-я часть	Ходьба в колонне по одному «Найди птенчика».	Ходьба в колонне по одному.	Игра подвижности «Лягушонка».	Игра малой подвижности «Найдем птенчика».	

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Декабрь (на ул)	Номер	3	6	9	12
	Задачи	Упражнять ходьбе и врассыпную, ориентировку в пространстве, сохранении устойчивого равновесия прыжках.	Упражнять в беге с заданиями; в полусогнутых прыжках со прокатывани	Упражнять ходьбе и остановкой в прокатыв между препятствиями группироват пролезании	Упражнять детей врассыпную, ориентировку в упражнении повышенной сложности, сохранении рав ходьбе по доске
	1-я часть Вводная	Ходьба и колонне по	Ходьба в колонне по одному с в	Ходьба в колонне по одному с в	Ходьба в колонне по одному с в выполнении зад

		Ходьба и врассыпную. колонне по Построение.	заданий по «Самолет-ы!» выполняются врассыпную, руками, как затем врассыпную. бег проводим в чередовании	задания по «Воробьиные!» остаются в рассыпную, произносятся «чирик», продолжают бег в кол одному; ход проводятся в чередовании	«На прог-увскеум» предлагается р всему залу; ходь врассыпную и сн
	ОРУ	Комплекс кубиками)	Комплекс мячом)	Комплекс кубиками)	Комплекс №15 (н
	2-я часть ОВД	1. Равн Игровое уп «Пройди зад 2. Прыжки. упражнение «Лягушки попрыгушки»	1. Прыжки с (высота 20 резиновую или мат. 2. Прокатыв друг другу.	1. Прокаты между пре Игровое за упусти!». 2. Пролеза шнур «Пр-оние задень».	1. Ползание. упражнение «Ж бревнышке». 2. Равновесие. мостику».
	Подвижные игры	«Коршун и п	«Найди свой	«Лягушки»	«Птица и птенчи
	3-я часть	Ходьба в пю одному. Игр птенчика».	Ходьба в к одному.	Игра подвижности лягушонка».	Игра малой «Найдем птенчик

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Январь (зале)	Номер	13-14	16-17	19-20	22-23
	Задачи	Повторить выполнение упражнений в сохранении	Упражнять ходьбе кол одному, врассыпную;	Упражнять действовать по сигналу в вокруг пр	Повторить ходьб заданий. Упражн под дугу, не ка сохранении

		равновесия ограниченно площади прыжки на продвигаясь	прыжки двух между пред прокатывани развивая л глазомер.	развивать при катани другу; п упражнение ползании, координаци движк ей.	равновесия при уменьшенной пло
1-я часть Вводная	Ходьба в к одному. По «Велика-н выполняют носках, ру вверх, пе обычную затем бег одному, с другую с Ходьба и чередовани	Игровое уп «На полянке	Ходьба кубиков и «Взять ку каждый бе кубик (к находится нему), под головой. следующий педагога д кубик на продолжают После проводится кубиков в стороны. У в ходьбе чередуются.	«Лягушки и бабочк колонне по одн «Лягушки»- дет останавливаются кладут руки на произнести «к Поднимаются и обычную ходьбу. «Бабочки!»- дет останавливаются руки, м «как крыл в колонне по стороны.	
ОРУ	Комплекс №1 (с платочка	Комплекс №1 (обручем)	Комплекс №1 (кубиком)	Комплекс №19 (б	
2-я часть ОВД	1. Равновеси -не упади». 2. Прыжки ямку».	1. Прыжки - прыгуны». Прокатывани между предм	1. «Прок-а поймай». 2. «Медвежа	1. Ползание под руками пола 2. Равновесие «	
Подвижны игры	«Коршун и п	«Птица и пт	«Найдиц «Лохматый пес»		

	3-я часть	Игра подвижности «Цыпленка?».	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
--	-----------	-------------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Январь (лице)	Номер	15	18	21	24
	Задачи	Повторить выполнение упражнения в сохранении равновесия на ограниченной площади прыжки на месте продвигаясь вперед.	Упражнять ходьбе в колонне по одному, врассыпную; прыжках двух между предметами прокатывая лопаткой глазом.	Упражнять действовать по сигналу в под дугу, не касаясь пола; развивать прыжковые способности при катании друг друга; упражнение пролезании, координации движений.	Повторить задания. Упражнять в сохранении равновесия при уменьшенной площади опоры.
	1-я часть Вводная	Ходьба в колонне по одному. По «Великан» дети выполняют носках, руки вверх, перед собой обычную затылок бег в колонне по одному, с другой стороны. Ходьба и чередование.	Игровое упражнение «На полянке».	Ходьба кубиков и «Взять кубик» (каждый ребенок берет кубик (находится на нем), под головкой. Следующий педагог дает кубик на продолжении. После проводится	«Лягушки и бабочки» в колонне по одному «Лягушки» – дети останавливаются и кладут руки на произнести «кв-а-ва» Поднимаются и обычную ходьбу. «Бабочки!» – дети останавливаются руками, «как крылья» в колонне по сторонам.

				кубиков стороны. У в ходьбе чередуютс	
ОРУ	Комплекс №1 (с платочка	Комплекс №2 (обручем)	Комплекс №3 (кубиком)	Комплекс №4 (кубиком)	Комплекс №19 (б
2-я часть ОВД	1. Равновесие -не упади». 2. Прыжки ямку».	1. Прыжки – прыгуны». Прокатывани между предм	1. «Прокат поймай». 2. «Пролет задень».	1. Пролетани касаясь руками 2. Равновесие «	
Подвижные игры	«Коршун и пият	«Птица и пт	«Найди свой	«Лохматый пес»	
3-я часть	Игра подвижности цыпленка?».	Ходьба в к одному.	Ходьба в к одному.	Ходьба в колонн	

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Февраль (в зале)	Номер	25-26	28-29	31-32	34-35
	Задачи	Упражнять в беге вокруг развивать координацию движений п переменным повторить продвижение	Упражнять в ходьбе и выполнение м в прыжках с мягком приз полусогнуты развивать глазомер в мячом.	Упражнять в ходьбе пе шагом, р координацию движений; бросание м шнур раз ловкость и повторить под шнур, руками пола	Упражнять в х в рассыпную; упражнении групп лазании под ду упражнение в ра
	1-я часть Вводная	Ходьба и б выложенному	Ходьба в к одному, с в	Ходьба в к одному, пе	Построение в перестроение в

		кольцами (- броса) : ж примерно тр круга -шобн круг : о с поворот в сторону, упражнении .	заданий на «Мышки!» о дп е ходьбу семенящим затем на «Лошадки!» бе высоко п колени, пе обычный Упражнения бега череду	через попеременно левой ногой . врассыпную .	одному; ходьба одному; по сигнал ходьбу врассыпную . Хо врассыпную в че
	ОРУ	Комплекс кольцом)	Комплекс №2 (с малым об	Комплекс мячом)	Комплекс №2 3 (б
	2-я часть ОВД	1. Равн «Перешагни наступи» . 2. Прыжки . на пенек» .	1. Прыжки воробышки» . 2. Прокаты «Ловко и бы	1.Бросание м шнур двумя 2. Подлезашнур в гру не касаясь пола .	1. Лазание п группировке «По 2. Равновесие . на середине при в ладоши перед дальше адодскожнц.
	Подвижные игры	«Найди свой	«Воробышки гнездышках»	«Воробышки	«Лягушки» (прыж
	3-я часть	Игра подвижности выбору дете	Игра «Н воробышка» .	Ходьба в к одному с руках	Игра «Найдем ля

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Февраль	Номер	27	30	33	36
	Задачи	Упражнять в бегае вокруг	Упражнять в ходьбе и	Упражнять в ходьбе пе	Упражнять в хо врассыпную; у

		развивать координацию движений переменным повторить продвижение	выполнение м в прыжках мягком при полусогнуты развивать глазомер в мячом.	шагом, координацией; бросание м шнур, ловкость и повторить под шнур, руками пола	румении группировке лазании под дуупражнение в ра
1-я часть Вводная	Ходьба и беговые упражнения с выложенными кольцами (броски): жпримерно треть круга –шоббег: ос поворот в сторону, упражнения	Ходьба в к одному, с задания «Мышки!» по ходьбу семенящим затем на ходьбу. На «Лошадки!» бе высоко п колени, пе обычный Упражнения беге череду	Ходьба в к одному, п через поперечно левой ног врассыпную.	Построение в о перестроение в одному; ходьба одному; по сгн ходьбу врассыпную. Хо врассыпную в че	
ОРУ	Комплекс (с кольцом)	Комплекс №2 (с малым об	Комплекс (с мячом)	Комплекс №2 3 (б	
2-я часть ОВД	1. Равновесие «Перешагни на наступи». 2. Прыжки на пенек».	1. Прыжки «Воробышки». 2. Прокатывание «Ловко и бы	1. Бросание шнур двумя шнур в гру не касаясь пола. «Воробышки	1. Лазание п группировке «По 2. Равновесие на середине при в ладоши перед дальше до конца	
Подвижные игры	«Найди свой	«Воробышки гнездышках»	«Воробышки	«Лягушки» (прыж	

	3-я часть	Игра подвижности в выборе детей	Игра «Нороворобышка».	Ходьба в к одному с руках	Игра «Найдем ля
--	-----------	---------------------------------	-----------------------	---------------------------	-----------------

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Март (в зале)	Номер	1-2	4-5	7-8	10-11
	Задачи	Упражнять ходьбе и кругу; в устойчивого равновесия по ограниченной площади повторить между предметами	Упражнять в беге вразучить длину с развивать л прокатывани	Развлекать у действовать по сигналу. Убросании мя ловле его руками, в повышенной	Развивать к движений в ходьбе предметами; упражнения в упражнять в устойчивого равновесия ходьбе на повышенной
	1-я часть Вводная	Ходьба и бег в умеренно поворотом стороны. Ходьба чередуются.	Ходьба в к одному; в рассыпную; выполнении на сигнал прогулки-уде т расходятся залу, затем команда к в рассыпную. бег провод чередовании	Ходьба в к одному. На «Лошадж» ходь высоко по колени, рук (темп упр замедляется на обычную На сигнал: – бег в ко одному, п руками, «крылышками Упражнения и беге чере	Ходьба и бег в умеренно по одной стороне «змейкой» между предметами

	ОРУ	Комплекс кубиком)	Комплекс предметов)	Комплекс мячом)	Комплекс №27 (б
	2-я часть ОВД	1. «Ровным 2. Прыжки	1. Прыжки «канавку». 2. Катание другу «Точн	1. «Броймай 2. Ползан повышенной (скамейке). упражнение «Муравьишки	1. Ползание «Ме 2. Равновесие гимнастической (высѳа см) в одному, в умер свободно балане 3 раза).
	Подвижные игры	«Кролики»	«Найди свой	«Зайка умывается»	«Автомобили»
	3-я часть	Ходьба ольному.	Ходьба в к ольному.	Игра «Найде	Ходьба в колонн «автомобили пое

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Март (на улице)	Номер	3	6	9	12
	Задачи	Упражнять ходьбе и кругу; в устойчивого равновесия по ограни площади повторить между предм	Упражнять в беге в ра разучить п длину с развивать л прокваатныи м	Развивать действовать сигналу. У бросании мя ловле его руками, в повышенной	Развивать к движений в ходь предметах; упражнения в охран устойчивого ра ходьбе на повыш
	1-я часть Вводная	Ходьба и б в умеренно поворотом сторону. Х чередуются.	Ходьба в к ольному; в рассыпную; выполнении м на сигнал прогулку-удже т	Ходьба в к ольному. На «Лошидж ходь высоко п колени, рук (темп упр	Ходьба и бедгмемте По одной стор «змейкой» между др-убегй

			расходятся залу, затем команда к врассыпную. бег проводится в чередовании	замедляется на обычную. На сигнал: – бег в ко. одному, п руками, «крылышками». Упражнения и беге чере	
ОРУ	Комплекс кубиком)	Комплекс предметов)	Комплекс мячом)	Комплекс №27 (б	
2-я часть ОВД	1. «Ровным» 2. Прыжки	1. Прыжки канавку». 2. Катание другу «Точн	1. «Броймай» 2. Ползан повышенной (скамейке). упражнение «Муравьишки	1. Подлезание-не задень». 2. Равновесие гимнастической (высота 25 см) в одному, в умер свободно балане 3 раза).	
Подвижные игры	«Кролики»	«Найди свой	«Зайка умывается»	«Автомобили»	
3-я часть	Ходьба о лво нн одному.	Ходьба в к одному.	Игра «Найде	Ходьба в колонн «автомобили пое	

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Апрель (задание)	Номер	13-14	16-17	19-20	22-23
	Задачи	Повторить бег вокруг прыжки чер Упражнять в сохранении	Упражнять в беге, с вы заданий; в на полусогн прыжках;	Повторить бег с вып заданий; ловкость и упражнении	Упражнять в остановкой по повторить полз предметами; у сохранении ус

		равновесия на повышенной	ловко с мячом.	упражнять на ладонях	равновесия при повышенной опор
1-я часть Вводная	Ходьба кубиков (по одному на каждого). Выполняется по кругу, остановка, другую сторону продолжение бега жуки	Ходьба в к одному; по «Жуки» дети раз врассыпную сигнал: «Отдыхают!» Дети ложатся на двигают руками, как лапками. Затем поднимаются летают и отдыхают (используют музыкальное сопровождение)	Ходьба в к одному. По «Великая» на носках, переход на ходьбу. По «Гномы!» руки положить на колени.	Ходьба в колонна сво «вор» остановиться и «чирик»; продолжить слово «лягушки» положить на колени бега в умеренно слово «лошадки» подскоком. Уп ходьбе и беге ч	
ОРУ	Комплекс №2 (на скамейке кубиками)	Комплекс №1 (косичкой)	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №3 1 (с	
2-я часть ОВД	1. Равновесие боком, шагом, гимнастическая скамейке (1 см), руки в середине, руки вынесены вперед, выпрямиться дальше. В скамейке с	1. Прыжки и кружок. 2. с мячом «Точный пас».	1. Бросание и ловля е руками. 2. Ползание гимнастическая скамейке «Медвежата»	1. Ползание – «Без задень». 2. Равновесие «	

		вперед вни сойти не пр 2. Прыжки канавку».			
	Подвижные игры	«Тишина»	«По ровн дорожке»	«Мы топаем	«Огуречик, огур
	3-я часть	Игра «Н лягушонка».	Ходьба в к одному.	Ходьба в к одному.	Ходьба в колонн

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Апрель (на улице)	Номер	15	18	21	24
	Задачи	Повторить бег вокруг прыжки чер Упражнять в сохранении равновесия на повышенной	Упражнять в беге, выполнении заданий; в на полусогнутых прыжках; ловкость в с мячом.	Повторить бег с вып заданий; ловкость и упражнении на ладонях	Упражнять в хо остановкой по повторить ход предметами; у сохранении равновесия при повышенной опор
	1-я часть Вводная	Ходьба кубиков (п на каждого Выполняется покругу, з Остановка, з другую ст продолжение бега вокруг	Ходьба в к одному; по «Жуки поле дети раз в рассыпную сигнал: отдыхают! ложатся на двигая тук ногами, как лапками. З поднимают летают и	Ходьба в к одному. По «Великаны» на носках, переход на ходьбу. с Ш «Гномы!» руки поло колени.	Ходьба в колонн слово «во остановиться и чирик»; продол слово «лягушки» положить на кол бег в умеренно слово «лошада подскоком. Уп ходьбе и беге ч

			отдыхают используют музыкальное сопровождение		
ОРУ	Комплекс №2 (на скамейке кубиками)	Комплекс №1 (косичкой)	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №3 (с предметами)	Комплекс №3 (с предметами)
2-я часть ОВД	1. Равновесие боком, прыжок шагом, гимнастическое скамейке (скамейке) (скамейке), руки середине скамейки руки вынесены выпрямиться дальше. Встать скамейки скамейки вперед вни сойти не прыжком 2. Прыжок канавку».	1. Прыжки и кружок. 2. Прыжок с мячом «Точный пас».	1. Бросание и ловля предмета руками. 2. Ползанье гимнастическое скамейке «Медвежата»	1. Ходьба на «Правильно» 2. Равновесие «Правильно»	«Правильно»
Подвижные игры	«Тишина»	«Порыв ветра»	«Мы топчем»	«Огуречик, огуречик»	«Огуречик, огуречик»
3-я часть	Игра «Носик» лягушонка».	Ходьба в колонне одному.	Ходьба в колонне одному.	Ходьба в колонне одному.	Ходьба в колонне одному.

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Май (в мае)	Номер	25-26	28-29	31-32	34-35
	Задачи	Повторить бег врас	Упражнять ходьбе и б	Ходьба с заданий по	Упражнять в сигналу воспр

	развивая ор в прост повторить равновесии	предметам ры скамей полусогнуты прокатывани другу.	упражнять мяча вверх его; полз гимнастичес скамейке.	по наклонной повторить задан
1-я часть Вводная	Ходьба в к одному; хо в рассыпную залу. Упра ходьбе и чередуются (музыкально сопровожден	Ходьба и бе по одному предметами кубиками «з между наб мяча-бюг).	Ходьба в к одному. По «Пчелки! дет выполняют в рассыпную, помахивая р крылышками, произносятся жу!», пере ходьбе в ра Ходьба и чередуются раз.	Ходьба в колонн сигналу перехо мелким, семеня «как мышки»; б по всему залу.
ОРУ	Комплекс кольцами)	Комплекс мячом)	Комплекс флажками)	Комплекс №3 е5д м (еб
2-я часть ОВД	1. Равнове по гимнаст скамейке (с см). 2. Прыжки шнуры (ра между н-и на двух ног	1. Пр «Парашютист 2. Прокатыв друг другу положе-е в розь или в коленях, пятках).	1. Броски м ловля его руками. 2. Ползан скамейке с ладони и ко	1. Лазание на лесенку (не бол 2. Ходьба по дс на пол (руки на спину держат пр
Подвижные игры	«Мыши в кла	«Воробышки	«Огуречик,	«Коршун и насед
3-я часть	«Где спрят мышонок?»	Ходьба в к одному. Иг подвижности	Ходьба в к одному.	Ходьба в колонн

Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Май (на улице)	Номер	27	30	33	36
	Задачи	Повторить бег врасставив ноги, развивая опорно-двигательный аппарат. Повторить равновесии	Упражнять ходьбе и бегу с предметами; скамей, полусогнуты прокатывани другу.	Ходьба с заданиями по мяча вверх его; полз гимнастичес скамейке.	Упражнять в ходьбе по сигналу воспитателя по наклонной повторить задан
	1-я часть Вводная	Ходьба в колонне одному; ходьба врассыпную залу. Упражнения ходьбе и бегу чередуются (музыкально сопровожден	Ходьба и бег по одному предметами кубиками «змейка» между мяча-бег).	Ходьба в колонне одному. Подвижные игры «Пчелки!» дети выполняют врассыпную, помахивая крылышками, произнося жу жу!», перемена ходьбе врасставив ноги. Ходьба и бег чередуются раз.	Ходьба в колонне по сигналу перемена мелким, семенья «как мышки»; бег по всему залу.
	ОРУ	Комплекс упражнений с кольцами)	Комплекс упражнений с мячом)	Комплекс упражнений с флажками)	Комплекс №3 5 (бег)
	2-я часть ОВД	1. Равновесие по гимнастической скамейке (3 см). 2. Прыжки со скамейки на шнуры (рас	1. Препятствие «Парашютист». Прокатывание друг другу положением врозь или в	1. Броски мяча ловля его руками. 2. Ползание на скамейке сзади ладони и ко	1. Лазание на лесенку (не бол 2. Ходьба по доске на пол (руки на спину держат пр

		между ногами (на двух ногах и на пятках).			
	Подвижные игры	«Мыши в клетках»	«Воробьишки»	«Огуречик»,	«Коршун и насекомые»
	3-я часть	«Где спрятаны мышонок?»	Ходьба в колоннах по одному. Игры подвижности	Ходьба в колоннах по одному.	Ходьба в колоннах по одному.

Средняя группа.

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Сентябрь (в зале)	Номер	1-2 (с-20) 19	4-5 (с-23) 21	7-8 (с-26) 24	10-11 (с-29) 27	
	Задачи	Упражнять ходьбе и бегу по одному; сохранять равновесие уменьшенной опоры; упражнять энергичном отталкивании ногами от пола и мягком прыжке при подпрыгивании.	Учить детей отталкиваться приземляться полусогнутые подпрыгивания доставая до пола; упражнять прокатывании.	Упражнять ходьбе и бегу по одному, врассыпную; прокатывании.	Упражнять ходьбе и бегу по одному, врассыпную; прокатывании.	Продолжать упражнять детей в оставлении сигнала воспитателю в воспитательное время закреплять опоры.
	1-я часть: Вводная	Построение по одному; Ходьба и бег по одному, врассыпную; Перестроение колонны.	Ходьба и бег по одному чередованием, остановкой; Перестроение колонны.	Ходьба и бег по одному чередованием, врассыпную; Перестроение колонны.	Ходьба и бег по одному чередованием, врассыпную; Перестроение колонны.	

					колонны.
ОРУ	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №2 (флажками)	Комплекс №3	Комплекс малым обру	
2-я часть: ОВД	1. Ходьба и бег двумя параллельными линиями (ширина – 30 см.). 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вправо и влево (месте). 3. Ходьба и бег двумя линиями (ширина – 1 м.). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до касания (кег шар) с расстоянием 3-4 м.	1. Прыжки «до предмета» подпрыгиванием над утюгом. 2. Прокатывание обруча по кругу (радиус 2 м.т) вправо и влево. 3. Прыжки вверх. 4. Прокатывание обруча друг другу. 5. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние – обозначено)	1. Прокатывание обруча друг другу двумя руками (исходное положение – стойка на локтях). 2. Подлезание под обруч. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под обруч, оточенный колоннами. 5. Прыжки двумя ногами между обруча	1. Подлезание под обруч. 2. Ходьба по носкам по лежащей на полу доске (высота – 15 см), перешагивание кубики, прохождение по поясе. 4. Подлезание под обруч с опорами на ладони. 5. Прыжки на двух ногах, продвижение вперед до обозначенного места.	
Подвижные игры	«Найди себе»	«Быстро в до»	«Мы веселые»	«Береги пр»	
3-я часть:	Ходьба в кругу одному.	Ходьба в кругу одному.	Ходьба с ружья спиной, торон	Игра постукали?	

Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Задачи	Упражнять ходьбе и колонной по врассыпную; действовать сигналу; ловкость и глазомер прокатывания двумя руками	Упражнять детей и беге по носкам; учить обруч друг друга; упражнять в прыжках	Упражнять в востребованных предметах; площадки; подбрасывания мяча двумя руками; упражнять в прыжках, прыжках с точностью при	Разучить перебор друг другу, разгадать глазомер; упражнять
1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне одному в черед с бегом; бег врассыпную. Построение в круга.	Ходьба в колоннах, носки; сигналу востребованных между кеглями, поставленными линией на расстоянии одна от другой врассыпную.	Ходьба в колонне, востребованных предметах, поставленных площадках; врассыпную; сигналу востребованных предметов; остановиться как угодно; Ходьба и бег в чередовании.	Ходьба в колонне, востребованных предметов, площадках; бег в чередовании (расстояние между жезлами 60 см); ходьба врассыпную.
ОРУ	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №2 (флажками)	Комплекс №3	Комплекс №4 (с предметами)
2-я часть Игровые упражнения	1.« Непроумный » 2.« Неадекватный »	1.« Проклятия » 2.« Вдоль ручки »	1.« Мяч чередуем » 2.« Кто быстрая » 3.« Подбрось мяч »	1.« Переборщишь » 2.« Успей мать » 3.« Вдоль ручки »
Подвижные игры	« Найди себе место »	« Быстро в дом »	« Веселые ребята »	« Береги предмет »
3-я часть:	Ходьба в колонне одному	Ходьба в колонне одному	Ходьба с предметами за спиной, за	Игра « Где постукивают »

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (в зале)	Номер	13-14 (с-32)р. 3	16-17 (с-34)р. 33	19-20 (с-36)р. 3	22-23 (с-38)р.
	Задачи	Учить детей устойчивое при ходьбе повышенной упражнять энергичном отталкивании (земли) и приземлении полусогнутые прыжках продвижение	Учить детей свое место после ходьбы упражнять в приземлении полусогнутые прыжка хо обруч; за умение прокатыва др удругу, развива точн направления	Повторить колонне по развивать ритмичность перешагивания бруски; упраж прокатывания ла запрямодегу.	Упражнять и бегаеolonно одномуходвб бегае врас повторить подугу, не руками упражнять в сохранении равновесия ходьбе уменьшенно площади оп
	1-я часть: Вводная	Ходьба жолвоию одному, перешагивания шнуры (рас междуур 40и с Упражнения перешагивания (перенывиши бегае (расст шнура сим) 6.0	Построение Ходьба врас бег врас Построение колонны.	Ходьба жолвоию одному, перешагивания бруски, пнял расстоянии ребенка. врассыпную залу. Упра ходьбе и чередуются. Построение	Построение шеренгу, осанки и ходьба и колонне по ходьба и врассыпную.
	ОРУ	Комплекс (косичкой)	Комплекс (предметов)	Комплекс №7	Комплекс (кеглей)

	2-я часть : ОВД	1. Ходьба гимнастическая на скамейке, на скамейки руки в стороны, встать, пройтись по конца скамейки, не сойти, не (3-4 раза) . 2. Прыжки двумя ногами, продвижение вперед до кубика (кубик, ля) . 3. Ходьба гимнастическая на голубке, на поясе (3-4 раза) . 4. Прыжки двумя ногами до перепрыгнутые .	1. Прыжки перепрыгивая обруча (рука) . 2. Прокатывание обруча (рука) . 3. Прыжки двумя ногами из обруча поточным способом . 4. Прокатывание обруча между предметами (кубик, ля) . 5. Прыжки двумя ногами из обруча поточным способом .	1. Прокатывание мяча в направлении обруча . 2. Лазание по обручу не касаясь пола (3-4 раза) . 3. Лазание по обручу (дуг) двумя руками (3-4 раза) . 4. Прыжки двумя ногами из обруча (3-4 раза) . 5. Подбрасывание мяча двумя руками (3-4 раза) .	1. Подлезание под дугу (высоко не касаясь пола) (3-4 раза) . 2. Ходьба по обручу (ширина 1 метр) положенной перешигивая кубик (кубик, ля) , (3-4 раза) . 3. Прыжки двумя ногами из обруча набивными (4-5 штук) положенными линиями (3-4 раза) . 1. Лазание по обручу с мячом (3-4 раза) . 2. Прокатить дорожку в направлении пробежать по дорожке
	Подвижные игры	«Огуречик»	«Хороводный ряд»	«Найди свой»	«У медведя»

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь	Номер	15 (стр. 32)	18 (стр. 34)	21 (стр. 36)	24 (стр. 38)

Задачи	Упражнять в перебрасывании через сетку ловкости в сохранении устойчивого равновесия ходьбе и по уменьшенной площади опоры.	Упражнять детей с выполнением заданий в закреплять действовать	Упражнять в ходьбе и беге предметами, поставленными произвольно на площадке; прокатывании в прыжках продвижением	Повторить бег колонной одному; упражнения бросания корзинку, ловкость и
1-я часть: Вводная	Ходьба одному; ходьба по дорожке (15-20 см); бег врассыновкой воспитателя бег провод чередования	Построение в одном, ходьба колонной по сигналу выполняют задания в стороны ладоши. Бег чередования бегом.	Ходьба в одном, по воспитателя ходьбу кубиками, поставленными произвольно затем беге предметами.	Ходьба в одном, пе ходьбу с подниманием руки «наклона лошадки»; врассыновую и бег провод чередования
ОРУ	Комплекс (косичкой)	Комплекс №6 (предметов)	Комплекс №7	Комплекс (кеглей)
2-я часть Игровые упражнения	1. «Мяч через сетку» 2. «Кто бы доберет до кегли».	1. «Подбрось мяч» 2. «Кто бы (эстафета)».	1. «Прокатини урони». 2. «Вдоль боржк»	1. «Подбрось поймай» 2. «Мяч корзинку» 3. «Кто с подорожк»
Подвижные игры	«Огуречик»	«Хоровод в ряд»	«Найди свой»	«У медведя»

	3-я часть:	Игра «Нмышонка»	Ходьба в ко одному.	Игра «Угад спрятано»	Игра «Угад позвал?»
Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (в зале)	Номер	25-26 (с-40)р. 3	28-29 (с-42)р. 4	31-32 (с-44)р. 4	34-35 (с-46)р.
	Задачи	Упражнять ходьбе и бегу предметами; на двух ногах закреплять умение удерживать устойчивое равновесие ходьбы на опоре.	Упражнять в беге по кругу беге на носках приземлении полусогнутые прыжках; прокатывании	Упражнять ходьбу и бег изменен направления в бросках мяча и ловле его руками повто ползание четвереньками	Упражнять ходьбе и бегу остановкой равновесия
	1-я часть: Вводная	Ходьба между кубиками, поставленными всему произвольно, не задвигая кубики. Повторить 3 раза. Прыжки около кубиков	Ходьба по линии одному; ходьба кругу с поворотом другую сторону сигналу. Ходьба в рассыпную; носках, «как мышки», обычную ходьбу	Ходьба в колонне одному, на изменить направление (поворот ключом движении); колонне по высоко прыжки колени, руки переход на ходьбу, бег	Ходьба и бег на коленях ходьба и бег в рассыпную - по сигналу остановить принять лишь сразу.
	ОРУ	Комплекс упражнений кубиком)	Комплекс (с предметами)	Комплекс (с мячом)	Комплекс (с флажками)

	2-я часть: ОВД	Равновесие на гимнастической скамейке, прыжки в высоту, продвижение между кубиками. Равновесие на гимнастической скамейке с на голой стороне. Прыжки в высоту через 6-5 линий (шнуров). Бросание мяча ловля его руками.	1. Прыжки в высоту через 6-5 линий (шнуров). 2. Прокатывание друг друга (уисходное положение коленях). 3. Прыжки в высоту, продвижение между кубиками, а бивмячки, гли). 4. Перебрасывание друг друга руками изу.	Бросание мяча о 3. ловля его руками. Ползание по гимнастической скамейке с ладонями. Бросание мяча одной рукой его двумя руками. Ползание в прямом направлении опорой на ступни «как медведя». Прыжки в высоту между предметами.	Ползание гимнастической скамейке животе, подтягивание двумя руками. Равновесие ходьба гимнастической скамейке приставными шагами в поясе. Ходьба гимнастической скамейке приставными шагами с выполнением задания. Ползание гимнастической скамейке на ладонях колени. Прыжки в высоту до (и жюгли).
	Подвижные игры	«Катушка с...	«Кошка и мышь»	«Лохматый петух»	«Коршун и...
Месяц	Задачи, задания	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Номер		27 (с-41)р. 40	30 (стр. 43)	33 (стр. 45)	36 (с-47)р. 4

	Задачи	Упражнять в беге с из направления движения; беге «змейкой» между предметами в сохранении равновесия уменьшающей опорной поверхности. Повторить упражнение прыжках.	Повторить ходьбу	Упражнять ходьбе между предметами, их; упражнять прыжках и ускорением.	Упражнять ходьбе и кругу, взятии рук; размахом глаз мер броска при на дальности упражнять в прыжках.
1-я часть: Вводная	Ходьба в к одному, ходьба «Проблема иза д	Ходьба в к одному с вы заданной стороны и верга с сыпную	Ходьба жолвою между предметами поставленной линии; ходьба в рассыпную.	Ходьба в по одному; бег по взявшись по сигналу воспитателя изменить направления движения или влево и бег по кругу.	
ОРУ	Комплекс кубиками)	Комплекс №1 предметов)	Комплекс № мячом)	Комплекс флажками)	

	2-я часть Игровые упражнения	1.« Не попадись » 2.« Поймай » .	1.« Не попадись » прыжки на двукруга и круга (приближение) (повторение задания) . 2.« Догони » .	1.« Не садись » . 2.« Переодень » . 3.« Дождик » .	1.« Пингвин » 2.« Кто дробит » .
	Подвижные игры	« Катюшка »	« Мыши водят »	« Лошадки »	« Смелые цыганки »
	3-я часть:	Ходьба колонной под музыку	Ходьба в колонне под музыку .	Ходьба в колонне под музыку .	Игра малой подвижности по выбору детей .
Месяц	Задачи, задания	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (в зале)	Номер	1-2 (с 49) . 4 8	4-5 (с 50) . 5 0	7-8 (с 54) . 5 2	10-11 (с 56) .
	Задачи	Развивать детей при выполнении заданий в беге упражняются в сохранении устойчивой равновесии ходьбе по узкой площадке и опоры; развивать ловкость координацию в прыжках препятствие	Упражнять детей	Упражнять ходить колонной одному; развивать ловкость и при перебежке мяча друг друга повторить правильно четвереньками	Упражнять действиях заданию инструктора ходьбе ушиба правильно за скамейки ползании животом; упражнение равновесии

1-я часть: Вводная	Ходьба в кб в по одному; врассыпную; перестроение по одному.	Ходьба и бег по одному. Пшеренгу.	Ходьба в кб врассыпную, сигналу воспитателя остановить принять как-уюбо позу	Ходьба в кб по одному; бег врассыпную остановить принять - либо позу. бег повторяютс
ОРУ	Комплекс №1 (платочком)	Комплекс №1 4	Комплекс №1 5 (бпредметов)	Комплекс кубиками)
2-я часть: ОВД	Равновесие на шнуру. Прыжки бчреурсе. помогая себе рук. 3. Прыжки дну ногчаехршзуры. Прокатывание между предмет подталкивая рук асмиизу.	Прыжки со сна резиндфруожку Прокатывание между предметам 3. Бег д а рожке.	Перебрасывае друг другу. Ползание четверенька гимнастичес скамейке с ладо н и л и н и . Ползание г е р я в направлении четверенька на ладони и « п - м е д в е ж ь и » . Ходьба перешагивая набивные высоко поднимая ко на поясе , мячи .	Ползание гимнастичес скамейке выполнению заданий . Равновесие ходьба гимнастичес скамейке приставны шаго м , у к в а головой . Ползание гимнастичес скамейке на ладон колени . Прыжки дну ногчаехршзуры до на позу м (побруча , побруч и из

	Подвижные игры	« Дед Мороз »	« З а т е й н и к и »	« Ч а с т и т е л а »	« С н е ж н а я карусель »
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (на улице)	Номер	3 (стр. 49)	6 (стр. 51)	9 (стр. 54)	12 (стр. 55)
	Задачи	Упражнять в беге м сооружениям снега; в действовать сигналу.	Учить детей переносить и местунятий; в ходьбе шагом.	Закреплять на передвижен выскользяще г ходьбе на упражнмяетан дальнсонсетжков развивая сил	Закреплять передвижен лыжах ско шагом.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в пю одному между сооружениям снега (сне горка) инструкторо	Предложить разложить лыж справа одну другую; закре лыжные крепле	Ходьба на скользющим (первая п детей) . До флажка ско шагом, до - в ступающим ш дистанцию 1 (подгруппа д время ката санках . По сигналу во дети ме заданиями .	Ходьба шаг между снежными постройка м
	ОРУ	Комплекс № (платочком)	Комплекс №1 4	Комплекс № (без предмет	Комплекс кубиками)

	2-я часть Игровые упражнения	3. «Веселые снежинки» 4. «Кто бы быстрее» 5. «Кто быстрее бросит».	3. «Пружинка» 4. Во время одной подпрыгивать второй поллепят с снежную бакадаюруг др санка-ж пред видимости инструктора.	3. «Кто дальше?» 4. «Снежная к	4. «Петушки ходят» 5. «По снежному валу». 6. «Снайп
	Подвижные игры	«Два Мороза»	«Затейники»	«След в след»	«Снежная карусель»
	3-я часть:	Ходьба «змейка» между снеженными линию (инс вместе с де раскладывает снежки).	Игра «Веселые	Ходьба в к одному между постройками.	Ходьба санками, поставлен одну линию
Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Номер	13-14 (с-59)р. 5	16-17 (с-60)р. 5 9	19-20 (с-62)р. 6	22-23 (с-64)р.
Январь	Задачи	Упражнять ходьбе и бегу предметами, их; форм устойчивое в ходьбе уменьшенной опоры; повторения	Упражнять ходьбе со ведущего; в перебрасывании друг у друга	Повторить ходьбу между предметами; задевая лзан гимнастическа скамейке четвереньках раз вать ловкость упражнениях мячом.	Упражнять со см ведущего,

1-я часть : Вводная	Ходьба в кс одному; ход между пред поставленны врассыпную залу. Упра ходьбе и бе чередуются.	Ходьба в кс одному со ведущего; хо врассыпную.	Ходьба в одному «змейкой», ме жду предме ходьба перешагивани чер ез шнуры; врассыпную. Ходьба и врассыпную.	Ходьба жолов по одн сменной веду го. Бег врассыпную
ОРУ	Комплекс №1 (с обручем)	Комплекс №18	Комплекс №1 (с косичкой)	Комплекс (с обручем)
2-я часть : ОВД	Равноходьба канату с в заданий. Прыжки дву продвигаясь вдоль каната перепрыгива него справа Подбрасыван вверх и л двумя р произвольно свободно располагают залу) кажды темпе.	Прыжки гимнастическ скамейки. Перебрасыван друдругу (с двумя руками с Отбивание ма одной рукой ловля его дв Прыжки дв продвигаясь прыжком ног прыжком мест та далее. Равноходьба носках предметами.	1.Отбивание пол. 2.Ползание по гимнастичес скамейке с ладонь у ни 3.Прокатывани друдругу 4.Ползание направлении четверенька на ладонь у ни 5.Прыжки дв справа и от шнура вперед.	Лазанье разными способами. Равновесие ходьба гимнастич скамейке выполнени заданий. Прыжки дв ногах пре
Подвижные игры	«Ловишки»	«Огуречик», о	«Зайка белая	«Колобок и

	3-я часть :	Ходьба жолвоию одному . майГорйа подвижно	Ходьба в ко одному .	Ходьба в к одному в об зайкой .	Ходьба в к одному за
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (на улице)	Номер	15 (стр. 59)	18 (стр. 61) 60	21 (стр. 62)	24 (стр. 66)
	Задачи	Продолжаутчи т детей пере на лыжах с шаг ом; повторить игр выупражнени	Закрепляют скользящего упражнять в прыжках вокр бабы.	Упражняете те	Упражнять детей
	1-я часть : Вводная	Показать п позу лы обра ить внимание перекрестну руки при хо на лыжах .	Небольшая пр лыж дистанция Упражнения н «пружинка» и опуска поочередно левую ногу «веревка» и в левую Ходьба скользящим о	Дети встают снежной ба сигналу ин прыжками н ногах при бл нему . поворачивают и шагом возвращаются исходную по	Дети встают снежной ба сигналу инструктор прыжками у ногах приближают нему . поворачива кругом и возвращают исходную п
	ОРУ	Комплекс Л обручем)		Комплекс Л косичкой)	Комплекс обручем)
	2-я часть Игровые упражнения	1.« Снежинки пушинки» . 2.« Кто дальше »	1.« Снежная ка 2.« Прыжки к » .	1.« Кто д бросит? » 2.« Перепрыгн за день » .	1.« Кто д бросит? » 2.« Перепрыгн за день » .
	Подвижные игры	«Ловишки»	«Ловишки»	«Охота на зайку»	«Лесные звери»

	3-я часть :	Ходьба «з между предмета инструкторо	Катание друг санках .	Катание дру санках .	Катание д на санках .
Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (в зале)	Номер	25-26 (с-66)р . 6	28-29 (с-68)р . 67	31-32 (ст р70) 69	34-35 (с-72)р .
	Задачи	Упражнять ходьбе и б предметами, равновесии; повт рительное задание прыжках .	Упражнять д ходьбе с в заданий по воспитателя, из обруча развивать л прокатывании между предметами .	Упражнять ходьбе и в рассыпную предметами; мяча двумя закрепляют п	Упражнять ходьбе изменением направлении движения; повторить в пря направлении прыжки м предметами
	1-я часть : Вводная	Ходьба в к одному, ход между пред ходьба и в рассыпную. Построение колонны .	Ходьба в к одному, с в заданий по в рассыпную залу .	Ходьба в к одному; по воспитателя переходят н носках, рук обычная ход стороны; пе бег в рас Ходьба и бе чередовании .	Ходьба в по одному . и бег вра по всему за перестроен ходьбе в по одному .
	ОРУ	Компл №2 кл с (б в предметов)	Комплек с №2 стульях)	Комплек с № мячом)	Комплек с палкой)

<p>2-я часть : ОВД</p>	<p>Равновесие гимнастическая скамейка . 2. Прыжки бруски . Ходьба, решая через набивные прыжки через шнур, лежа вдоль зала Перебрасывание мяча друг другу стоя в ренгах</p>	<p>1. Прыжки обручи в уногах . 2. Прокатывание между предметами . 3. Прыжки в уногах через конурог 4. Прокатывание дружка в ренгах 5. Ходьба наружу на поясе, в собою бой</p>	<p>Перебрасывание друг другу . Ползание по гимнастической скамейке . четверенька . Метание меча вертикально . Прыжки в уногах между предметами поставленными шахматном п</p>	<p>Ползание гимнастической скамейки на ладони колени . Равновесие ходьба , перешагивание набивные высоко ползание колени . Равновесие ходьба гимнастической скамейки приставными шагами : ерпеад скамейки присесть , вынести подняться , пройти , сделать в пещере прыгать) . Прыжки прав и левой ногой используя рук</p>
<p>Подвижные игры</p>	<p>« Зайцы и волки »</p>	<p>« Ловишки »</p>	<p>« Парашютисты »</p>	<p>« Дружная скамейка »</p>

	3-я часть:	Играмалой подвижно «Найдем зай	Ходьба в к одному с х ладоши на ка четвертый сч	Игра «Най промолчи»	Ходьба в по одному.
--	------------	--------------------------------------	--	------------------------	------------------------

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (на улице)	Номер	27 (стр. 67)	30 (стр. 68)	33 (стр. 70)	36 (стр. 71)
	Задачи	Повторить снежков в игровые зад санках.	Повторить упражнения прыжками.	Упражнять метании сане дальнос катании на горки.	Развивать и глазо метании с повторить игровые упражнения
	1-я часть: Вводная	Ходьба вокр обе стороны на двух ногах	Игровое упра ние «Метелица».	Дети расхо площадке и - 4 снежка. П воспитателя занимают ме шеренфоход другой на двух шагов.	Ходьба снежному руки в с свободно балансирую сойти, не
	ОРУ	Комплекс (без предме	Комплекс №2 скамейках)	Комплекс мячом)	Комплекс палкой)
	2-я часть Игровые упражнения	6. «Змейкой» между нкам 7. «Добрось кегли».	5. «Покружись» 6. «Кто дбарись сне	5. «Кто даль бросит снежок». 6. «Найдем снегурочку	7. «Точно цель». 8. «Тунне 9. Катани санктарху друга.
	Подвижные игры	«Пингвины медведь»	«Ловишки»	«Парашютист	«Догони пару»

	3-я часть:	Поочередное друг друга	Катание друг санках.	Катание на горки. Ход по колонне между постройке.	Ходьба в по одному.
Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Номер	1-2 (с 73). 72	4-5 (с 76). 74	7-8 (с 77). 76	10-11 (с 79)р.
Март (в зале)	Задачи	Упражнять ходьбе по изменением направления и бега вправо повторять упражнения равновесии	Упражнять ходьбе с заданиями прыжками вправо, в броске через сетку; ходьбу и врассыпную.	Упражнять ходьбе и бега ходьбе и выполнении заданного повторять прокатывание между предметами; упражнять в равновесии на животе прыжках.	Упражнять ходьбе бегом врассыпную остановкой сигнала; ползание скамейке «по-медвежьи»; упражнения равновесии прыжках.
	1-я часть: Вводная	Ходьба по одному, переход к бегу по сигналу поворота в движении продолжение перехода к бегу и бег вправо Ходьба и врассыпную остановкой	Ходьба вправо по одному. На сигнал педагога «Лошадки! дети выполняю ходьбу высоко по коленям, руки в стороны» (темп средний) обычную ходьбу по сигналу «Мышки!» ходьбу вправо	Ходьба вправо по одному и бег по кругу с заданиями: ходьба вправо по полуприсядкам; ходьба вправо по коленям; ходьба вправо по обычной ходьбе.	Ходьба вправо по одному; бег врассыпную по сигналу остановиться

			в рассыпную.		
	ОРУ	Комплекс №1 (предмета)	Комплекс №2 (обручем)	Комплекс №2	Комплекс (флажками)
	2-я часть: ОВД	1. Ходьба на предметах. 2. Прыжки шнуром справа и слева. 3. Прокатывание обруча по доске. 4. Прыжки в обруч через скакалку.	1. Прыжки в места. 2. Перебрасывание через шнур. 3. Прокатывание друг другу.	1. Прокатывание предмета по гимнастической скамейке. 2. Ползание по гимнастической скамейке, руками, ружьями, боков. 3. «Проползание урони». 4. Прокатывание гимнастической скамейки с головой.	1. Ползание гимнастической скамейки на ступнях (медвежий ход). 2. Ползание по гимнастической скамейке, руками, ружьями, боков. 3. Прыжки шнуром. 4. Лазанье гимнастической стенке передвигаясь третьей рукой. 5. Прыжки в обруч ногами через скакалку.
	Подвижные игры	«Дружная семейка»	«Самолеты»	«Найди свое место»	«Воробышки в гнёздышках»
Месяц	Задачи, задания	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май	Номер	3 (стр. 74). 73	6 (стр. 76)	9 (стр. 78). 77	12 (стр. 79)

	Задачи	Развивать в оис глазомер при в цеупражвнв бе ге; за уме ни действов сигналу.	Упражнять дет чередуя с п ходь бе с и на пра ени дяв и ж е н и я , медленном темпе до 1 чередовании с	Упражнять д на вынос利物 ходь бе бе ге м предметами; на о д ю о й (правой левой, попеременно)	Упражнять ходь бе попеременно широким и коротким повторить упражнения мячом, равновесии прыжках.
	1-я часть: Вводная	Игровое упраж ние «Ловишки».	Ходьба в ко одному, по с перепрыгивают шнуры; с и на направления д ведущим). умерен тнеомпдео 1 минувы, чередовании с	Ходьба в ко одному бе в умеренно (мдо 1 минуте) р. е хо ходь бе ж д предметами.	Ходьба в ко одному сигналу широким ша медленном Затем о ходьба и мелким, се шагом, и последоват повторить.
	ОРУ	Комплекс №1 (без предме	Комплекс №2 (обручем)	Комплекс №2	Комплекс флажками)
	2-я часть Игровые упражнения	1.« Быстрые ловкие» . 2.« Сбк о й г лю» .	1.« Подб-роймай» . 2.« Прок-н т из ад	« На о д о ж и д о л дорожки» . 2.« Брось веревочку»	1.« Перепрыг ручеек» . 2.« Бег дорожке» .
	Подвижные игры	«Дружная се	«Мотоциклисты»	«Быстро в д	«Совушка»
	3-я часть:	Ходь ба колон по одному	«Угадай, кто	Игра подвижности.	Ходьба в ко одному.
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Апрель (в зале)	Номер	13-14 (с-81)р . 8	16-17 (с-83)р . 8 2	19-20 (с-85)р . 8	22-23 (с-87)р .
	Задачи	Упражнять ходьбе и бег по одному, беге враспы повторить з равновесии	Упражнять ходьбе и бегу, взяв широкую ленту, беге враспы метании мешочков горизонтальн закрепляющ занимать п исходное положение в дл инне сста .	Упражнять св выполнении по сигналу; ловкости в метании на повт рить ползание четверенька	Упражнять ходьбе и бег враспы
	1-я часть : Вводная	Ходьба в к одному, по с переходят к перешагиван бруски по правой и ле бег врас Упражнения беге череду	Ходьба в к одному в об ходьба по взяв широкую ленту, остановка, другую сто продолжение Ходьба и враспынную .	Ходьба жолвоию одному. По «Лягушки-иде т приседают и руки на поднимаются продолжса доыБау сигнал: «Ба по переходят бег помахивая - «крылышками» Упражнения беге череду	Ходьба в по одному, бег враспы сигналу: «Лошадки!-» ходьба, поднимая по сигналу «Мышки» ходь но семенящими шагами; х бе в черед
ОРУ	Компл №2к9с (б в р е д м е т о в)	Комплек №3 0	Комплек №	Комплек №	

	2-я часть: ОВД	Равновесие на доске, лежа на полу, мешочек на голове, руки в стороны. Прыжки вправо и влево через препятствие. Равновесие на гимнастической скамейке на приставных мешочках. Метание мешочка горизонтально правой рукой.	1. Прыжки в места. 2. Метание мешочка горизонтально. Метание мешочка вертикально. Отбивание мешочка рукой несколько подряд и двумя руками.	Метание мешочка на дальность. Ползание по гимнастической скамейке с ладонями. 3. Прыжки двумя ногами.	Равновесие на ходьбе по лежащей на приставленной одной ногой другой, с поясом. Прыжки двумя ногами из обруча. Равновесие на ходьбе гимнастической. Прыжки двумя ногами на предметах.
	Подвижные игры	«Лягушки и лягушечки»	«День и ночь»	«Горячее место»	«Пчелки»

Месяц	Задачи, задания	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель (на улице)	Номер	15 (стр. 82)	18 (стр. 84)	21 (стр. 85)	24 (стр. 88)
	Задачи	Упражнять ходьбу и бег в поисках своих колонок; прокатывание обручей; повторение ритма упражнения мячами.	Повторить хождение по кругу; прыжки и упражнения в сохранении устойчивости; повторение упражнения ходьбы и бега по ограниченной опоре.	Упражнять ходьбу и бег с постановкой и перебрасыванием друг друга; ловкость.	Упражнять ходьбу и бег между предметами; перебрасывание мяча.

	1-я часть: Вводная	Ходьба в к одному; ход в рассыпную по сигналу перестраива колонну и движения ребенок на место в ней	Ходьба в к одному, поворотом в сторону; ход в рассыпную.	Ходьба в к одному; на «Аист» и встать на руки в сто сигнал: «Ля присесть, положить на Ходьба и бе в рассыпную.	Ходьба в к одному; на «змейкой» предметами (кубиками) поставленными в ряд; ход в рассыпную высоко ногами - «петушки»; в рассыпную
	ОРУ	Комплекс (без предме	Комплекс №30	Комплекс мячом)	Комплекс косичкой)
	2-я часть: Игровые упражнения	8. «Прокати поймай». 9. «Сбей (кегли)». 10. Катание велосипед	7. «Подорожке». 8. «Надень» 9. «Перепрыгни задень»	7. «Устойчивой мат 8. «Подбрось- поймай».	10. «Пробле задень» 11. «Накинь кольцо» 12. «Мяч ч сетку».
	Подвижные игры	«Дрозд»	«Салки»	«Догони пар	«Улиточка»
	3-я часть:	Игра м подвижности	Игра м подвижн	Ходьба в к одному.	Ходьба в по одному малой подвижност
Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
М а р т	Номер	25-26 (с-89)р. 8	28-29 (с-90)р. 8 9	31-32 (с-92)р. 9	34-35 (стр93) 9

Задачи	Упражнять ходьбе пар сохранении устойчивого равновесия по уменьшению площади повторить длину с мест	Повторить х сменой ве упражв прыжка длину с мест ловк вустра жне мячом.	Упражнять ходьбе с подниманием бега в рас сползании по повторить метание вертикац леныу	Повторить бег с вып зада нуш й ра жн в сохра устойчивог равнювес п ходьбе повышенной в прыжках.
1-я часть : Вводная	Ходьба и бег ходьба биег в рассыпн Перестроение колонны.	Ходьба в ко одному со ведущего . Хо в рассыпную залу .	Ходьба в ко одному а си « Лошадки-и !де т идут , высок колени , рук бег в рассыпн	Ходьба в по одному сиг на худь б полуприсед ходьба , поднимая ходьба м семенящим чередовани обычной хо бег овложне одному . .
ОРУ	Комплекс № предмета)	Комплекс № кубиком)	Комплекс № палкой)	Комплекс мячом)
2-я часть : ОВД	1.Ходьба по лежащей по на приставляя одной ноги другой , рук . ходьба гимнастичес скамейке приставным середине	Прыжки в м дл и черензур . Перебрасыва н д р д р у г р у а р в а х . Прыжки к ч о е р р о е т з с к а к а л д в у н х о н а а на месте . М е т а н и е е ш о ч к а дальность (левой рукой) .	Метание вертикац леныу Ползание по гимнастичес скамей ж и в онта опорой на ступни («п медвежь и») . Прыжки	Равновесие ходьба скамейке мешочком головеу, ки стороны ; по доске , на полную, но с руки озла во Прыжки д нуа

		встать и дальше. 2.Прыжки в д месте арш 3.Прокатывани между кубик «змежкой».		короткая алк	ногах шнеур справа сле продвигая вперед. Лазанье гимнастиче стенку и нее. Прыжки двуа ногах чер
	Подвижные игры	«Вертолеты»	«Цветочек»	«Ласточка б	«Удочка».
	3-я часть:	Игра подвижности	Ходьба в к одному. м подвижности выбору детей	Игра малой подвижно «Найдем птич	Ходьба в к одному.
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май (на улице)	Номер	27 (стр. 89)	30 (стр. 90)	33 (стр. 92)	36 (стр. 94)
	Задачи	Упражнять ходьбе кол одному в че с прыжк повторить игр вые упражн мячом.	Упражнять де с остановкой ходьбе и бег повторить зад и прыжками.	Упражнять ходьбе беге па закреплять через ко скакалку, уме ние перестраиват ходу движен	Упражнять ходьбе и изменением направлени движения, подбрасыва ловле повторить мячом, пры бегом.

1-я часть: Вводная	Ходьба в к одному; прыжки на брусках; ходьба в рассыпную.	Ходьба в к одному; прыжки на «Зайка» с шагами по прыжкам вправо, затем продолжение по сигналу: «Петушки!» - остановиться, руками вверх произнести команду: «Ходьба и бег».	Ходьба в к одному, по перестроению ходьба парами в рассыпную, по одному. «змейкой» предметами.	Ходьба в к одному, по изменению направления движения по сигналу. Углубленный поворот продолжения ходьбы.
ОРУ	Комплекс №1 (без предмета)	Комплекс №3 (кубиком)	Комплекс №4 (палкой)	Комплекс №5 (мячом)
2-я часть: Игровые упражнения	1.« Достань мяч из ручки». 2.« Перепрыгни ручеек». 3.« Пробег и задень».	1.« Попади в корзину». 2.« Подбрось мяч».	1.« Нерони». 2.« Не задень». 3.« Бег по дорожке».	1.« Подбрось мяч». 2.« Кто быс дорожке».
Подвижные игры	«Слушай сигнал»	«Цветочек»	«Найди свою»	«Ловишки»
3-я часть:	Игра подвижности	Игра малой подвижностью	Игра малой подвижностью «Кто ушел?»	Игра «Угадайка».

Старшая группа

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Сентябрь	Номер	1-2 (с 17). 15	4-5 (с 20). 19	7-8 (с 24). 21	10-11 (с 26).

	Задачи	Упражнять ходьбе и бег по одному, врассыпную; сохранении устойчивой во фронтальном положении прыжках с продвижением вперёд.	Повторить ходьбу между предметами в носках; координацию в прыжках (достань до ловкости в вверху).	Упражнять ходьбе с подниманием и рывком (мин); в гимнастической скамейке с бадми и к подбрасыванию вверху; ловкость и равновесие по уменьшению площади опоры.	Разучить бег с изменением темпа движения по сигналу; пролезание боком, не его край; упражнения в равновесии прыжках.
1-я часть: Вводная	Построение проверка выравнивания: по в колонну по одному сигналу ходьба врассыпную; перестроение колонну по движению.	Построение перестроение по одному. Ходьба в носках, руки в прыжках и бег в чередо	Построение проверка выравнивания, по в колонну по одному (прыжком). Бег в высоком под колен, руки Бег в кол одному (до бега уме Переход на обычную ходьбу	Построение шеренгу выравнивания, по в колонну по одному (прыжком). Бег в высоком под колен, руки Бег в кол одному (до бега уме Переход на обычную ходьбу	
ОРУ	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №2	Комплекс №3 (предметов)	Комплекс (палкой)	

	2-я часть: ОВД	Равновесие гимнастической скамейке перешагивая через переплет с прыжками двоякого с продвижением вперед. Перебрасывание друг другу.	1. Прыжки двумя ногами «Достань до» Подбрасывание мяча (двояким) введя руками в бег с ведением 1, 5 мин). Ползание четвереньками предметами.	Ползание по гимнастической скамейке с ладонями коленами вперед. Ходьба по боком при шагом; с головой. Броски мяча двумя руками его перебрасывание друг другу.	Пролезание обрубком боком (не за верхние группировки). Ходьба, перешагивание препятствия мешочком голове. Прыжки двумя ногами, продвижением вперед; мешочком, зажатые колени, «Пингвины»
	Подвижные игры	«Колдун»	«Ловишки»	«Пятнашки»	«Горячая картошка»

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Сентябрь (на	Номер	3 (стр. 17)	6 (стр. 20)	9 (стр. 24)	12 (стр. 27)
	Задачи	Упражнять построении колонны; у равновесия прыжках.	Повторить хо между пред в рассыпную, по сигналу; ловкость беге задевать за повторить упражнения в разучить упражнения с	Повторить (удоб мин.), упраж прыжка Развитие ловкость и координации движений.	Упражнять для дистанцию, прыжках по задания с развивая длину глазомер.

	1-я часть : Вводная	Построение шеренг в ровне осанки и равне Ходьба и в колонне по чередовании Игровое упражнение «Быстро в к	Построение шеренгу, равенния и объяснение Ходьба в ко одному, по переход на х предметами бег Ходьба и чередовании. сигнал подае в рассыпную, 3 в рассыпную чередовании).	Ходьба в ко одному на н на пояс, пе (до 1 мин.) обычную ход 1	Ходьба в ко одному на н беги, неп (до 1 мин.) умеренном
	ОРУ	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №2 (предметов)	Комплекс №3 (предметов)	Комплекс №4 (предметов)
	2-я часть : Игровые упражнения	1.«Пингвины» 2.«Не промахнись» 3.«Помостику».	1.«Передай». 2.«Надень».	1.«Неопадись» 2.«Мяч тоенку»	1.«Поймай». 2.«Будь в ким
	Подвижные игры	«Третий лиш	«Быстро возьм	«Пятнашки»	«Посадка картофеля»
	3-я часть :	Игра подвижности «У кого мяч	Игра малой подвижност «Найди и пром	Ходьба в ко одному между предметами	Ходьба в ко одному между предметами
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь	Номер	13-14 (28-29)р.	16-17 (с-32)р. 30	19-20 (с-35)р. 3	22-23 (с-37)р.

	Задачи	Упражнять до (до 1 мин.) приставным гимнастическая скамейке; в перебрасыва	Разучить по сигналу во в колонне повторить преодоление препятствий; прыжки в вать координацию при перебр мяча.	Повторить изменение движения; координацию движений при упражн в равновесии.	Упражнять парами; лазанье в упражнять равновесии прыжках.
	1-я часть: Вводная	Построение проверка о равнения. колонне по колонной по (до 1 мин.) ходьбу.	Построение проверка о равнения, по колонну по ходьба в к одному с вы поворота на перешагивани бруски. Ходьба и чередовании.	Построение шеренг по одному. изменение движения на чередовании) Бег врас сыпную	Построение шеренгу, равнения и Построение колонну по (пары). Х колонне п выполнении поворота н Бег врас ходьба и колонне по
	ОРУ	Комплекс № (предметов)	Комплекс №6	Комплекс №7	Комплекс (обручем)

	2-я часть : ОВД	1. Ходьба гимнастическая на скамейке выполнение 2. Прыжки в высоту через тур. 3. Броски мяча двумя руками.	1. Прыжки на скамейке 2. Перебрасывание друг другу. 3. Ползание четвереньками	Метание мяча горизонтально правой рукой Лазанье по дуге в разные стороны ползание четвереньками между предметами Равновесие на перешагивании через мячи. Ходьба гимнастической приставным	1. Ползание – пролезание обруча на четвереньках преодоление препятствия 2. Ходьба гимнастической скамейке выполнении заданий. 3. Прыжки на препятствия
	Подвижные игры	«Овощи и фрукты»	«Ловля парами»	«Тик-ромко»	«Колпачок»
	3-я часть :	Игра «Что из чего?»	Игра «У кого?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (на у)	Номер	15 (с-30)р. 29	18 (стр. 32)	21 (стр. 35)	24 (с-38)р. 3
	Задачи	Повторить высоким подпрыгиванием; затем с ведением правой и левой (элементы баскетбола) упражнять в	Упражнять в беге, разучить упражнения с повторением игровых упражнений с прыжками.	Упражнять в беге с перекрестными шагами результатом препятствия непрерывно (мд мин.); позн игровые упражнения повторить в игровые упражнения	Развивать выносливость в беге (до разучить «Посадка картофеля» упражнять в прыжках, внимание «Затейники»

				прыжками.	
	1-я часть: Вводная	Построение шеренг в колонну. Ходьба с подниманием бедра прерывно (до 1 прыжка) ходьбу.	Построение в перестроение по одному. колонне по носках, руки переход бег умеренном темпе (до 1 прыжка) мин.) и нахо	Ходьба в одному перешагивая шнуры; бег (мин.).	Ходьба в одному «змейкой» предметами среднем темпе (1, 5 мин.), рассыпную
	ОРУ	Комплекс №5 предметов)	Комплекс №6 (Комплекс №7	Комплекс обручем)
	2-я часть Игровые упражнения	11.Отбивание правой и рукой. 12.Передача правой и ногой.	10. «Проведи мяч» (баскетбольный вариант). 2. «Мяч водяц	9. «Падсудругу» 10.«Отбойлан» 11.«Будь л (эстафета)	1.«Посадка картофеля» 2.«Попадив» 3.«Провмядчи»
	Подвижные игры	«Овощи и фрукты»	«Ловля парами»	«Тикромко»	«Ермак»
	3-я часть:	Ходьба в колонну по одному	Игра «У кого	Ходьба в одному.	Ходьба в по одному.
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
№	Номер	25-26 (с-41)р.	28-29 (с-43)р. 42	31-32 (с-45)р. 4	34-35 (с-47)р.

	Задачи	Повторить высокие по колен упражнения равновесии, координацию движений перебрасывающих в шеренгах.	Упражнять в изменении направления движения; упражнения между предметами повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге продвижением вперёд упражнять в гимнастической скамейке ведением мяча между предметами.	Упражнять в изменении движения, в предметах, равновесии; повторить упражнения с мячом.	Повторить выполнение действий по сигналу; упражнения в равновесии прыжках.
1-я часть: Вводная	Построение и проверка равенства. Задания перестроенной колонной. Ходьба в колонне. Ходьба в колонне. Задания, в рассыпную команду.	Построение и проверка равенства. Задания перестроенной колонной. Ходьба в колонне. Ходьба в колонне. Задания, в рассыпную команду.	Ходьба в колонне. Изменить направление движения. Бег с предметами. Ходьба в колонне. Ходьба в колонне. Бег с предметами. Ходьба в колонне. Бег с предметами.	Построение и проверка равенства, в колонну. Ходьба с замедлением движения по предметам. Ходьба в колонне. Бег с предметами. Ходьба в колонне. Бег с предметами.	Построение шеренгу, осанки и перестроенной колонны. Ходьба, на «Фигуры» и остановившиеся. Изображают либо при рассыпную команду. Ходьба и чередование
ОРУ	Комплекс №1 (мячом)	Комплекс №1 (мячом)	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №1 (мячом)	Комплекс №1 (скамейке)

	2-я часть : ОВД	Равновесие в виде по гимнастической скамейке выполняем прыжки на левую руку. Перебрашиваем друг друга руками.	1. Прыжки на левой ноге 2. Переползание животом гимнастической скамейке, прыжки двумя руками. 3. Ведение мяча продвигаясь шагом. 4. Ползание четвереньками подталкивая головой. 5. Ведение мяча	1. Ведение мяча правой рукой, прыжок вперед. 2. Пролезание прямо и боком в группировке по гимнастической скамейке приставным четвереньками опорой на колени. 4. Ходьба на руках между мячами.	1. Лазанье – подлезание под шнур. 2. Равновесие ходьба гимнастической скамейке мешочком головы и пояса. 3. Прыжки на левой предмет; попеременно предметам носком в голову.
	Подвижные игры	«Круговая лапта»	«Перелет птицы»	«Жадный вояка»	«Между двумя»
	3-я часть :	Игра «Найди промолчи»	Игра «Днегалеги»	Игра «Съедобное не съедобное»	Игра «Укони»
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Н о я б р ь (н а	Номер	27 (стр. 41)	30 (стр. 43)	33 (стр. 45)	36 (стр. 48)
	Задачи	Повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках.	Повторить перешагивание предметов, координацию движений; развивать в игровом задании	Упражнять развивая выносливость упражнения прыжками и	Повторить преодоление препятствия повторить упражнения прыжком с мячом.

			упражнять в б		
1-я часть: Вводная	Построение шеренг в колоннах; ходьба в шеренге по сигналу; средним темпом в рассыпную.	Ходьба в колонне по одному; перешагивание шнуры по правой стороне; ходьба в рассыпную. «Стоп!» - остановиться одной ногой, руки на бег в черед	Ходьба в колонне по одному, бег по одному в темпе (до 1 мин.); ходьба в рассыпную.	Ходьба в колонне по одному, бег по одному в темпе (до 1 мин.); ходьба в рассыпную.	Ходьба в колонне по одному, бег по одному в темпе (до 1 мин.); ходьба в рассыпную.
ОРУ	Комплекс №1 (мячом)	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №1 (мячом)	Комплекс №1 (мячом)	Комплекс №1 (скамейке)
2-я часть Игровые упражнения	1.« Мяч тоенку» 2.« Поймай». 3.« Надедень».	1.« Мяч тоенку» 2.« Поймай».	1.« Перебрось поймай». 2.« Перепрыгни задень».	1.« Перебрось поймай». 2.« Перепрыгни задень».	1.« Мяч тоенку» 2.« Ловишки-перебежки»
Подвижные игры	«Круговая л»	«Перелет птиц»	«Жадный пов»	«Жадный пов»	«Между двумя»
3-я часть:	Игра «Угадай по голосу»	Игра «Летает-летит»	Игра «Съедобно-несъедобно»	Игра «Съедобно-несъедобно»	Ходьба в колонне по одному.
Месяц	Задачи, задания	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Дни	Номер	1-2 (с 45-50). 4 8	4-5 (с 45-50). 5 1	7-8 (с 45-50). 5 3	10-11 (с 45-50). 5 3

	Задачи	Упражнять умение хранить дистанцию от друга; разуправновесия; повторить перебрасывания мяча.	Упражнять в беге к рукам в шагах; повороты в другую сторону; повторить прыжки попеременно правой и левой рукой; продвигаться в упражнениях в переброске мяча.	Упражнять в ходьбе и врассыпную; закреплять ловить мяч, ловкость и повторить гимнастическую скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Упражнять в ходьбе и в кругу, в руках, в врассыпную лазанье гимнастической стенку; равновесия и прыжках.
1-я часть: Вводная	Построение шеренги, равнения и Ходьба в колонне по между предметом с соблюдением определенной дистанции друга. Ходьба чередованиями.	Построение шеренги проверка равнения, переконнуну односторонней Ходьба с заданиями на Ходьба и бег чередованиями.	Построение шеренги проверка равнения. Перестроение колонну по ходьба врас команду «фигуру» - остановка выполнение сдеующую команду бег врас Ходьба и чередованиями.	Построение шеренги проверка равнения. Перестроение колонну по ходьба врас команду «фигуру» - остановка выполнение сдеующую команду бег врас Ходьба и чередованиями.	
ОРУ	Комплекс упражнений (обручем)	Комплекс упражнений (флажками)	Комплекс упражнений (бурелк5с предметов)	Комплекс упражнений (предметов)	

	2-я часть : ОВД	Равновесие на наклонной переход гимнастической скамейке . Прыжки в упоре на руках чередуя ноги на брусьях и на гимнастической скамейке . Перебрасывание друг друга .	Прыжки в упоре на одной ноге , продвигаясь правой ногой вперед . Броски мяча в ловлю ерундой . Ползание четвереньками по предметам ; подталкивая головой . Прокатывание набивного мяча	1. Перебрасывание друг другу боковой стороной диаметра . 2. Ползание по гимнастической скамейке , подтягивая руками за скамейку ; четвереньками по мешочку ; 3. Равновесие по гимнастической скамейке с наголове .	Лазанье гимнастической стенкой , прохождение гимнастической скамейки . Равновесие ходьба гимнастической скамейки . Прыжки в упоре на ногах по предметам мешочком , зажатым колен .
	Подвижные игры	« Два мороза »	« Коршун и на »	« Смелые воры »	« Метелица »
	3-я часть :	Игра « Сделаю »	Игра « Нетает »	Игра « Летает »	Игра « Летает »
Месяц	Задачи , э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (на у)	Номер	3 (с 45р) . 50	6 (с 45р) . 52	9 (с 45р) . 54	12 (с 48р) . 55
	Задачи	Разучить игры в вые упражнения бегом прыжка упражнения метель на снежков на	Повторить хо между снег постр упражнения на двухногах снеговика ; в снежков вл вь .	Развивать ритми остью ходьбы на упражнения на двухногах повторить игров упражнения бросанием горизонталь	Повторить передвижен лыжах ско шагом ; р игровые упражнения клюшкой и развивать координаци движений

					устойчивое равновесие скольжении ледяной до
1-я часть : Вводная	Ходьба и б снежными постройками ведущим в у темпе, ходьба в рассыпную.	Построение в одному, ходь между сне постройками; и бумажный.	Одна группа детей занимается инструктором проводится в лыжах. В группе детей время снежки и в их горками. дети няются местами.	Ходьба в темпе ледяными постройками разрывая ц	
ОРУ	Комплекс № (с обручем)	Комплекс №1 флажками)	Комплекс № (без предметов)	Комплекс № (предметов)	
2-я часть Игровые упражнения	13.« Кто д бросит » . 14.« Неа день »	11. « Метцель » 12. « Кто быстре д неговик 13. « Пройдем мостику » .	1 2 . « Метко и	Ходьба на скользящи шагом . 2. Игровое упражнени шайбой клюшкой . 3.« Подорожке	
Подвижные игры	« Моркрасный	« Коршун и нас	« Воробьи и	« Снежная б	
3-я часть :	Ходьба колон по одно между снежными постройками	Ходьба в ко одному. Игра предмет » .	Ходьба в к одному предметами .	Ходьба в к одному в у темпе .	

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (в зале)	Номер	13-14 (с-60)р. 5	16-17 (с-63)р. 6	19-20 (с-64)р. 6	22-23 (с-66)р.
	Задачи	Упражнять ходьбе и бег по предметам, их; проделывать формировать устойчивое при ходьбе наклонной упражнять в ноги на ногу, в мяча в колье	Повторить хо по кругу; азуч прыжок в едсти упражняпөлза четвереньках прокатывании головой.	Повторить хо между предметами; упражнят перебрасываи друг другу; п задача в ню ве	Повторить бег по упражнения равновесии прыжках; упражнять лазанье гимнастиче стенку, пропуска
	1-ячасть: Вводная	Построение проверка о равнения, п в колонну п Ходьба и б кубиками, расположенн шахматном п	Построение фен Перестроение по одному. Хо по кругу, держас веревку, за останавливаю сторону.	Построение ширееи проверка ра осанкширестро колонну по Ходьба в кс одному с вы заданий по ходьба предм ами «змейкой», врассыпную.	Построение
	ОРУ	Комплекс №1 (кубиком)	Комплекс №1 (шнуром)	Комплекс №1 (на гимнаст.	Комплекс (обручем)

	2-я часть: ОВД	1. Равнобедренная бег по на доске. 2. Прыжки на авио левого м кубиками; ногах м набивными м 3. Метание брос мя в шеренгах 4. Перебрасывание друг другу (двумя руж груди).	1. Прыжки в места. 2. Проползание дугами на ч подталкивая группировке; переползание предметы 3. Бросание в верх 4. Перебрасывание друг другу в руки снизу.	Перебрасывание друг другу руками грудью и спиной; пролезание боком, не верхнего о группировке Ходьба перешагивание набивные ружья на пояс; с на голову и стороны.	Лазанье гимнаст. одноименным способом, спуск, проползание. Ходьба гимнаст. представляющая собой носку дру свободно балансирующую голову Прыжки на двух ногах, прыжки врозь прыжком вместе; шнуры на ногах и бубны Ведение мяча прямо направленно
	Подвижные игры	«Веселые ребята»	«Мышки и дом»	«Бездомный»	«Пингвины»

Месяц	Задачи, №	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Янв.	Номер	15 (стр. 61)	18 (стр. 63)	21 (стр. 65)	24 (стр. 67)

	Задачи	Продолжать детей пере по учебной повторить упражнения.	Закреплять скользящего ходьбе на повторить упражнения с метанием.	Закреплять на выскользящей ходьбе на повторить упражнения прыжками и снежком.	Разучить на лыжах повторить упражнения прыжками.
	1-я часть: Вводная	Построение по одному; бег между постройками в среднем темпе ведущим.	Одна группа разбившись катается на санках группами выходя на скользящим санкам педагога дети меняются.	Построение по одному на скользящим соблюдением дистанции детей.	Построение
	ОРУ	Комплекс №1 (кубиком)	Комплекс №1 (шнуром)	Комплекс №1 (на гимнаст.)	Комплекс (обручем)
	2-я часть: Игровые упражнения	Катание др на санках. Шагина лыжа вправо и переступание. Ходьба по учебной дорожке. 4.«Сбег с горы».	1.«Кто быстрее». 2.«Пробег из зад».	1.«Пробег на задень». 2.«Кто добрыше».	1.«Места» 2.«Горки».
	Подвижные игры	«Треллийный»	«Скакун и бег»	«Хитрая лиса»	«Белые мед»
	3-я часть:	Ходьба колон по одному	Игра малой по	Ходьба змейкой между ледяными ситрой	Ходьба в колон по одному.
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
№	Номер	25-26 (с-69)р. 6	28-29 (70-71)	31-32 (с-73)р. 7	34-35 (с-75)р.

	Задачи	Упражнять ходьбе и врассыпную; продолжительности до 1 мин.; устойчивого равновесия на повышенной повторить у в прыжках забрасывания и корзину.	Повторить хо по кругу, явши с руки; ходьбе врассыпную; навык эне отталкивания приземления полусогнутые прыжках; у п лазанье едду гу отбивание мя	Упражнять ходьбе и б предмета ми; метание вертикальную це лью; упражнять под палку перешагивани нее.	Упражнять непрерывно в лазанье гимнастиче стенку, пропуская упражнять сохранении равновесия ходьбе повышенной повторить прыжках и с
1-я часть: Вводная	Ходьба жолвоию одному, на ходьба и врассыпную; бег продолжительности до 1 мин. в темпе, с и направления; колонна днпму.	Построение в проверка о с равнепнеиряе; с тр с колонну по затем в кру бег по кругу руки; ходьбе врассыпную остановкой п	Построение Проверка о сравнения. Х между пре (скамейками) Перестроение колноньн справ гимнастическ скамейки.	Построение шеренгу, осанки и перестроен колонну по Ходьба в по одному среднем продолжителю до 1 м изменением направления движения); и бег врассыпную.	
ОРУ	Комплекс №2 (с гимнас палкой)	Комплекс №2 (с гимнас палкой)	Комплекс №2 гимнастическ скамейке)	Комплекс №2 предметов)	

	2-я часть : ОВД	1. Ходьба гимнастическая скамейке, стороны; гимнастическая скамейке. 2. Прыжки без паузы; левым блоком. 3. Бросание мяча двумя руками головой от груди.	1. Прыжки в места. 2. Отбивание одной рукой продвигаясь шагом; перемалого рукой и локотскоком ладьюм 3. Лазанье под дугой, кас руками группировке. 4. Ползание четвереньками набивными.	Метание мери вертикальную правой и левой (оплеча). Подлезание (шнур). Перешагивание шнур. 4. «Проползание урони». Ходьба на между кегля поставленные ряд. Прыжки в черенуры.	Лазанье гимнастическую; не пропуска Равновесие ходьба гимнастическая скамейки пояс (или голову). Прыжки на ноги, движение Отбивание мяча вверх его ордуной
	Подвижные игры	«Охотники обезьяны»	«Не оставайся»	«Пограничники парашютисты»	«Угадай на»

Месяц	Задачи, №	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль	Номер	27 (стр. 69)	30 (стр. 71)	33 (стр. 73)	36 (стр. 76)
	Задачи	Упражнять ходьбе по скользким поворотам лыжах, игровые упражнения шайбой, скат по ледяной	Упражнять в лыжах, метание на дальность игровые упражнения бегом и прыжками	Повторить игровые упражнения прыжками, снежков в дальность.	Повторить упражнения санках; беге и прыжками

	1-я часть : Вводная	Построение : группа де лыжах , в то санками . Первая груп строится шеренгу ния выполняет повор в прав аи влево упражнение « Пружинка » ; по лыжне . Втор-акят ают друга на поочередно съезжают пара ми . По дети ме местами и з	Построение шеренг. Выпо приставных ша и влево ; пово и налево ; ход скользящим ша	Построение по одн перестроени ходь ба снеговика , руки . По ко идут сначала ; затем ютс движение и на бег . Ход другую стор	Построение
	ОРУ	Комплекс №2 (с гимнас палкой)	Комплекс №2 2 (большимом)	Комплекс №2 гимнастическ скамейке)	Комплекс предметов)
	2-я часть : Игровые упражнения	15.« Точный » . 16.« Подорожке	14. « Ктдса льше » 15. « Ктбыстрее	13.« Точнфув » . 14.« Ктдса льше » .	13. « Гонки санок » 14. « Не попади 15. « По мостик
Меся	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ма	Номер	1-2 (с 78) . 7 6	4-5 (с 80) . 7 9	7-8 (с 82) . 8 1	10-1 1 (с-84)р .

	Задачи	Упражнять ходьбе колес одному, с п другой сто сигналу; ходьбу по (шнур) с м голувпер; а жнят прыжках перебрасыва мя ч ар, а з в и в а я л глазомер.	Повторить хо пжругсу изменен направления в рассыпную; прыжок в в разбегу; уп метании меш цель, в полз предметаи.	Повторить хо сменной движения; у ползании гимнастическ скамейке, есви прыжках.	Упражнять ходьбе перестроен колонну п (парами) движении; метании горизонтал цель; в л равновесии
	1-я часть: Вводная	Ходьба в к одному, на выполнить п другую стор поворотом в сторону; в рассыпную.	Построение шире проверка о правнения, пе колонну по с круг. Ходьба кругу с и з направления по команде; в рассыпную кубиками, не заиде. в а я	Построение шире перестроение по одному; ходьба со с движения: н удар выбу б е д не т выполняют коро ки е, е м е н я щ и е на редкие – широкие и; ходьба и в рассыпную.	Построение
	ОРУ	Комплекс №2 (с малым мяч)	Комплекс №2 (предметов)	Комплекс №2 (кубиком)	Комплекс обручем)

2-я часть : ОВД	1.Равновесие с дыбком на канату приставным мешочком на молоток и опояс . 2.Прыжки обруч через дыбков 3.Перебрасывание друг другу и после отпусков в шеренгами .	1. Прыжки в разбега . 2. Метание мешочков вертикальную правой и левой рукой . 3. Ползание четвереньками предметами « Кто быстрее до жегли » .	1. Лазанье гимнастической скамейке с ладонями и ступнями (« медвежья ») ; 2. Равновесие на гимнастической скамейке выполняем 3. Прыжки вправо через обруч на ногах , на левой ноге .	. Лазанье на боку , не его . Метание мешочков горизонтально (3) Равновесие ходьба на между набивной мячи рукой и головой . ; перешагивание через набивные Ползание четвереньками опорой на и колени предметам
---------------------------	---	---	---	---

Месяц	Задачи, №	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март (на ул)	Номер	3 (стр. 79) . 78	6 (стр. 80) . 80	9 (стр. 83) .	12 (стр. 84) .
	Задачи	Повторить игровые упражнения бегом; упражнения перебрасывание друг другу развивая глазомер .	Повторить чередования игровые упражнения мячом и прыжками	Упражнять детей в ходьбе в чередовании повторить игровые упражнения равновесия , с мячом .	Упражнять детей в скользящей ходьбе , разучить упражнения с мячом , прокатывание мяча ; повторить прыжками .

	1-я часть: Вводная	Построение по одному непрерывный мин.) ледяными постро йкеармие н ходьбу.	Построение в проверка ос равенния, пе колонну по Ходьба коло одному, пере х сек.), пере х (20 сек.) и в. ч	Ходьба в к одному, пер (10 м), и чередовании раз.	Построение задание в вторая ппа детей.
	ОРУ	Комплекс №2 малым мячом	Комплекс №2 предметов)	Комплекс №2 кубиком)	Комплекс обручем)
	2-я часть Игровые упражнения	1.« Пасточная клюшку». 2.« Провнееди задень»	1.« Ловля бьята». 2.« Кто быст (эстафетас прыжками).	1.« Канатоход 2.« Быспреда	1.« Прокат бей 2.« Пробегше задень».
	Подвижные игры	«Горелки»	«Ловишки»	«К своим зна	«По местам
	3-я часть:	Ходьба в к одному, пос круг. Игра подвижности «Летнее тлета	Игра малой пс	Игра «Не зе	Игра «Тиши
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Номер	13-14 (с-87)р. 8	16-17 (с-89)р. 88	19-20 (с-91)р. 8	22-23 (с-93)р.
Д	Задачи	Повторить хо пкругуцражвя сохранении при ходьб повыситьоийо р упражнения прыжка метании.	Повторить хо между пред разучипрыжки короткой с упражнения прокатывании	Упражняютходь бегае колони одному с ос команде; метание вертикальну развивая лс глазомер; у	Упражняют бегае бегае предметами закреплять лазанья на гимнастиче стенку; уп сохранении

				ползании и сохранении устойчивости в равновесии	равновесия прыжках.
1-я часть: Вводная	Ходьба колесом одному, ходьба кругом, ходьба перешагивая шнуры попеременно одной и другой ногой; бег в рассыпную.	Построение шеренг проверка осанки равнения; ходьба между предметами	Построение проверка осанки равнения, прыжки в колонну по Ходьба колесом одному с выделением заданий по ходьба и перешагивая кубики.		Построение
ОРУ	Комплекс №29 (с гимнастической палкой)	Комплекс №30 (с короткой палкой)	Комплекс №30 (с короткой палкой)	Комплекс №30 (с малым мячом)	Комплекс №30 (предметов)
2-я часть: ОВД	Равновесие на по гимнастической скамейке, с стороны; с мяча на скамейке перед собой спиной. Прыжки брусом на двух ногах затем прыжки через предмет. Броски мяча двумя руками и одной	1. Прыжки короткую скамейку месте, вращая продвигаясь 2. Прокатывание друг другу, шеренгах. 3. Пролезание прямо и боком	Метание мяча вертикально Ползание по затем перешагивая через скамейку. Ходьба гимнастической скамейке, прыжки через препятствие приставляя одной ноги другой, прыжки стороны.	Лазанье гимнастической стенку; с не пропуска ходьба гимнастической рейке при шагах См. упр. 1 Не пропуска Прыжки короткую скамейку на месте продвигаясь	

		стоя в шеренгу малого мяча; одной рукой его двумя р		Ползание по гимнастичес скамейке на ступнях («н медвежьи») .	вперед; перепрыги чершву пра и вле продвигая вперед. Равновеси ходьба по боком при шаго ружа пояс; ход носках набивными мяча мриу,к на пояс.
--	--	--	--	---	--

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель (иные)	Номер	15 (стр. 87)	18 (стр. 89)	21 (стр. 91)	24 (стр. 94)
	Задачи	Упражнять чередовании бега; повторением «Ловишки перебежки», с большим м	Упражнять в длительном беге выносливость; прокатывании повторить упражнения с прыжками, с м	Повторить скорость; упражнения прыжками и б	Упражнять на ско повторить игровые упражнения мячом, в и равнове
	1-я часть: Вводная	Построение по одному. бег в черед м-ходьба, 10-бег; по несколько р	Построение в Перестроение по одному, умереннее (мин.), ходьба между предметами	Построение шире и объяснение задания. Перестроение шеренги. зани можно бь выполнить б стороны адрал	Построение колождь б бег между уп

				до линии После 2-го ходьбы одной по одному.	
	ОРУ	Комплекс №2 (с гимнастикой палкой)	Комплекс №3 0 (с короткой с	Комплекс №3 с малым мячом)	Комплекс предметов
	2-я часть Игровые упражнения	17.«Ловишки перебежки» 18.«Перед мячом»	16.«Пройди не задень». 17.«Договори руч» 18.«Переброс поймай». 19.«Кто быстрее д флажка»	15.«Кто быстрее» 16.«Мяч в кругу».	16.«Сбей кегли» 17.«Пробей незаведен
	Подвижные игры	«Горелки»	«Земля и небо»	«Цветные авт	«Усатый с
	3-я часть:	Ходьба колон по одному	Игра малой г «Кто ушел?».	Ходьба в к одному.	Игра «Рек
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Номер	25-26 (с-96)р. 9	28-29 (96-97)р.	31-32 (с-99)р. 9	34-35 (с-101).
М	Задачи	Упражнять ходьбу беге поворотом сторону по сохранению на повыше оп оре; повто упражнения	Упражнять д ходьбу жоб по одному перешагивани че предметы; прыжок в д разбегу перебра	Упражнять ходьбу и б предметами по одному в рассыпную; разв два ловкости глазомер упражнени	Повторить изменением движения; развивать ползания гимнастиче скамейке животе; п прыжки

		и мячом.		повторить у предмета в равновесии обручем.	
1-я часть: Вводная	Ходьба жоловную одному, на «Поворот!» - повернуться продолжать движение ходьба в рассыпную.	Построение в построение в одному; на с с перешагива шнуры (по стороне зала перешагивани шнуры (по стороне зала ходьба и бег	Построение шире проверка о сравнения; колонной по между пре (кубиками); и бег в ра ме ждуредметами	Построение	
ОРУ	Комплекс №3 (брусьев)	Комплекс №3 (флажками)	Комплекс №3 (мячом)	Комплекс (обручем)	
2-я часть: ОВД	1. Равновесие гимнастичес скамейке, п через набив боком при ста шагом, с е скамейки встать прыж далее. 2. Прыжки в продвигаясь флажка; по на правой ноге.	1. Прыжки в разбега. 2. Перебрасыва друг другу руками и 3. Ползание по ладонях и с медвежьей». 4. Забрасывание корзину (ж) 5. Лазанье по (обруч).	1. Брос мяча по одной рукой его двумя ру вверх и ловля его руками. 2. Лазанье по обруч правой бок группы прямо и б парах. 3. Равновесие гимнастичес скамейке	1. Ползание гимнастичес скамейке животе, подтягива двумя р хват орму бок 2. Равновесие ходьба перешагив через на мячи, укина пояс; с	

		3.Б роисмя ча о с м) одной ру		при ставным середине пр	пере шагив черберзуски. 3.Прыжки днуа ноах ме кегля мир;ав и левнйг поперемен
	Подвижные игры	« Пограничии парашютисты»	« Медведь и п	« Мой веселы мяч»	« Паравозик гусеница»
	3-я часть:	Игра «охран	Игра «Шмель»	Ходьба в к одному.	Ходькоалонн одному.

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май (на улиц	Номер	27 (стр. 96)	30 (с-98)р. 97	33 (с-100). 99	36 (с-102). 1
	Задачи	Упражнять с высоким подним ем бедра; р ловкостылазс упражнениях и волано (бадминтон)	Развивать вы непрерывном упражнять прокатывании развивая ло глазомер; игровые упра мячом.	Повторить скорость; упражненияч о прыжках.	Упражнять ходьбе и изменением движения; упражнения мячом.

1-я часть: Вводная	Построение шеренгу, перестроении колонну по ходьба, поднимая бе среднем тем мин.) .	Построение в одному, пере умеренном тем мин); ходьб предметами .	Построение ширее н объяснение зад перестро колонну по Ходьба и пере шагивани чер з предметны уры бруски .	Ходьба ошн по одному команде ускоряют замедляют ходьбы; колонной одному, н выполнении либо фигур
ОРУ	Комплекс №3 предметов)	Комплекс № флажками)	Комплекс №3 мячом)	Комплекс обрuchем)
2-я часть Игровые упражнения	1.«Провмечдчи» . 2.«Падсрдругу 3.«Отбвеойлан»	1.«Прокнчурони 2.«Кто быстре 3.«Забрюельшо»	1.«Ктбыстрее» 2.«Ловжнбята	1.«Мявчодяще 2.«Передача колонне» .
Подвижные игры	«Защита укр	«Паукмухи»	«Ловля бабоч	«Ловишки»
3-я часть:	Ходьвколоп а е о однс у .	Ходьба в кс одному .	Эстафсета ход мяч окмо; лона по одному .	Ходьба в к одному .

Подготовительная группа

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
сентябрь	Номер	1-2 (с-10)р . 9	4-5 (с-13)р . 11	7-8 (с-16)р . 15	10-11 (с-18)р .

	Задачи	Упражнять д колонной пв умении пере бега хнюадь бву сохранении и правильно при ходь б повышенной оп оре . Р атзовчинво движений при пере брос	Упражняете и равномерно рнеогме с о б л ю д е н и е м и ; разви цию движений прыжксадхо став а до предмета ; упражнения с л а з а н ь е ш н у р , задевая его .	Упражнять ходь бе и бе фиксировани с поворотов ; разви ловкость упражнениях коорд цию движений задании на повто ь упражнени переползани с по гимнас скамейке .	Упражнять чередовани ходьбы и сигналу ; в по гимнас скамейке ладонях и в равнове ходьбе гимначсетс ко скамейке выполнении заданий . П прыжки шнуры .
	1-я часть : Вводная	Ходьба в к одному в че бегом ; бег б Перестроение колонну по	Ходьба ко вонне с и положения сигналу и с дистанции детьми . Бег одному в умеренном те мп е , перестроен колонны .	Ходьба в к одному с поворота о м заахл (площадки) по ориентирам . умеренном Перестроение в три колонны	Ходьба и кругу чередовани Поворот в беге произ движении сигналу .
	ОРУ	Комплекс № (предметов)	Комплекс № (флажками)	Комплекс №3	Комплекс палками)

	2-я часть : ОВД	1. Ходьба гимнастическая скамейке представляя одной ноги другой с головой; руки балансируют боком, пер через набивной ручки онаяс . 2. Прыжки идвухаго через шнур набивнойнеи . 3. Перебрасыва друг друга руками шур, оя шеренгах ; -з а головы .	1. Прыжки с до до пред одвурмяками . 2. Прыжки с до до пред одвурмяками . 3. Прыжки с до до пред одвурмяками .	1. Подбрасыван фуккой и одвурмяками . 2. Ползание по гимнастическая скамейке на подтягиваяс руками, ружков боков; на ступнях «медвежьи») . 3. Ходьбе гимнастическая скамейке выполняем садям	Ползание по гимнастическая скамейке выполнению заданий . 2. Прыжки обрзобруч Лазаньеобрзобруч который партшфрвы левым боком Ходьба приставным шагом, перешагив набивнойнеи . Прыжки шнуры с выполнению заданий .
	Подвижные игры	«Колдун»	«Ловишки»	«Пятнашки»	«Горячая к
	3-я часть :	Ходьба в к одному .	Игра м/п «У	Игра «Время месяцы и дни недели»	Игра «В корешки»

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
С	Номер	3 (стр. 11)	6 (стр. 14)	9 (стр. 16)	12 (стр. 1

	<p>Задачи</p> <p>Упражнять в равномерном беге с ус знакомить прокатывании обручей, ловкостью глаз точность движений; повторить прыжки в воздухе и упражнения ног с помощью вперёд.</p>	<p>Упражнять детей в беге между предметами</p>	<p>Упражнять в чередовании бега; быстроту и движений прыжках и мяча, ловкости между предметами</p>	<p>Повторить бег чередовании бега по сигналу упражнения прыжках и разучить «Круговая»</p>
<p>1-я часть: Вводная</p>	<p>Построение шеренги. Равномерный бег шеренгой одной стороной по площадке. По сигналу первая шеренга выполняет затем вторые поочередно; ходьба вправо. Ходьба вправо одному.</p>	<p>Ходьба вправо одному; ходьба между предметами змейкой; ходьба врассыпную с по сигналу.</p>	<p>Ходьба вправо одному; — 250 м. Ходьба вправо между предметами.</p>	<p>Ходьба вправо одному; — 250 м. Ходьба вправо между предметами. Перемена бега по сигналу продолжите бег (до минуты) перемена на ходьбу. Построение шеренг</p>
<p>ОРУ</p>	<p>Комплекс №1 предметов)</p>	<p>Комплекс №2 флажками)</p>	<p>Комплекс №3</p>	<p>Комплекс палками)</p>

	2-я часть: Игровые упражнения	1.« Ловля мяча» 2.« Пингвины»	1.« Быстро в колонну!». 2.« Прокобтриуч».	1.« Быстро передай». 2.« Пройди за день».	1.« Прыжки в кругу». 2.« Провлечи»
	Подвижные игры	«Третий лиш»	«Быстро возьми»	«Пятнашки»	«Посадка картофеля»
	3-я часть:	Игра подвижности «У кого мяч»	Игра малой подвижности «Найди и пром»	Ходьба в кругу одному между предметами	Ходьба в кругу по одному; кеглями, в за них.

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (в зале)	Номер	13-14 (с-22)р. 2	16-17 (с-24)р. 2 2	19-20 (с-26)р. 2	22-23 (с-28)р.
	Задачи	Закреплять ходьбы и бег с предметами; в сохранении равновесия повышенной прыжках; ловкость в с мячом.	Упражнять ходьбе с изм направления движения сигналу; отрывания приземления полусогнутые прыжках со развивать координацию движений и в н у с мячом.	Упражнять ходьбе с высокими подниманиями повторить у в ведении ползании; у сохранении при ходьбе уменьшенной площади опоры.	Закреплять ходьбы с темпа движения Упражнять в рассыпную ползании четвереньки дополнительные

1-я часть: Вводная	Ходьба и бег по одному предметом, поставленным сторонам за	Ходьба и изменение направления по сигналу; перешагивание предметов. Ход колонне по изменением направления движения по сигналу; бег перепрыгиванием через препятствия	Ходьба в колонне по одному, переходная вьюским под колен (руки «как петушки» в среднем темпе на обычную Перестроение колонны.	Ходьба в колонне по одному по сигналу с движениями в рассыпную
ОРУ	Комплекс № (предметов)	Комплекс № (обручем)	Комплекс № (скамейках)	Комплекс (мячом)
2-я часть: ОВД	1. Равновесие на гимнастической скамейке 2. Прыжки с выносом 3. Броски малого мяча вверх и ловля двумя руками 4. Переброски мяча друг другу.	1. Прыжки с выносом на мат или гимнастическую скамейку 2. Отбивание мяча рукой на месте 3. Ползание на руках по гимнастической скамейке 4. Лазанье по обручу	1. Ведение мяча по прямой, по кругу, по диагонали 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Ходьба по гимнастической скамейке 4. Ползание по гимнастической скамейке	1. Ползание четвереньками в прямом направлении 2. Прыжки с выносом ног 3. Равновесие на гимнастической скамейке 4. «Проползи — не урони».
Подвижные	«Овощи и фрукты»	«Ловля парами»	«Тик-ромко»	«Колпачок»

	и г р ы				
	3-я часть :	Игра «Что и где?»	Игра «У кого?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь (на улице)	Номер	15 (стр. 22)	18 (стр. 24)	21 (стр. 26)	24 (стр. 29)
	Задачи	Упражнять беге с препятствиями развивать упражнения повторить прыжках.	Повторить бег темпе (продолжительность до 1,5 минут точность упражнения в г	Закреплять ходьбу с изменением направления упражнения умение действовать по сигналу; точность упражнения	Повторить бег с остановкой по сигналу, умеренном упражнении прыжках и перебегах
	1-я часть : Вводная	Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения бег с препятствиями	Ходьба в колонне по одному; перебежки в движении; бег с препятствиями (продолжительность 1,5 минуты).	Ходьба в колонне по одному с изменением направления бега, перепрыгивание предметов; прыжки с препятствиями.	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу; умеренном беге (до 2 минут) переход на бег
	ОРУ	Комплекс №5 (предметов)	Комплекс №6 (предметов)	Комплекс №7 (предметов)	Комплекс №8 (мячом)
	2-я часть : Игровые упражнения	22. «Переброси мяч». 23. «Насколько далеко?»	25. «Кто быстрее?» 26. «Перебежки»	20. «Усвояй бег» 21. «Мяч для всех»	18. «Лягушка» 19. «Не попади»
	Подвижные игры	«Овощи и фрукты»	«Ловля парами»	«Ти-громко»	«Ермак»
	3-я часть :	Ходьба в колонне по одному с препятствиями.	Игра «У кого?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (в зале)	Номер	25-26 (с-32)р. 2	28-29 (с-34)р. 3 2	31-32 (с-36)р. 3	34-35 (с-39)р.
	Задачи	Закреплять ходьбы и бега упражнять в канату (или шнуру)п;ражнвя энергичном отталкивани прыжках шнур повторить э мячом.	Упражнять д ходьбе с и бега «змейкой» направл движения; через т куо ду скалку; бр предметами; повторя гимнастическ введении мяча с скамйке четвереньках мешочком на	Упражнять бега «змейкой» между предметами; повторя гимнастическ введении мяча с скамйке четвереньках мешочком на	Закреплять ходьбы и бега между развивая координаци движений ловкость; лазань гимнастиче стенку пе одного пр другой; повторить упражнения прыжках равновесие
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бега по одному по ускорением замедлением движения.	Ходьба в ко по одному, хо изменением н движения по упражнениями (на носках, голову; свободным семеньяшигмо м, на пояс).	Ходьба и бега по одному кубиками, поставленными линии по сторонам з врассыпную. бег повтор чередовании.	Ходьба и бега предметами врассыпную построение колонны.
ОРУ	Комплекс № (предметов)	Комплекс №10 (с короткой	Комплекс № кубиком)	Комплекс (предметов)	

<p>2-я часть : ОВД</p>	<p>Равновесие пакана (тунур ус) Прыжки в высоту через брусья. Эстафета с « Мяч для щему » Прыжки на авио левой ногой продвигаясь вдоль нага 5. « Попади в мишень »</p>	<p>Прыжки к черной скакалке, в вперед. Ползание гимнастическая скамейка на коленях с м. спине. Броски шариков стоя в центре — двумя руками головы) . Ползание в направлении четвереньками подталкивая головой .</p>	<p>Ведение мяча прямо на (баскетбольный вариант) и предметами 2. Лазанье по Метание мяча горизонтально Ползание « по- медвежьи » на и ступнях при направлении Равновесие на по гимнастической скамейке приставкой мешочком</p>	<p>Лазанье по гимнастической стенке переходом другой диагональ вниз . Прыжки в ногах справа и поперек энергично отталкивание пола . Ходьба по гимнастической скамейке . Броски мяча стенку рукой и ладонью после отскока под двумя руками забрасывание в корзину руками . Равновесие на ходьба на по уменьшенной площади</p>
<p>Подвижные игры</p>	<p>« Круговая лезгинка »</p>	<p>« Перелет птицы »</p>	<p>« Жадный повар »</p>	<p>« Между двумя деревьями »</p>
<p>3-я часть :</p>	<p>Игра « Найди промолчи »</p>	<p>Игра « Ленточка летает »</p>	<p>Игра « Съедобные и несъедобные »</p>	<p>Игра « Угадай »</p>

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Ноябрь (на улице)	Номер	27 (стр. 32)	30 (стр. 34)	33 (стр. 36)	36 (стр. 39)
	Задачи	Закреплять ходьбы, пере- через предметы; повторить игровые упражнения прыжками.	Закреплять на преодолении препятствий, ходьбы с сигналу; игровые упражнения прыжками.	Упражнять ходьбе с изменением темпа движения; высоким подниманием колен; прыжковые упражнения с мячом и с бегом.	Повторить ходьбы с изменением направления движения; упражняться в прыжком на правой и левой ноге, повторить прыжки с мячом.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в к одному кеглями, с заданной скоростью ходьбы, пере-шагивая попеременно левой ногой и правой; бег перепрыгивая через брусья.	Ходьба в к одному; по остановиться как-нибудь (пугающие), зай лягушки, зай перепрыгивая через предметы на бивные брусья; ходьба в к одному.	Ходьба в к одному; по сигналу пере-ходьбе с высоким подниманием колен; затем ходьбе широкими шагами с координацией; далее ходьба с семенящим шагом, в чередовании; бег в рассыпном пережаде обычную ходьбу.	Ходьба с и направления по обозначенным ориентирам; кооперативные по сигналу в поворотах направо и влево; ходьба в рассыпную.
				съедобное»	

	ОРУ	Комплекс №10 (без предметов)	Комплекс №10 (с короткой скакубиком)	Комплекс №10 (с мячом)	Комплекс №10 (предметов)
	2-я часть Игровые упражнения	1. «Мяч стенку» 2. «Будь ласковым»	1. Перед мячом кружись в одну и другую сторону. 2. «Наденешь».	1. Игровые упражнения с мячом.	1. «Перемячай». 2. «Скокочкоичкну»
	Подвижные игры	«Круговая ласточка»	«Перелет птицы»	«Жадный повар»	«Между двух стульев»
	3-я часть:	Игра «Угадай голосу»	Игра «Ленточка летает»	Игра «Съедобное и несъедобное»	Ходьба в кругу.

Месяц	Задачи, №	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Декабрь (в зале)	Номер	1-2 (стр. 40)	4-5 (стр. 42)	7-8 (стр. 46) 45	10-11 (стр. 48)
	Задачи	Упражнять ходьбу с различными положениями бега вращением, сохранении при ходьбе усложненной (боком при шаге, перешагивании). Развивать ловкость упражнениями мячом.	Упражнять ходьбу с изменением темпа движения ускорением замедлением, на правой и левой попеременно; упражнения в эстафету с мячом.	Повторить упражнения с изменением движения (с ускорением и замедлением).	Повторить бег по кругу поворотом стороны; ускорением в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнения прыжках на равновесии.
	1-я часть: Вводная		Ходьба в кругу по одному; с заданиями на вращение вращающую, колонны по перестроению колонны.	Ходьба в кругу по одному; с заданиями на замедление движения прыжком вращающую, чередование бега.	Построение шеренгу, осанки и перестроение колонну по переходу по кругу.

					бег по кругу выполнение поворота
ОРУ	Комплекс №1 (парах)	Комплекс №1 (предметов)	Комплекс №1 (с малым мячом)	Комплекс №1 (предметов)	
2-я часть: ОВД	1. Равновесие боком при шаге мешочка голове, через набивной ходьба гимнастическая скамейке. 2. Прыжки двуго между прогибая их; одной ногой шнура. 3. Бросание мяча вверх одной рукой; ловля его руками; передача мячей друг в шеренгах.	1. Прыжки на левой попеременно, продвигаясь двухногах предметах. 2. Эстафета «Передача колонне». 3. Ползание по ладоням на гимнастической скамейке. 4. Прокатывание между предметами (дугу) прав боком.	Подбрасывание правой и левой вверху двумя руками перебрасывание в парах. Ползание четвереньками предметами; гимнастическая скамейка на хвосте. 3. Равновесие ходьба о рейке гимнастической скамейки, пятку одной носку другой голову. 3. Прыжки с	Ползание гимнастической скамейке ладонях пин. Ходьба гимнастической скамейке приставными мешочком головы и пояса. Прыжки двумя ногами мешочком зажатых колен. Лазанье гимнастической стенке переходом другой роли спуск вниз пропуская. Равновесие ходьба с перешагиванием через на	

					<p>мячи . Прыжки короткую скакалку , продвигая вперед .</p>
	Подвижные игры	« Два мороза »	« Коршун и на »	« Смелые ворс »	« Метелица »
	3-я часть :	Игра « Сделай »	Игра « Не тае т »	Игра « Ле тнае л е т а е т »	Ходьба в к одному . Иг малой подв

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Декабрь (на улице)	Номер	3 (с 42) . 41	6 (с 44) . 43	9 (с 47) . 46	12 (с 49)р . 48	
	Задачи	Повторить колонне по остановкой сигналу; детей продолжител беге (до повторить упражнения равновесии, прыжкам, мячом	Упражнять дет в колонне по выполнении сигналу; игровые упраж равновесие, внимание .	Упражнять беге и беге по одному; беге с остав сигналу; ит задания с упражнения на равновесии	Упражнять беге по одному; беге с остав задания с упражнения на равновесии	Упражнять беге по одному; беге с остав задания с упражнения на равновесии
	1-я часть : Вводная	Ходьба в к одному, выполнении на сигнал. умеренном (1, 5 мин.) остановка, т переход бьчан ходьбу .	Ходьба в к одному, в рассыпную; педагога остановит юдья одну нсоогун, ут у колесо, к в а голову, удерживая р переход обьян ходьбу . На сигнал «Блабочки» бег в рассып помахиваями «как крылы» Ходьба и бег чередовании .	Ходьба в к одному, по остановиться как-у юбо поз в рассыпную, ускорением замедлением движения .	Ходьба в к одному за между постр снега в сред	
	ОРУ	Комплекс № (в парах)	Комплекс №1 предметов)	Комплекс (с №1 малым мячом)	Комплекс №1 предметов)	
	2-я часть : Игровые	24.« Пройди не задень » .	27. « Пройди не урони » .	22.« Пасхондау » . 23.« Кто быстрее »	20.« Точный » . 21.« Кто д	

	упражнения	25. « Пасхондау »	28. « Из кружка в кружок » .	24. « Пройдёмся по кругу »	« бросит? » . 22. « По дорожке проскользи »
	Подвижные игры	« Мороз Красный нос »	« Коршун и наса »	« Воробьи и »	« Снежная баба »
	3-я часть:	Ходьба в колонне по одному между ежыми постройками	Ходьба в колонне по одному. Игра с предметом.	Ходьба в колонне по одному предметами.	Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе.

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (в зале)	Номер	13-14 (с-51)р. 4	16-17 (с-54)р. 5	19-20 (с-56)р. 5	22-23 (с-58)р.
	Задачи	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой упражнения равновесия по уменьшению площади опоры, прыжки в препятствие.	Повторить ходьбу в колонне по одному, по выполняя задание за руку за голенью вверху; ходьба в рассыпную.	Упражняться в беге с доп заданием (перешагивание через шнуры); упражнениях ловкости в упражнениях повторить шнур.	Повторить бег с изменением направления движения; упражнения в ползании четвереньками повторить упражнения сохранения равновесия прыжках.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, по поворот по другую сторону в рассыпную с остановкой	Ходьба в колонне по одному, по выполняя задание за руку за голенью вверху; ходьба в рассыпную.	Ходьба в колонне по одному. По ходьба перешагивание шнуры по правой и левой ладони без паузы. в рассыпную,	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию; бег в рассыпную,

				колонне и п втри колонны.	всему залу в колонн одному, перестроен колонны.	
ОРУ	Комплекс № палкой)	Комплекс № кубиком)	Комплекс №1 (с малым мяч	Комплекс скакалкой)		
2-я часть: ОВД	Ходьба по гимнастичес скамейки с на голове; гимнастичес скамейке выполнение Прыжки через препятств ногах из обруч. Проведение одной рукой другую. Прокатывани между пред стараясь не их.	Прыжки в м (мат). 2.«Поймай». Ползание по четвереньках подталкивая вперед собой Бросание мяч и ловля его отскоком о владости. Ползание гимнастическ скамейке на коленях с м спине.	Подбрасыва мяча в рукой и л двумя р переброс другу. Лазание правым и боком ползани ладонях и прямом на п затем л шнур и про ползания. Равновесие гимнастичес скамейке правым перешагиван через к ходьба на между предмета	Ползание гимнастич скамейке ладоньях с мешочк спине. Равновесие ходьба по гимнастич Прыжки короткими различным способами Ползание четвереньк между предметам Прыжки дв ногах из обруч		
Подвижные игры	«Веселые реб	«Мышки и дом	«Бездомный	«Пингвины»		

	3-я часть:	Игра подвижности выбору детей	Ходьба в кругу одному.	Ходьба в кругу одному в обход зала	Ходьба в кругу одному.
--	------------	-------------------------------	------------------------	------------------------------------	------------------------

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Январь (инте)	Номер	15 (стр. 51)	18 (стр. 54)	21 (стр. 56)	24 (стр. 59)
	Задачи	Упражнять в колонне по одному беге предметами; беге врасплох повторить игру выеупражнений прыжками, скольжение дорожке; подвижную « Два Мороза »	Провести упражнение « Снежная королева »; упражнением элементами игрозвание в снежков на игровое упражнением прыжками « Веселые воробьи »	Упражнять ходьбе снежками; ведение шайбы клюшкой с стороны площадки в другую; катание дружок санках.	Повторить между постройкой снежками; скольжения ледяной дорожки; пазучить местам! ».
	1-я часть: Вводная	Игровое упражнение « Междунками »	Игровое упражнение « Снежная королева »	Из снежков выкладывает по одному и без снежками; упражнением в ходьбе не передуются	Ходьба в кругу по одному постройкой снега; ходьба врасплох
	ОРУ	Комплекс упражнений (палкой)	Комплекс №18	Комплекс №19 (малым мячом)	Комплекс упражнений скакалкой
	2-я часть Игровые упражнения	1. « Кто больше упади ».	1. « Кто больше шагов ». 2. « Веселые воробьи ».	1. « Хоккеисты ». дун 2. Катание дружок санках.	1. « По ледяной дорожке ». 2. « Поезд ».
	Подвижные игры	« Третий лишний »	« Скакуны и бегуны »	« Хитрая лиса »	« Белые медведи »

	и г р ы				
	3-я часть :	Ходьба в колопе а е о однос у .	Игра малой по	Ходьба с змейкой между ледяными ситрой	Ходьба в по одному
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Номер	25-26 (с-60)р. 5	28-29 (с-62)р. 61	31-32 (с-64)р. 6	34-35 (с-66)р.
Февраль (в зале)	Задачи	Упражнять сохран и равновесия ходьбе по п	Упражнять в беге выполне упражнений разучить пр подскоком (чере аниш дскоков ногу) ; упра переброске повторить л обр(унилюдугу) .	Повторить х сменной движение и упражня попеременно подпрыгивани правой и ле кругу) , в мешочка ав, а нь гимнаст . повторить у на сохр равновесия на повышенно ой ре	Упражнять ходьбе в по одному выполнени задания внимание , ползании четверень между предметам повторить упражнени равновесия прыжки .
	1-я часть : Вводная	Ходьба в односму выполне задания в ф « Река и ров »	Ходьба в к одному , по ходьба на н на пояс ; п обычную ход ходьба с хл каждый перед и в и н Ходьба в рассыпную .	Ходьба в к одному , по ходьба на н ходьба ш свободным переходо обычн ходьба буд прыги поперемен на ов и левой в движен группу ; перестроени по три .	Ходьба в к одному а си ш свободным переходо обычн ходьба буд прыги поперемен на ов и левой в движен группу ; перестроени по три .

					бег в рас- схождении своего м колонне чередован
ОРУ	Комплекс обручем)	Комплекс №2 2	Комплекс №2 3с	(брусьев) (брусьев)	Комплекс мячом)
2-я часть: ОВД	Равновесие по гимнаст скамейке выполнение Броски мяча середину шеренгами рукой, двумя руками. Прыжки в через корот (без паузы) между предмет 4. Передача кругу.	1. Подскожки пра левой попеременно, продвигаясь прыжками в между предмет 2. Переброски двумя руками от груди (баскетбольн вариант). 3. Лазанье по (шнур) по ползанию в коленях предметами.	1. Лазанье гимна стенку, перехо другой лет вниз. 2. Ходьба пар стоящим параллельно скамейкам, руки ходьба гимнаст. перешагивая набивные мя 3. «Попади в цель».	Ползание четверень между предметам задней Ходьба гимнастич скамейке хлопками собой спи на каждый мешочком голова и пояс. Прыжки обручем без использ рук. Лазанье гимнаст. переходом другой лет 5. «Переда	

					с а д и с ь »
	Подвижные игры	« Охотники обезьяны »	« Не оставайся »	« Пограничники парашютисты »	« Угадай ощупь »
	3-я часть:	Игра подвижности	Игра « Живожи »	Игра « Защита укрепления »	Ходьба в по одному

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Февраль (на улице)	Номер	27 (с-61)р . 60	30 (с-63)р . 62	33 (с-65)р . 64	36 (стр .
	Задачи	Упражнять ходьбе и с выполнением по сигналу; игровое за клюшкой и игровое зад прыжками .	Упражнять дет с выполн зад ний повторить упражнения н клюшкой и б ой .	Упражнять ходьбе и выпюелнием з повторить игр вые упражн санка ж люшко ш ай бой .	Упражнять ходьбе ю выполнени задания своей ц повторить задание метансинемжк с прыжкам
	1-я часть: Вводная	« Быстро по	Игра « Фигуры »	« Снежинки »	Ходьба и выполнени задания своей цвет
	ОРУ	Комплекс (без предме	Комплекс №2 2	Комплекс № (без предмет	Комплекс №2 4 (с мяч

	2-я часть: Игровые упражнения	1.« Точная задача» 2.« Попрыгун»	1.« Гонская ок» . 2.« Паскляшк» .	1.« Гонская ок» . 2.« Заглайбу» .	1. « Не по
	Подвижные игры	« Хвостики»	« Перемена мес	« Охранник»	« Ловишки перебежки
	3-я часть:	Ходьба в темпе медленном с ледяными постройками	Игра малой подвижностью « Живое живое»	Ходьба жолвонном одному .	Игра малой подвижностью в выборе
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март (в зале)	Номер	1-2 (с 73) . 72	4-5 (с 75) . 74	7-8 (с 78) . 76	10-11 (с-80)р .
	Задачи	Упражнять в ходьбе и беге с предметами; сохранении при ходьбе повышенной дополнительной заданием; задание в эстафетном.	Упражнять в ходьбе бегом одному, в рассыпную; повторять упражнения прыжка ползания.	Повторить выполнение заданий; упражнять метания горизонтальными прыжками в ползании сохранении равновесия по повышенной	Повторить бег выполнения задания; упражнять лазаньи гимнастическую стенку; упражнения равновесия прыжки.
	1-я часть: Вводная	Ходьба в кругу одному; ходьба между кубиками; ходьба в рассыпную.	Ходьба в кругу одному, игра « Река и прыжками » ; бег в рассыпную.	Ходьба в кругу одному с сигналом; ходьба на носочках; ходьба на пятках; ходьба на коленях; ходьба на лопатках; бег в рассыпную.	Ходьба в кругу одному; ходьба на носочках; ходьба на пятках; ходьба на коленях; ходьба на лопатках; бег в рассыпную.
	ОРУ	Комплекс №2 (с малым мячом)	Комплекс №1 (флажками)	Комплекс №3 (палкой)	Комплекс (без пред

	<p>2-я часть: ОВД</p>	<p>Равновесие б гимнастичес скамейке в друг друга середине ра передачей м собой с иной Бросать мяча в одной рукой, двумя руками. Прыжки вправо вперед спос врозь, ног прыжки право левой продвигаясь 4. Эстафета «Передача шеренге»</p>	<p>Прыжки к черной скакалку, п вперед; пры шнуров левый правой. Перебрасыва через сетку двумя рука его после от пола; переб в парах. Ползание на касаясь рук ползание четвереньк по гимнасти скамейке медвежьей»).</p>	<p>Метание м в горизонталь Ползание на направлении четверенька быстрее»); мешочком на Равновесие б гимнастичес скамейке с на голове, свободно ба (или руки ходьба предметами с мешочком</p>	<p>Лазанье гимнастич стенку; под шнуром боком, не шнур. Равновесие ходьба по с перешагив через на мячи поперемен правой и ногоруки голову. Прыжки правой и ноге м предметами прыжки короткую скакалку и продв вперед. 4. Передача -эстафета «Передача шеренге».</p>
	<p>Подвижные игры</p>	<p>«Воротца»</p>	<p>«Ключи»</p>	<p>«Стоп»</p>	<p>«Жмурки»</p>
	<p>3-я часть:</p>	<p>Игра «Ласка»</p>	<p>Игра «Плетен</p>	<p>Ходьба в к одному.</p>	<p>Ходьба кол по одному</p>

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Март (на улице)	Номер	3 (с-74) . 73	6 (с-76) . 75	9 (с-79) . 78	12 (с-81)р .
	Задачи	Повторить упражнения в беге и игровые задания прыжками	Упражнять в прыжках; ловкость в мячом.	Упражнять на скорость игровые упражнения прыжками, с	Повторить упражнения бегом, в мячом.
	1-я часть: Вводная	«Бегуны»	Игра с бегом ребята» .	« Кто скорее	«Саяки перебежки
	ОРУ	Комплекс №2 малым мячом	Комплекс №2 флажками)	Комплекс №2 палкой)	Комплекс (без пред
	2-я часть: Игровые упражнения	1.«Лягушки болоте» . 2.«Мяч тоенку	Игра «Охотник	1.«Пансогой» . 2.«Ловкий чат	1. «Перед в колонне
	Подвижные игры	«Горелки»	«Ловишки» «Кребежки	«К своим зна	«По места
	3-я часть:	Ходьба в к одному, по кругу. Игра подвижности «Летает	Игра малой пс	Игра «Не зе	Игра «Тиш
Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель	Номер	13-14 (с-82)р . 8	16-17 (с-84)р . 83	19-20 (с-86)р . 8	22-23 (с-88)р .
	Задачи	Повторить игровые упражнения в беге и упражнения равновесие, с мячом.	Повторить упражнения в прыжках детей в прыжках с разбега перебрасывание друг другу.	Упражнять в беге и упражнения в метании мяча на дальность ползания, в	Повторить упражнения в беге и упражнения в метании мяча на дальность ползания, в

<p>1-я часть : Вводная</p>	<p>Игра « Бьетсатьм Ходьба жолвоию одному, входр кубиков (ку двнеше ко детей); бег ходьбу.</p>	<p>Ходьба и бег по одному, ходьбу по поворотомругв стороную сигналу « Поворот! »; в колонне п ходьба бие в рассыпную.</p>	<p>Построениеи перестроение по одному; колонне по сигналу перестроени (колонна п ходьба кол одномудьба и бег в рас</p>	<p>Игровое « По места</p>	
<p>ОРУ</p>	<p>Компл №2к9с (с малым мяч</p>	<p>Комплек №3 0 (с обручем)</p>	<p>Компл №3к1с (б в р е д м е т о в)</p>	<p>Комплек (на гимнастич скамейках</p>	
<p>2-я часть : ОВД</p>	<p>Равновжсднб гимнастичес скамейке, шаг переда перед собо спинойрком, пристанннбосм мешочкомолно на середине руки в н е р е Прыжкидвнго вдоль ц продвигаясь через ко скакалку на продвигаясь Перебрмн ав шеренгах; д парах.</p>	<p>1. Прыжки в разбега. 2. Бро смкяичдар удру в парах. 3. Ползание четверенька « Кто быстрее 4. Эстафета с « Передадись » 5. Лазаньюед шну группировке, пола и нн узр</p>	<p>Метание меш дальност « Кто дольбресит ». Ползание по гимнастичес скамейке четверенька мешочкжамспи опорой на колени предметами. Ходьба боко приставным мешочнамоло перешагивая предметы. Прыжкидвнго продвигаясь</p>	<p>Бросание шеренгах; переброск другругу парах () произволь исходное положение стойкаги шириплееч. Прыжки в с разбег шнурнап прав и на лев поперемени Равновеси ходьба на между предметам</p>	

				(« К т б ы с т р е е п р е д м е т а ч ь е) р к о р о т к у ю с к м е с т е , в р а в п е р н е а д з , а д , с к р е с т н о (с в ы б о р у д е т е й	м е ш о ч к о м г о л о в е . 4. И г р о в о е у п р а ж н е н б е г о м « Д о г о н и п
	П о д в и ж н ы е и г р ы	« Ч е т ы р е с т и ж	« К о с м о н а в т ы »	« С т о п ! »	« К а р а щ у и к а и »
	3-я ч а с т ь :	И г р а « В р е м м е с я ц ы и д н и н е д е л и »	Х о д ь б а в к о д н о м у . И г р а « Д е ч ь »	Х о д ь б а в к о д н о м у .	И г р а « У д о

М е с я ц	З а д а ч и , з	1-я н е д е л я	2-я н е д е л я	3-я н е д е л я	4-я н е д е л я
А п р е л ь (н а у л и	Н о м е р	15 (с т р 83) 8 2	1 8 (с т р . 8 4)	2 1 (с -87) р . 8 6	2 4 (с т р .
	З а д а ч и	П о в т о р и т ь и г р о в о е у п р а ж н е н и е б е г о м и г р о в ы е з а м я ч о м , с п р	П о в т о р и т ь з а д а н и е с х б е г о м ; у п р а ж н е н и я с п р ы ж к а х .	П о в т о р и т ь с к о р о с т ь р а ж н и д е т е й в з а п р ы ж к а м и , р а в н о в е с и и .	П о в т о р и т ь и г р о в о е у п р а ж н е н и х о д ь б о й и и г р о в ы е з п р ы ж к а х ,
	1-я ч а с т ь : В в о д н а я	И г р о в о е « Б ы с т р о в ш	« С л ы ш а й с и г н а	Х о д ь б а в к о д н о м у ; б е г п о д н о м у . « П е р е б е ж к и » .	И г р о в о е « у п р а ж Р н и е Х о д ь б о в р а с с ы п н у ю в

	ОРУ	Комплекс №2 малым мячом	Комплекс №3 0 обручем)	Комплекс № (без предмет	Комплекс (на гимнастич скамейке)
	2-я часть Игровые упражнения	1.« Перешаг-шю задень » . 2.« С кочкоичкн	29. « Пансогой » . 30. « Пингвины	25.« Пройди не задень » . 26.« Кто д прыгнет » . 27.« Пансогой » . 28.« Поймай » .	1.« Передача вколонне » 2.« Лягушквб
	Подвижные игры	« Горелки »	« Земля и небо »	« Цветные авт	« Усатый »
	3-я часть:	Ход в колоп а е о однс у .	Игра малой п « Кто ушел ? » .	Ходьба в кс одному .	Игра « Рек
Месяц	Задачи,	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Номер	25-26 (с-90)р . 8	28-29(стр91) 90	31-32 (с-93)р . 92	34-35 (с-96)р
	Задачи	Повторить у в ходьбе и равновесии по повышенн в прыжках продвижение на одной юфюс;а малого смячк	Упражнять ходьбе и сменной движения, в длину с повторушржн смячом .	Упражнять дет и беге в к одному, по кр и беге в рас метании мешс дальность, в равновесии .	Упражнять ходьбе и выполнени заданий сигналу; повторить упражнени лазаньи гимнастич стенку; упражнять
М а й					

					сохранении равновесия ходьбе повышенной опоре, прыжках.
1-я часть: Вводная	Ходьба в к одному; с перестроени ходу движе остановки); в рассыпную.	Ходьба в к одному; хо сменной движения по педагога; х в рассыпную.	Ходьба в к одному; по с по кругу, бс поворотом в сторону в дв остановки); х в рассыпную.	Ходьба в по од выполнени заданий сигналы «Аист», «Лягушки» «Мышки». Ходьба в рассыпну	
ОРУ	Комплекс №3 обручем)	Комплекс №3 (с мячом диаметра)	Комплекс №3 (с предметов)	Комплекс палками)	
2-я часть: ОВД	Равновесие гимнастичес скамейке, мяч перед спиной ка навстречу на середин разойтись, друг друг продолжить скамейке, в концы Прыжки на ногу, продви	Равновесие гимнастичес скамейке, мяч перед спиной ка навстречу на середин разойтись, друг друг продолжить скамейке, в концы Прыжки на ногу, продви	1. Прыжки в места; с ра 2. Ведение мя рукой, продви впередом. 3. Прелезаю прямо и бо касаясь рук не касаясь края обруча 4. Метание вертикальн 5. Равновес между пред	Метание шарика в дальность «К бросит». Равновесие на скамее гимнаст каме пятачку одной другой, прыжки ходьба предметами на скамее шарика в лове Ползание гимнастическ на четверень	Лазанье гимнасти стенке переходо другой ходьба (четверт рейка) пу вниз. Равновес ходьба гимнасти Прыжки ногах

		вперед. Броски стену и л после отск дополнитель заданием.	мешочком на	по шнуру пирябмоок не касаясь р группировке - сложившись «комочек». Прыжки через короткую а л	кеглями, поставле в две (руки произвол между предмета правой и ноге. Ползание гимнасти скамейке четверен «п-медвеж
	Подвижные игры	«Погранични парашютисты»	«Медведь и	«Мой веселый мяч»	«Паровози копна, гу
	3-я часть:	Игра «охран	Игра «Шмель	Ходьба в ко одному.	Ходьба по одному

Месяц	Задачи, э	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май (на улице)	Номер	27 (стр. 90)	30 (стр. 92)	33 (с-95) стр. 93	36 (стр.
	Задачи	Упражнять в продолжител беге, р выносливост развивать точн сть движений переброс дру другу в д упражвлять прыж через корот скакалку;	Упражнять де и беге с в заданий; упражнения в прыжках.	Упражнять ходьбе и б предметами. беге в рас повторить з мячом и пры	Повторить игровые упражнени ходьбой и упражнять заданиях

		повторить упражнение равновесия дополнительно заданием.			
1-я часть: Вводная	Ходьба в одному, петербег в среднемпе (продолжите до 2 минут на ходьбу; бег.	Ходьба в ко одному, ходьба поднимая (петушки) в темпе; ходьба семенным шапоя (как им) выск чередовании; врассыпную.	Ходьба жолвоию одному. По стороне зал между кегл другой с-тбори между кубиками чередовании. бег врассып	«По места	
ОРУ	Комплекс № (с обручем)	Комплекс №3 4 (с мячом больше диаметра)	Комплекс № (без предметов)	Комплекс палками)	
2-я часть Игровые упражнения	1.«Пасхондау». 2.«Броуфймай» 3.Прыжки короткжал	1.«Ловля жуны» 2.«Промеядчи». 3.«Падсудругу»	1.«Мячодящему» 2.«Кто скор кегли». 3.Индивидуаль с мячом.	1.«Ктобыстрей» 2.«Пансогой» 3.«Кто прыгнет»	
Подвижные игры	«Защита украин	«Паук и мухи»	«Ловля бабоч	«Ловишки»	
3-я часть:	Ходьба колон по одному	Ходьба в ко одному.	Эстафета с ходьба колонно одному.	Ходьба в по одному	

3 . О р г а н и з а ц и о н н ы й р а з д е л

3.1. Р е ж и м д н я , р а с п р е д е л е н и е о б р а з о в а т е л ь в и д а х д е я т е л ь н о с т и

в р е м я	Р е ж и м н ы е м о м е н т ы
8.00-8.30	У т р е н н я я г и м н а с т и к а п р о х о з а в о з р а с т н ы
8.30-8.45	П р о в е т р и в а н и е с п о р т и в н о г о з а л а .
8.45-9.00	П о д г о т о в к а с п о р т и в н ы х у с л о в и я м а к т и в н ы х О Д п о о б р а з о в а н и ю в о б л а с т и с п о р т а
9.00-10.55	О Д п о о б р а з о в а н и ю в о б л а с т и с п о р т а
11.00-11.15	У б о р к а с п о р т и в н ы х о б о р у д о в
11.15-11.30	И н д и в и д у а л ь н а я р а б о т а с д е т ь м и .
11.30-12.00	О ф о р м л е н и е д о к у м е н т а ц и и , п л а н и р о в а н и е р а б о т ы
12.00-13.00	П е р е р ы в н а о б е д .
13.00-13.30	П р о в е т р и в а н и е з а л а у б о р к а .
13.30-14.30	В з а и м о д е й с т в и е с п е д а г о г а м и (к о н с у л ь т а ц и я)
14.30-15.00	У б о р к а и н в е н т а р я с у л и ц ы .

3 . 2 . М а т е р и а л ь н о е о б е с п е ч е н и е П р о г р а м м ы

М а т е р и а л ь н о е о с н а щ е н и е Д О У с о о т в е с т в у е т т р е б о в а н и я м
т р е б о в а н и ю с о з д а н ы у с л о в и я д л я п о л н о ц е н н о й
ф о р м и р о в а н и я о с н о в н ы х д в и г а т е л ь н ы х у м е н и й и
в о з м о ж н о с т е й д е т с к о г о о р г а н и з м а , ф а к т о р ы д л я ф
с о з д а н и я э м о ц и о н а л ь н о г о н а с т р о я д е т е й в з а л

Д л я о б е с п е ч е н и я ф и з и ч е с к о г о р а з в и т и я и м е ю т

- Ф и з к у л ь т у р н ы й з а л с м у з ы к а л ь н ы м
- ф и з о б о р у д о в а н и е м _
- г и м н а с т и ч е с к а я с к а м е й к а
- о б р у ч и
- м я ч и
- д у г и
- с о й к и с ш е с т о м д л я п р ы ж к о в
- р е б р и с т а я д о с к а
- м о д у л и
- т р е н а ж е р ы
- М у з ы к а л ь н ы й з а л ;
- В Д О У с о з д а н а и н ф о р м а ц и о н н а я о б р а з о в а т е л ь н а я
и н т е р н е т . М а т е р и а л ь н а я б а з а м а к с и м а л ь н о
р е а л и з а ц и и о б р а з о в а т е л ь н о г о с п о р т и в н о г о п р о е к т а

3.3. Перечень методических пособий по развитию творческой деятельности в группе

1. Инновационная программа по развитию творческих способностей дошкольников «Полет фантазии» / Н. В. Давыдова, Т. А. Скулякова, М. В. Дюрова. – М.: МОЗ АСИКАТЕЗ, 2020.
2. Физическая культура дошкольников. Пензуляева М. В. МОЗ АИКА СИНТЕЗ, 2016 г.
3. Малоизвестные игры для дошкольников / М. В. Яришова, А. В. Заняева. – М.: МОЗ АИКА СИНТЕЗ, 2016 г.
4. Сборник подвижных игр для дошкольников / С. В. Яценко. – М.: МОЗ АИКА СИНТЕЗ, 2016 г.
5. Спортивные упражнения для дошкольников / М. В. Яришова. – М.: ТЦСфера, 2016 г.
6. Физическая культура дошкольников / Суряева И. В. Пензуляева М. В.
7. Физическая культура дошкольников / Пензуляева М. В.
8. Физическая культура дошкольников / Пензуляева М. В.
9. Физическая культура дошкольников / Пензуляева М. В.

