

Приложение 23  
к приказу МАДОУ «Умка»  
от 31.08.2021  
№ 246-од

**Рассмотрено:**

На заседании педагогического  
Совета протокол № 1  
от 31.08.2021  
Председатель педагогического  
Совета  
Н.А. Новикова



**Согласовано:**

Заместитель заведующего  
МАДОУ «Умка»  
Н.А. Новикова  
от 31.08.2021



**Утверждено:**

Заведующий МАДОУ «Умка»  
С.В. Клепикова

от 31.08.2021



**Рабочая программа  
по разделу «Физическая культура»  
образовательной области «Физическое развитие»  
для детей первой младшей группы  
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
«Умка»  
муниципального образования город Ноябрьск**

3 непрерывные образовательные деятельности в неделю  
(всего 108 непрерывных образовательных деятельностей в год)

**Составитель:**  
инструктор  
по физической культуре  
МАДОУ «Умка»  
Селиванова Т.А.

2021-2022 учебный год

### **Пояснительная записка.**

Рабочая программа по разделу «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для детей первой младшей группы составлена на основе основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Умка».

Программа рассчитана на 108 занятий в год (3 раза в неделю), длительность одного занятия 10 минут. Все занятия проводятся в групповой комнате или спортивном зале.

**Актуальность** заключается в том, что содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено по принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей первой младшей группы.

**Новизна** данной рабочей учебной программы заключается в применении вариативных и оригинальных форм, средств и методов физического воспитания детей дошкольного возраста.

**Педагогическая целесообразность** данной программы обусловлена тем, что она соответствует целям и задачам МАДОУ «УМКА».

**Цель:** сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

#### **Задачи:**

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

-Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

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

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

В группе проводится три занятия в неделю. Продолжительность занятий – до 10 минут. Дополнительные задачи по обновлению содержания образования: повышение мотивации двигательной активности детей путем непрерывной образовательной деятельности, использования дыхательной двигательной гимнастики для детей, гимнастики для глаз, коррекционных упражнений для профилактики плоскостопия, формирования правильной осанки. Принципы

отбора основного содержания связаны с интеграцией областей при переходе от одной возрастной группы к другой.

### Отличительные особенности организации образовательного процесса.

Рабочая программа составлена с учетом интеграции образовательных областей:

Виды интеграции образовательной области «Физическая культура»	
По задачам и содержанию психолого-педагогической работы	По средствам организации и оптимизации образовательного процесса
<p>- «Познавательное развитие» - формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира</p> <p>- «Художественно-эстетическое развитие» - Развитие детского художественного творчества, интереса к самостоятельной творческой деятельности</p> <p>- «Речевое развитие» - Развитие свободного общения с взрослыми и детьми, овладение конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими.</p>	<p>- «Художественно-эстетическое развитие» - раздел «Музыка» - развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств</p>

### Сопутствующие формы работы при организации образовательного процесса.

Содержание работы	Формы работы	Формы организации детей	Примерный объем (в неделю)
непрерывная образовательная деятельность			
Становление мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Игровая беседа с элементами движений. Чтение. Рассматривание. Игра Интегративная детская деятельность Моменты радости	Групповые Подгрупповые Индивидуальные	10 мин.
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Утренняя гимнастика Совместная деятельность взрослых и детей преимущественно игрового и интегративного характера		20 мин.
Развитие физических качеств	Контрольно-диагностическая деятельность		20 мин.
Развитие интереса к сюжетно-ролевым играм и упражнениям	Совместная деятельность взрослых и детей тематического характера Моменты радости		10 мин.

### Программа основывается на основополагающих принципах:

– развивающего обучения и научного положения Л. С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие. Воспитание и психическое развитие не могут

выступать как два обособленных, независимых друг от друга процесса, но при этом «воспитание служит необходимой и всеобщей формой развития ребенка» (В.В. Давыдов);

- культуросообразности - учет национальных ценностей и традиций в образовании, восполнение недостатков духовно-нравственного и эмоционального воспитания. Образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры;

- научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);

- критерия полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

- единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

- интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

- комплексно-тематического построения образовательного процесса;

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

- учета соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой;

- варьирования образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов.

### **Содержание рабочей программы.**

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

**Подвижные игры.** Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учитывать выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

#### Учебно-тематический план.

№ п/п	Тема	Количество НОД	В том числе практическая
1	«Ловкие детишки»	1	1
2	«Ловкие детишки»	1	1
3	«Любимые игры малышей»	1	1
4	«Мы уже спортсмены»	1	1
5	«Мы уже спортсмены»	1	1
6	«Медвежата-любознайки»	1	1
7	«Солнышко в гостях у ребят»	1	1
8	«Солнышко в гостях у ребят»	1	1
9	«Скачет зайка без оглядки»	1	1
10	«Осень в гости к нам пришла» .	1	1
11	«Осень в гости к нам пришла»	1	1
12	«Сказочное путешествие»	1	1
13	«На прогулку в лес пойдем»	1	1
14	«На прогулку в лес пойдем»	1	1
15	«Дружные ребята»	1	1
16	«Малыши лягушатами стали»	1	1
17	«Малыши лягушатами стали»	1	1
18	«Веселые бельчата»	1	1
19	«Мой веселый, звонкий мяч»	1	1
20	«Мой веселый, звонкий мяч»	1	1
21	«Скачет зайка без оглядки»	1	1
22	«В гости к зайчику»	1	1
23	«В гости к зайчику»	1	1
24	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
25	«Наши любимые игры»	1	1
26	«Наши любимые игры»	1	1
27	«Необыкновенный мяч»	1	1
28	«Наши любимые игры»	1	1
29	«Воробушки-попрыгунчики»	1	1
30	«Мишка заблудился»	1	1

31	«Воробушки-попрыгунчики»	1	1
32	«Любимые игры малышей»	1	1
33	«Веселые игры для малышей»	1	1
34	«Веселые игры для малышей»	1	1
35	«Медвежата-любознайки»	1	1
36	«Мальши-крепцы»	1	1
37	«Медвежата-любознайки»	1	1
38	«Скачет заяк без оглядки»	1	1
39	«В гости к лесным зверям»	1	1
40	«Скачет заяк без оглядки»	1	1
41	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
42	«Забавные малыши»	1	1
43	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
44	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
45	"В гостях у бабушки Маруси"	1	1
46	«Сказочное путешествие»	1	1
47	«Сказочное путешествие»	1	1
48	«Шутки-прибаутки»	1	1
49	«Дружные ребята»	1	1
50	«Дружные ребята»	1	1
51	«У солнышка в гостях»	1	1
52	«Веселые бельчата»	1	1
53	«Веселые бельчата»	1	1
54	«Наши любимые игры»	1	1
55	«В гостях у Зимушки-зимы»	1	1
56	«В гостях у Зимушки-зимы»	1	1
57	«Мальши лягушатами стали»	1	1
58	«Зимние забавы»	1	1
59	«Зимние забавы»	1	1
60	«Мы уже спортсмены»	1	1
61	«Необыкновенный мяч»	1	1
62	«Необыкновенный мяч»	1	1
63	«Ловкие детишки»	1	1
64	«В гости к снежной бабе»	1	1
65	«В гости к снежной бабе»	1	1
66	«Наши любимые игры»	1	1
67	«Прогулка в зимний лес»	1	1
68	«Прогулка в зимний лес»	1	1
69	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
70	«Мишка заблудился»	1	1
71	«Мишка заблудился»	1	1

72	«Сказочное путешествие»	1	1
73	«На цирковой арене»	1	1
74	«На цирковой арене»	1	1
75	«Необыкновенный мяч»	1	1
76	«Пробую чемпионом стать»	1	1
77	«Пробую чемпионом стать»	1	1
78	«Мишка заблудился»	1	1
79	«У солнышка в гостях»	1	1
80	«У солнышка в гостях»	1	1
81	«Пробую чемпионом стать»	1	1
82	«Веселые игры для малышей»	1	1
83	«Веселые игры для малышей»	1	1
84	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
85	«Мальши-крепыши»	1	1
86	«Мальши-крепыши»	1	1
87	«Шутки-прибаутки»	1	1
88	«Шутки-прибаутки»	1	1
89	«Веселые аттракционы»	1	1
90	«На прогулку в лес пойдем»	1	1
91	«В гости к лесным зверям»	1	1
92	«В гости к лесным зверям»	1	1
93	«Мальши лягушатами стали»	1	1
94	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
95	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
96	«В гости к зайчику»	1	1
97	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
98	«Забавные малыши»	1	1
99	«Воробушки-попрыгунчики»	1	1
100	«Забавные малыши»	1	1
101	Диагностика двигательных качеств и умений детей	1	1
102	"В гостях у бабушки Маруси"	1	1
103	"В гостях у бабушки Маруси"	1	1
104	«Шутки-прибаутки»	1	1
105	«Дружные ребята»	1	1
106	«Шутки-прибаутки»	1	1
107	«Как у курочки-хохлатки»	1	1
108	«Как у курочки-хохлатки»	1	1
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>108</b>

## **Педагогический мониторинг.**

Педагогическая диагностика проводится на основе диагностического пособия Афонькиной Ю.А. Педагогический мониторинг в новом контексте образовательной деятельности. Изучение индивидуального развития детей / Ю.А. Афонькина. – Волгоград: Учитель, 2015. Мониторинг проводится 2 раз в год (сентябрь, май) в форме наблюдения, беседы, игры в целях дальнейшего планирования педагогических действий.

Предлагаемая в данном диагностическом журнале модель педагогической диагностики индивидуального развития детей разработана с учетом образовательных областей и их приоритетных направлений, определенных ФГОС ДО. В каждой образовательной области в контексте определенных направлений выделены уровни эффективности педагогического воздействия, то есть педагогическая диагностика предполагает не ранжирование детей по их достижениям, а выявление целесообразности и полноты использования педагогами образовательных ресурсов для обеспечения развития каждого ребенка.

С учетом того факта, что в раннем и дошкольном возрасте основные линии психического развития находятся в стадии становления и, как следствие, их показатели могут быть недостаточно устойчивы, зависимы от особенностей микросоциума, здоровья ребенка, его эмоционального состояния на момент диагностики, в методике предлагаются наряду с устоявшейся уровневой градацией (высокий, средний, низкий) промежуточные уровни эффективности педагогических воздействий: средний/высокий, низкий/средний, низкий/низкий; это позволяет сделать диагностику точнее. Содержание уровней разработано с учетом преемственности в отношении каждой возрастной группы от 2 до 7 лет, что позволяет сделать педагогический мониторинг систематическим, «продолженным» и отразить историю развития каждого ребенка в условиях образовательной деятельности.

Итоги диагностики фиксируются в карте оценки уровней эффективности педагогических воздействий (Приложение 1)

### **Программно-методическое обеспечение.**

- Методическое пособие «Оздоровительная гимнастика для детей. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет», Л.И. Пензулаева
- Методическое пособие «Физическая культура в детском саду. "Первой младшей группы" Л.И. Пензулаева.
- С. Я. Лайзане. Физическая культура для малышей: Кн. Для воспитателя дет. Сада.-2-е Изд., испр. – М. : просвещение , 1987.- 160 с. : ил.
- Программа воспитания и обучение в детском саду / под ред. М. А Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». Программа и методические рекомендации. – М.: Мозайка-Синтез, 2005.- 96с.

- Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания» – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005.

Карта оценки уровней эффективности педагогических воздействий  
Образовательная область «Физическое развитие»

Возрастная группа: \_\_\_\_\_ Воспитатели: \_\_\_\_\_

Дата заполнения: \_\_\_\_\_

№ п/п  Фамилия, Имя ребенка	Направления реализации образовательной области «Физическое развитие»																Личный уровень	
	Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость		Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующей правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений		Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующей развитию крупной и мелкой моторики обеих рук		Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующей с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений		Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами		Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере		Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарным и нормами и правилами					
	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.		
1.																		
2.																		
3.																		
4.																		
5.																		
6.																		
7.																		
8.																		
9.																		
10.																		
11.																		
12.																		
13.																		
14.																		
15.																		
16.																		
17.																		
18.																		
19.																		
20.																		
21.																		
22.																		

Начало года: В.у. - %, С.у. – %, Н.у. - %      Конец года: В.у. – %, С.у. – %,, Н.у. – %

**Календарно-тематическое планирование занятий по разделу «Физическая культура»  
образовательной области «Физическое развитие» в первой младшей группе**

Планируемая дата	Фактически проведенная дата	№	Тема	Программное содержание	Работа по основным видам движений	Вводная часть ОРУ	Игры разной подвижности	Оборудование
<b>Сентябрь</b>								
		1	<b>«Ловкие детишки»</b>	Учить детей ходьбе в разных направлениях, по сигналу парами, учить ловить мяч от воспитателя; упражнять в ползании за катящим предметом. Развивать ловкость, координацию движений, внимание. Воспитывать любовь к занятиям спортом, интереса к их результатам, внимание, активность, выразительность движений.	1. Ползание за катящим предметом. 2. Ловля мяча от воспитателя.	Ходьба в разных направлениях, стайкой за воспитателем. Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Здравствуй, солнышко!». ОРУ №1 Без предметов Дети выполняют упр-ния, расположившись враспынную	«Догоните меня» «Найдем цыпленка» -м/п игра.	По 2 кубика на каждого ребенка, мячи по количеству детей
		2	<b>«Ловкие детишки»</b>	Продолжать учить детей ходьбе в разных направлениях, по сигналу парами, учить бросать мяч вдаль; закреплять умение ползать за катящим предметом. Развивать ловкость, координацию движений, внимание. Воспитывать любовь к занятиям спортом, внимание, активность, выразительность движений.	1. Ползание за катящим предметом. 2. Бросание мяча вдаль правой и левой рукой – <b>усложнение.</b>	Ходьба в разных направлениях, стайкой за воспитателем. Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Здравствуй, солнышко!». ОРУ №1 Без предметов Дети выполняют упр-ния, расположившись враспынную	«Догоните меня» «Найдем цыпленка» - м/п игра.	По 2 кубика на каждого ребенка, мячи по количеству детей
		3	<b>«Любимые игры малышей»</b>	Учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей, ловкость и глазомер. Воспитывать желание заниматься, умение играть дружно.	1. П/и «Жуки» (бег враспынную). 2. П/и «Целься вернее».	Ходьба и бег, используя все пространство. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Дых-ые упр-ия: «Подуем на ладошки». Перестроение в круг ОРУ №6 С кубиком	П/и «Мой веселый, звонкий мяч». «Где звенит?»- м/п игра	Мячи, горизонтальная цель, кубики на каждого ребенка, бубен, колокольчик

		4	<b>«Мы уже спортсмены»</b>	Учить детей бросать мешочки с песком в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить и бегать по кругу, взявшись за руки. Развивать глазомер, прыгучесть, ловкость. Воспитывать желание заниматься, играть дружно.	1. Метание мешочка с песком вдаль. 2. Прыжки в длину с места через веревку на двух ногах.	Ходьба враспынную и бег (чередуются). Дых-ые упр-ия: «Каша кипит». ОРУ №2 Без предметов Дети выполняют упр-ния, расположившись враспынную	«Догоните мяч» «Поезд»-м/п игра.	По 2 кубика на каждого ребенка, веревка, мешочки с песком, обруч.
		5	<b>«Мы уже спортсмены»</b>	Продолжать учить детей бросать мешочки с песком в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить и бегать по кругу, взявшись за руки. Развивать глазомер, прыгучесть, ловкость. Воспитывать желание заниматься, играть дружно.	1. Метание мешочка с песком в горизонтальную цель (обруч) правой и левой рукой – <b>усложнение</b> . 2. Прыжки в длину с места через веревку на двух ногах.	Ходьба враспынную и бег (чередуются). Дых-ые упр-ия: «Каша кипит». ОРУ №2 Без предметов Дети выполняют упр-ния, расположившись враспынную	«Догоните мяч» «Поезд»-м/п игра.	По 2 кубика на каждого ребенка, веревка, мешочки с песком, обруч.
		6	<b>«Медвежата-любознайки»</b>	Учить детей лазанию по гимнастической лестнице, Упражнять в перешагивании через препятствия. Развивать ловкость, координацию движений, внимание. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	Перешагивание через препятствия (кубики)- «Дорога к меду». 2. Лазанье по гимнастической лестнице произвольным способом-1,5м- «На дерево за медом»	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Кач-кач». Построение в круг. ОРУ №6 С кубиком	«А ну-ка догони» «Сказки мамы-медведицы»-м/п игра.	2 веревки – д.2м., кубики, гим. лестница
		7	<b>«Солнышко в гостях у ребят»</b>	Обучить ходьбе по гимнастической скамейке. Упражнять в прыжках из кружка в кружок. Развивать координацию движений, прыгучесть. Воспитывать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки из кружка в кружок.	Ходьба и бег в колонне по одному, по кругу. Дых. упр. «Здравствуй, солнышко» ОРУ №2 с платочком	Солнышко и дождик» п/игра «Пузырь»- м/п игра.	Гим. Скамейка, платочки зонтик

		8	<b>«Солнышко в гостях у ребят»</b>	Продолжать обучать ходьбе по гимнастической скамейке. Упраж. в прыжках с продвижением вперед. Развивать координацию движений, прыгучесть. Воспитывать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки с продвижением вперед (р.2-3 м.) – <b>усложнение.</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, по кругу. Дых. упр. «Здравствуй, солнышко» ОРУ №2 С платочком	Солнышко и дождик» п/игра «Пузырь»- м/п игра.	Гим. Скамейка, платочки зонтик
		9	<b>«Скачет заяк без оглядки»</b>	Обучать детей умению передавать в движениях образы различных животных. Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске; в ползании на четвереньках между предметами. Развивать перекрестную координацию в ползании, прыгучесть, равновесие, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками, справедливость, честность.	1. Ходьба по ребристой доске, руки в стороны. 2. Ползание на четвереньках до указанного предмета.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба, имитируя повадки животных. Кор-ые упр –ия: «Лисички», «Медвежата». Бег по залу в колонне по одному в среднем темпе. Дых-ые упр-ия: «Ежик». ОРУ №7 Без предметов	«Бездомный заяц» «Волшебный сон» - релаксация под музыкальное и речевое сопровождение	Ребристая доска, кегли, маска зайца, аудиозапись для релаксации
		10	<b>«Осень в гости к нам пришла»</b>	Учить подлезать под дуги на четвереньках, прогибая спину. Упражнять в ходьбе, беге по ограниченной площади. Развивать координацию движений, умение координировать совместные действия. Воспитывать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1. Подлезание под дуги на четвереньках (h 40 см.) 2. Ходьба, бег на носках между двумя линиями (ширина 20 см.)	Ходьба на носках, как мишки. Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Лес шумит» ОРУ №2 С платочком	«Мы осенние - листочки» «Холодно - жарко» - м/п игра.	Дуги (в. 40 см.), платочки
		11	<b>«Осень в гости к нам пришла»</b>	Продолжать учить подлезать под дуги на четвереньках, прогибая спину. Упражнять в ходьбе, беге по ограниченной площади. Закрепить ходьбу, бег по ограниченной площади. Развивать координацию движений, умение координировать совместные действия. Воспитывать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности.	1. Подлезание под дуги на четвереньках (h 40 см.) 2. Ходьба, бег «змейкой» между предметами – усложнение.	Ходьба на носках, как мишки. Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Лес шумит» ОРУ №2 С платочком	«Мы осенние - листочки» «Холодно - жарко» - м/п игра.	Дуги (в. 40 см.), платочки

		12	<b>«Сказочное путешествие»</b>	Учить детей ходить в колонне по одному, широким свободным шагом. Упражнять детей в умении ползать по гимнастической скамейке на четвереньках; бросать мешочек с песком на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать желание заниматься, играть дружно, внимание.	1. Бросание мешочка с песком на дальность правой и левой рукой (по 3 раза каждой рукой). 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (3 – 4 раза).	Ходьба в колонне по одному (30 сек)- широким свободным шагом. Бег обычный. Построение враспынную. Дых-ые упр-ия: «Петушок». ОРУ№8 С флажками	Игра на ориентировку в пространстве «Найди флажок» «Где звенит?»- м/п игра	Мешочки с песком, гимнастическая скамейка колокольчик, маска пса.
<b>Октябрь</b>								
		13	<b>«На прогулку в лес пойдем»</b>	Учить ходьбе между двумя линиями, сохраняя равновесие. Учить согласовывать движения рук и ног при ходьбе. Упражнять в ходьбе в колонне по одному небольшими подгруппами. Развивать координацию движений, быстроту реакции на сигнал. Воспитывать желание участвовать в совместной деятельности со взрослым.	1. Ходьба между двумя линиями (по тропинке) (шнурами, расстояние 25см, длина 2,5 -3м) 2. Прыжки на двух ногах на месте - « Покажи мишке, как мы умеем прыгать».	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба по ребристой доске. Дых-ые упр-ия: «Деревья качаются» Построение в круг ОРУ №3 Без предметов	«Солнышко и дождик» с усложнением «Поезд» - м/п игра.	Погремушки по количеству детей, 2 шнура (длиной 2,5-3м), зонт, ребристая доска.
		14	<b>«На прогулку в лес пойдем»</b>	Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному всей группой, прыгать на двух ногах из обруча в обруч. Развивать все группы мышц, быстроту реакции на сигнал, слуховое внимание. Воспитывать положительные эмоции к физическим упражнениям.	. Ходьба между двумя линиями (по тропинке) (шнурами, расстояние 25см, длина 2,5 -3м). 2. Прыжки на двух из обруча в обруч - « Покажи мишке, как мы умеем прыгать» <b>усложнение.</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба по ребристой доске. Дых-ые упр-ия: «Деревья качаются» Построение в круг ОРУ №3 Без предметов	«Солнышко и дождик» с усложнением «Поезд» - м/п игра.	Погремушки по количеству детей, 2 шнура (длиной 2,5-3м), зонт, ребристая доска.

		15	«Дружные ребята»	Обучать детей слезать, спрыгивать с невысоких предметов; влезать на предмет. Развивать силовые способности, смелость, уверенность в себе. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, взаимопонимание.	1. Влезание на куб, спрыгнуть. 2. Лазание по лесенке-стремянке.	Ходьба в колонне по одному между кубами. Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Лес шумит» ОРУ№9 Без предметов «В лесу»	«Лохматый пес». «Где спряталась белочка?» - м/п игра	Кубы, лесенка-стремянка, игрушка-белочка обручи.
		16	«Мальши лягушатами стали»	Обучать детей ползанию на четвереньках, изображая движения лягушат. Совершенствовать навыки и умения в подлезании под предметы. Продолжать учить правильно дышать. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них.	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Подлезание под шнур (высота 40-50см), расстояние 2,5м – «доползи до погремушки»	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Подуй на пальцы» Построение в круг ОРУ№3 Без предметов	«Забавные лягушата». «Кто тише» - м/п игра.	2 стойки, перекладина, шнур, погремушки на каждого ребенка
		17	«Мальши лягушатами стали»	Продолжать обучать детей ползанию на четвереньках, изображая движения лягушат. Совершенствовать навыки и умения в подлезании под предметы. Продолжать учить правильно дышать. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них.	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Подлезание под гимнастическую скамейку (высота 40-50см) – <b>усложнение.</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Подуй на пальцы» Построение в круг ОРУ№3 Без предметов	«Забавные лягушата». «Кто тише» - м/п игра.	2 стойки, перекладина, шнур, погремушки на каждого ребенка
		18	«Веселые бельчата»	Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске; в пролезании в обруч. Учить прыгать на двух ногах. Развивать координацию движений, прыгучесть, равновесие, ловкость. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Прыжки на двух ногах до указанного предмета. 3. «Пролезай не задевай» - пролезание в обруч.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор-ые упр-ия: «Идем за грибами». Бег с изменением темпа. Дых-ые упр-ия: «Грибок». ОРУ №9 Без предметов «В лесу»	«Мы веселые бельчата» «На лесной полянке» релаксация.	Ребристая доска, обручи, кегли, аудиозапись для релаксации, платочки

		19	<b>«Мой веселый, звонкий мяч»</b>	Учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки, учить спокойно и четко выполнять упражнения с мячом, играть с мячом. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Воспитывать интерес к физ. упражнениям.	1. Катание мячей друг другу. 2. Перешагивание через препятствие (мячи).	Ходьба, по кругу взявшись за руки, бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Пляска». Построение в круг возле погремушки. ОРУ№4 С погремушками «Веселые погремушки»	«Догони мяч» - «Мяч в кругу»- м/п игра.	Мячи по количеству детей.
		20	<b>«Мой веселый, звонкий мяч»</b>	Продолжать учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки, продолжать учить спокойно и четко выполнять упражнения с мячом, играть с мячом. Развивать ориентировку в пространстве, координацию движений. Воспитывать интерес к физ. упражнениям.	1. Катание мяча по прямой дорожке – <b>усложнение.</b> 2. Перешагивание через препятствие (мячи).	Ходьба, по кругу взявшись за руки, бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Пляска». Построение в круг возле погремушки. ОРУ№4 С погремушками «Веселые погремушки»	«Догони мяч» - «Мяч в кругу»- м/п игра.	Мячи по количеству детей.
		21	<b>«Скачет зайка без оглядки»</b>	Обучать детей умению передавать в движениях образы различных животных. Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске; в ползании на четвереньках между предметами. Развивать перекрестную координацию в ползании, прыгучесть, равновесие, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками, справедливость, честность.	1. Ходьба по ребристой доске, руки в стороны. 2. Ползание на четвереньках до указанного предмета.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба, имитируя повадки животных. Кор-ые упр –ия: «Лисички», «Медвежата». Бег по залу в колонне по одному в среднем темпе. Дых-ые упр-ия: «Ежик». ОРУ №7 Без предметов	«Бездомный заяц» «Волшебный сон» - релаксация под музыкальное и речевое сопровождение	Ребристая доска, кегли, маска зайца, аудиозапись для релаксации
		22	<b>«В гости к зайчику»</b>	Учить детей ходьбе по гимнастической скамье, упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать чувство равновесия, ловкость, совершенствовать умение передвигаться в определенном направлении. Воспитывать положительные эмоции.	1. Прыжки из обруча в обруч - «северные зайчики» 2. Ходьба по гимнастической скамье – «идем по мостику».	Ходьба, по кругу взявшись за руки, бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Шар лопнул». Построение в круг возле погремушки. ОРУ№4 С погремушками «Веселые погремушки»	«Зайка беленький сидит». «Найди свой домик»- м/п игра	Средние мячи (диаметр 20 – 25 см) по количеству детей, гимнастическая скамейка, 4 средних обруча, игрушка-зайчик

		23	<b>«В гости к зайчику»</b>	Продолжать учить детей ходьбе по гимнастической скамье, упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать чувство равновесия, ловкость, совершенствовать умение передвигаться в определенном направлении. Воспитывать положительные эмоции.	1. Прыжки из обруча в обруч - «северные зайчики» 2. Ходьба по гимнастической скамье на голове мешочек с песком – <b>усложнение.</b>	Ходьба, по кругу взявшись за руки, бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Шар лопнул». Построение в круг возле погремушки. ОРУ№4 С погремушками «Веселые погремушки»	«Зайка беленький сидит». «Найди свой домик»- м/п игра	Средние мячи (диаметр 20 – 25 см) по количеству детей, гимнастическая скамейка, 4 средних обруча, игрушка-зайчик
		24	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.	1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.	Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение в рассыпную. ОРУ №7 Без предметов	«Самолеты» п/игра. «Кто тише» - м/п игра	Брусочки 5-6 шт., наклонная доска.
<b>Ноябрь</b>								
		25	<b>«Наши любимые игры»</b>	Учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей. Воспитывать умение сдерживать себя.	1. П/и «Самолеты» (бег). 2. П/и «Воробушки и автомобиль» (бег, ориентировка в пространстве). 3. П/и «Прокати мяч».	Ходьба и бег, используя все пространство. Дых-ые упр-ия: «Дует ветерок». Перестроение в круг ОРУ №5 Без предметов	П/и «Воробушки и автомобиль» Релаксация «Ленивый барсук».	Мячи, узкая рейка
		26	<b>«Наши любимые игры»</b>	Продолжать учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей.	1. П/и «Самолеты» (бег). 2. П/и «Бездомный заяц» (бег, ориентировка в	Ходьба и бег, используя все пространство. Дых-ые упр-ия: «Дует ветерок». Перестроение в круг ОРУ №5 Без предметов	П/и «Воробушки и автомобиль» Релаксация «Ленивый барсук».	Мячи, узкая рейка

				Воспитывать умение сдерживать себя.	пространстве).3. П/и «Подбрось – поймай» (бросание и ловля) – <b>усложнение.</b>			
		27	<b>«Необыкновенный мяч»</b>	Закрепить умение прокатывать мяч по гимнастической скамейке. Продолжать упражнять в перешагивании через набивные мячи. Развивать координацию движений, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке – <b>усложнение.</b> 2. Перешагивание через набивные мячи.	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба по кругу, мячи над головой, поворот в другую сторону, мяч к груди. Кор–ые упр –ия: «Пружинки». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Вырасти большой». ОРУ №11 Без предметов «Пушистые снежинки»	«Озорной мячик» «Поискем необыкновенный мяч» - м/п игра.	Воротики, дуги, набивные мячи, мячи среднего размера по количеству детей.
		28	<b>«Воробушки-попрыгунчики»</b>	Учить детей прыгать через линию, шнур. Упражнять в умении перелезть через бревно. Развивать умение сохранять равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать внимание, желание заниматься, умение согласовывать движения.	1. Прыжки на обеих ногах через шнуры. 2. Перелезание через бревно.	Ходьба с остановкой по сигналу (удар в бубен). Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Цветок распускается». Построение в круг. ОРУ№5 Без предметов	«Воробушки и кот» Релаксация - «Зернышко»	Шнуры, бубен, флажки на каждого ребенка.
		29	<b>«Воробушки-попрыгунчики»</b>	Продолжать учить детей прыгать через линию, шнур. Упражнять в умении перелезть через бревно. Развивать умение сохранять равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать внимание, желание заниматься, умение согласовывать движения.	1. Прыжки на обеих ногах через шнуры. 2. Перелезание через бревно.	Ходьба с остановкой по сигналу (удар в бубен). Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Цветок распускается». Построение в круг. ОРУ№5 Без предметов	«Воробушки и кот» Релаксация - «Зернышко»	Шнуры, бубен, флажки на каждого ребенка.
		30	<b>«Мишка заблудился»</b>	Упражнять детей в ходьбе по гим. скамье, в умении спрыгивать с высоты. Приучать согласовывать свои движения с движениями других детей. Развивать у детей воображение, творчество, умение двигаться всем телом, а также произвольно расслаблять мышцы. Формировать умения и навыки	1. Ходьба по гим. скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки с высоты (со скамейки) h-15 см.	Построение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор–ые упр –ия: «Медвежата», «Белые медведи». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Ходьба».	«У медведя во бору» «Сказочный сон медвежонка» - релаксация под речевое сопровождение	Гим. скамья, у детей, игрушка «медвежонок»

				правильного выполнения движений.		ОРУ №12 С мячами		
		31	<b>«Воробушки-попрыгунчики»</b>	Продолжать учить детей прыгать через линию, шнур. Закреплять умение перелезать через бревно. Развивать умение сохранять равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать внимание, желание заниматься, умение согласовывать движения.	1. Прыжки на обеих ногах через шнуры, в обручи - усложнение 2. Перелезание через бревно.	Ходьба с остановкой по сигналу (удар в бубен). Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Цветок распускается». Построение в круг. ОРУ№5 Без предметов	«Воробушки и кот» Релаксация - «Зернышко»	Шнуры, бубен, флажки на каждого ребенка.
		32	<b>«Любимые игры малышей»</b>	Учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей, ловкость и глазомер. Воспитывать желание заниматься, умение играть дружно.	1. П/и «Жуки» (бег врассыпную). 2. П/и «Целься вернее».	Ходьба и бег, используя все пространство. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Дых-ые упр-ия: «Подуем на ладошки». Перестроение в круг ОРУ №6 С кубиком	П/и «Мой веселый, звонкий мяч». «Где звенит?»- м/п игра	Мячи, горизонтальная цель, кубики на каждого ребенка, бубен, колокольчик
		33	<b>«Веселые игры для малышей»</b>	Продолжать обучать детей совместным действиям в игре. Упражнять в прыжках на двух ногах, в умении передавать мяч друг другу. В подвижной игре «Ловишки» приучать детей бегать с замедлением и ускорением, увертываться от водящего различными способами. Развивать умение действовать по сигналу, сноровку, выдержку, выносливость, ловкость,	1.«Зайцы и волк» - (прыжки). 2.»Орел и птенчики». 3. «По ровненькой дорожке» - усложнение.	Построение в колонну. Перестроение в круг. Ходьба врассыпную. Кор-ые упр -ия: «Колобок». Бег по кругу в разных направлениях. Дых-ые упр-ия: «Ладочки». ОРУ№14 С ленточками «Разноцветные ленточки»	«Проползи до кубика». «Курочка и цыплята» - м/п - ходьба между кубиками.	Кубики, гим. скамейки, кегли.
		34	<b>«Любимые игры малышей»</b>	Продолжать учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей, ловкость и глазомер. Воспитывать желание заниматься, умение играть дружно.	1. П/и «Жуки» (бег врассыпную). 2. П/и «Целься вернее».	Ходьба и бег, используя все пространство. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Дых-ые упр-ия: «Подуем на ладошки». Перестроение в круг ОРУ №6 С кубиком	П/и «Мой веселый, звонкий мяч». «Где звенит?»- м/п игра	Мячи, горизонтальная цель, кубики на каждого ребенка, бубен, колокольчик

		35	<b>«Медвежата-любознайки»</b>	Учить детей лазанию по гимнастической лестнице, Упражнять в перешагивании через препятствия. Развивать ловкость, координацию движений, внимание. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	.Перешагивание через препятствия (кубики)- «Дорога к меду». 2. Лазанье по гимнастической лестнице произвольным способом-1,5м- «На дерево за медом»	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Кач-кач». Построение в круг. ОРУ №6 С кубиком	«А ну-ка догони» «Сказки мамы-медведицы»- м/п игра.	2 веревки – д.2м., кубики, гим. лестница	
		36	<b>«Мальши-крепьши»</b>	Учить ходьбе по ограниченной площади (доске), сохраняя равновесие. Упражнять в прокатывании мячей друг другу. Развивать координацию движений, смелость, быстроту реакции на сигнал, ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них,.	1. Ходьба по доске (положенной на пол), руки в стороны. 2. Катание мячей из и.п., сидя друг другу (6-8р)	Построение по росту в колонну. Перестроение в круг. Кор-ые упр –ия: «Великаны и гномы». Дых-ые упр-ия: «Часики», «Насос». ОРУ№15 Без предметов	«Огуречик, огуречик» «Поиграем!» - м/п игра.	Доска (длиной 2,5м), мячи на подгруппу детей.	
<b>Декабрь</b>									
		37	<b>«Медвежата-любознайки»</b>	Продолжать учить детей лазанию по гимнастической лестнице. Упражнять в ползании на четвереньках по узкому коридору, выложенному веревками; закреплять умение перешагивать через препятствия. Развивать ловкость, координацию движений, внимание. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1.Ползанье на четвереньках друг за другом по узкому коридору, выложенному веревками - узкий мостик – <b>усложнение.</b> 2. Перешагивание через препятствия (кубики)- «Дорога к меду». 3.Лазанье по гимнастической лестнице произвольным	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Кач-кач». Построение в круг. ОРУ №6 С кубиком	«А ну-ка догони» «Сказки мамы-медведицы»- м/п игра.	2 веревки – д.2м., кубики, гим. лестница	

					способом-1,5м - «На дерево за медом».			
		38	<b>«Скачет заяц без оглядки»</b>	Обучать детей умению передавать в движениях образы различных животных. Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске; в ползании на четвереньках между предметами. Развивать перекрестную координацию в ползании, прыгучесть, равновесие, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками, справедливость, честность.	1. Ходьба по ребристой доске, руки в стороны. 2. Ползание на четвереньках до указанного предмета.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба, имитируя повадки животных. Кор-ые упр -ия: «Лисички», «Медвежата». Бег по залу в колонне по одному в среднем темпе. Дых-ые упр-ия: «Ежик». ОРУ №7 Без предметов	«Бездомный заяц» «Волшебный сон» - релаксация под музыкальное и речевое сопровождение	Ребристая доска, кегли, маска зайца, аудиозапись для релаксации
		39	<b>«В гости к лесным зверям»</b>	Учить детей змейкой взявшись за руки; проходить в группировке в обруч. Упражнять в прыжках в длину с места через веревки, в подлезании под рейку. Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к физ.упражнениям, желание быть здоровым, дружелюбие.	1. Прыжки в длину с места через 2 веревки, положенные параллельно, - «прыгаем через канавку». 2. Подлезание под рейку, пройти в группировке в обруч.	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба и бег в быстром и медленном темпе. Дых-ые упр-ия: «Травушка колышется». Построение в круг. ОРУ №16 С платочком	«Дети и петух» «Зайка беленький сидит»-м/п игра.	2 веревки – д.2м., рейка, обручи, кубики, платочки
		40	<b>«Скачет заяц без оглядки»</b>	Продолжать обучать детей умению передавать в движениях образы различных животных. Закреплять умение ходить по ребристой доске; Развивать перекрестную координацию в ползании, прыгучесть, равновесие, ловкость. Воспитывать дружеские взаимоотношения со сверстниками, справедливость, честность, стремление доводить начатое дело до конца.	1. Ходьба по ребристой доске, руки в стороны. 2. Ползание на четвереньках между предметами - <b>усложнение.</b>	Построение в колонну друг за другом. Ходьба, имитируя повадки животных. Кор-ые упр -ия: «Лисички», «Медвежата». Бег по залу в колонне по одному в среднем темпе. Дых-ые упр-ия: «Ежик». ОРУ №7 Без предметов	«Бездомный заяц» «Волшебный сон» - релаксация под музыкальное и речевое сопровождение	Ребристая доска, кегли, маска зайца, аудиозапись для релаксации

		41	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	<p>Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.</p>	<p>Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение в рассыпную. ОРУ №7 Без предметов</p>	<p>«Самолеты» п/игра. «Кто тише» - м/п игра</p>	<p>Бруски 5-6 шт., наклонная доска.</p>
		42	<b>«Забавные малыши»</b>	<p>Упражнять детей в метании мешочка с песком вдаль, в переступании обручей, в катании мяча. Развивать умение передвигаться в определенном направлении, реагировать на сигнал, координацию движений. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения в игре. Вызвать положительные эмоции, чувство радости и веселья.</p>	<p>1. «Кто дальше бросит мяч?» - метание маленького мяча правой и левой рукой. 2. «С кочки на кочку» - переступание из обруча в обруч. 3. «Догони мяч» - катание мяча.</p>	<p>Построение в шеренгу. Ходьба с изменением направления движения. Кор-ые упр -ия: «Деревца». Бег с остановкой на сигнал. Дых-ые упр-ия: «Подпрыгни и подуй». Построение в круг ОРУ №17 Без предметов «Забавные малыши»</p>	<p>«Поймай комара» «Котят на ковре и щенок» - м/п игра.</p>	<p>Мешочки с песком, обручи среднего размера, мяч среднего размера.</p>
		43	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	<p>Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.</p>	<p>Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение в рассыпную. ОРУ №7 Без предметов</p>	<p>«Самолеты» п/игра. «Кто тише» - м/п игра</p>	<p>Бруски 5-6 шт., наклонная доска.</p>

		44	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	<p>Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске.</p> <p>Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.</p>	<p>1. Ползание, подлезание под натянутую веревку, перелезание через бревно, лежащее на полу.</p> <p>2. Бросание и катание мяча друг другу.</p> <p>3. Спрыгивание с небольшой высоты.</p>	<p>Построение друг за другом. Ходьба и бег в колонне по одному и в рассыпную. Построение в рассыпную. ОРУ №8 С флажками</p>	<p>«Кошка и мышки» «Молчок» - релаксация под речевое сопровождение</p>	<p>Средние мячи, бревно, веревка со стойками, флажки</p>
		45	<b>«В гостях у бабушки Маруси»</b>	<p>Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение дружно играть, помогать друг другу, интерес к физическим упражнениям.</p>	<p>1. Бросание и ловля мяча (педагог бросает ребенку мяч обеими руками снизу, называя имя ребенка)</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске – доползти на четвереньках до собачки.</p>	<p>Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне с выполнением заданий для ног. Кор-ые упр -ия: «Лисички». Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Петушок». Построение в рассыпную. ОРУ №18 С флажками</p>	<p>«Курочка-хохлатка» «Жучок-паучок»- м/п игра, динамическая игра «Козлик»</p>	<p>По одному платочку на каждого ребенка, мяч средней величины наклонная доска, игрушка – собачка.</p>
		46	<b>«Сказочное путешествие»</b>	<p>Учить детей ходить в колонне по одному, широким свободным шагом. Упражнять детей в умении ползать по гимнастической скамейке на четвереньках; бросать мешочек с песком на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать желание заниматься, играть дружно, внимание.</p>	<p>1. Бросание мешочка с песком на дальность правой и левой рукой (по 3 раза каждой рукой).</p> <p>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (3 – 4 раза).</p>	<p>Ходьба в колонне по одному (30 сек)- широким свободным шагом. Бег обычный. Построение в рассыпную. Дых-ые упр-ия: «Петушок». ОРУ №8 С флажками</p>	<p>Игра на ориентировку в пространстве «Найди флажок» «Где звенит?»- м/п игра</p>	<p>Мешочки с песком, гимнастическая скамейка колокольчик, маска пса.</p>

		47	«Сказочное путешествие»	Продолжать учить детей ходить в колонне по одному, широким свободным шагом. Закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке на четвереньках; бросать на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать желание заниматься, играть дружно, внимание.	1. Бросание мешочка с песком в обруч (р.1,5 -2м) – <b>усложнение</b> . 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (3 – 4 раза).	Ходьба в колонне по одному (30 сек)- широким свободным шагом. Бег обычный. Построение враспынную. Дых-ые упр-ия: «Петушок». ОРУ№8 С флажками	Игра на ориентировку в пространстве «Найди флажок» «Где звенит?»- м/п игра	Мешочки с песком, гимнастическая скамейка колокольчик, маска пса.
		48	«Шутки-прибаутки»	Закрепить умение ходить по ребристой доске. Продолжать учить детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений, прыгучесть, учить помогать друг другу. Воспитывать внимание, желание заниматься, играть дружно.	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Катание мяча друг другу стоя на коленях - <b>усложнение</b> .	Ходьба и бег за воспитателем со сменой направления. Кор-ые упр -ия: «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Бег змейкой. Дых-ые упр-ия: «Пляска». ОРУ №18 С флажками	«Самолеты»  «Петрушка» - м/п игра	Гим. скамья, мячи среднего размера на подгруппу детей, ребристая доска, бруски.
<b>Январь</b>								
		49	«Дружные ребята»	Обучать детей слезать, спрыгивать с невысоких предметов; влезать на предмет. Развивать силовые способности, смелость, уверенность в себе. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, взаимопонимание.	1. Влезание на куб, спрыгнуть. 2. Лазание по лесенке-стремянке.	Ходьба в колонне по одному между кубами. Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Лес шумит». ОРУ№9 Без предметов «В лесу»	«Лохматый пес». «Где спряталась белочка?» - м/п игра	Кубы, лесенка-стремянка, игрушка-белочка обручи.
		50	«Дружные ребята»	Продолжать обучать детей слезать, спрыгивать с невысоких предметов; влезать на предмет. Закреплять умение детей в лазании по лесенке-стремянке. Развивать силовые способности, смелость, уверенность в себе. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, взаимопонимание.	1. Влезание на гим.скамейку, спрыгивание на мат – <b>усложнение</b> . 2. Лазание по лесенке-стремянке.	Ходьба в колонне по одному между кубами. Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Лес шумит». ОРУ№9 Без предметов «В лесу»	«Лохматый пес». «Где спряталась белочка?» - м/п игра	Кубы, лесенка-стремянка, игрушка-белочка обручи.
		51	«У солнышка в гостях»	Продолжать учить детей ходить по изогнутой веревке. Закрепить умение прыгать из обруча в обруч; лазать по гимнастической	1. Ходьба по изогнутой веревке боком, приставным	Построение в шеренгу. Ходьба с имитацией различных животных – «Лесные жители».	Солнышко и дождик» «Сонная дремота» -	Веревка, обручи маленькие 4-5 шт., гимнастическая стенка, зонт, солнышко

				лестнице. Развивать выносливость, ловкость, координацию движений. Воспитывать желание заниматься спортом, играть дружно, внимание, смелость.	шагом – «По лесной тропинке» - <b>усложнение</b> .2. Прыжки из обруча в обруч- «В гости к солнышку».3. Лазание по гимнастической стенке - «Солнечная лесенка»	Бег змейкой по кругу. Дых-ые упр-ия: «Здравствуй, солнышко». ОРУ№14 С ленточками Разноцветные ленточки»	Произвольная ходьба по залу, обхватив плечи руками.	
		52	<b>«Веселые бельчата»</b>	Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске; в пролезании в обруч. Учить прыгать на двух ногах. Развивать координацию движений, прыгучесть, равновесие, ловкость. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Прыжки на двух ногах до указанного предмета. 3. «Пролезай не задевай» - пролезание в обруч.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор-ые упр -ия: «Идем за грибами». Бег с изменением темпа. Дых-ые упр-ия: «Грибок». ОРУ №9 Без предметов «В лесу»	«Мы веселые бельчата» «На лесной полянке» релаксация.	Ребристая доска, обручи, кегли, аудиозапись для релаксации, платочки
		53	<b>«Веселые бельчата»</b>	Продолжать упражнять детей в ходьбе по ребристой доске, перешагивая через предметы; в пролезании в обруч. Продолжать учить прыгать на двух ногах. Развивать координацию движений, прыгучесть, равновесие, ловкость. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы – <b>усложнение</b> . 2. Прыжки на двух ногах до указанного предмета. 3. «Пролезай не задевай» - пролезание в обруч.	Построение в колонну друг за другом. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор-ые упр -ия: «Идем за грибами». Бег с изменением темпа. Дых-ые упр-ия: «Грибок». ОРУ №9 Без предметов «В лесу»	«Мы веселые бельчата» «На лесной полянке» релаксация.	Ребристая доска, обручи, кегли, аудиозапись для релаксации, платочки

		54	<b>«Наши любимые игры»</b>	Учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей. Воспитывать умение сдерживать себя.	1. П/и «Самолеты» (бег). 2. П/и «Воробушки и автомобиль» (бег, ориентировка в пространстве). 3. П/и «Прокати мяч».	Ходьба и бег, используя все пространство. Дых-ые упр-ия: «Дует ветерок». Перестроение в круг ОРУ №5 Без предметов	П/и « Воробушки и автомобиль» Релаксация «Ленивый барсук».	Мячи, узкая рейка
		55	<b>«В гостях у Зимушки-зимы»</b>	Учить детей в умении ползать на животе по гимнастической скамейке. Упражнять в перешагивании предметов; в бросании мяча вдаль правой и левой рукой. Развивать глазомер, координацию движений, ловкость. Воспитывать любовь к занятиям спортом, интереса к их результатам, внимание, активность, выразительность движений.	1. Перешагивание через бруски - «глубокие сугробы» 2. Ползание по гим. скамье на животе - «скользящий мостик». 3. Бросание мяча вдаль правой и левой рукой - «кто дальше бросит снежок».	Чередовать ходьбу и бег в колонне по одному в рассыпную. Кор-ые упр-ия: «Ходим по снегу». Дых-ые упр-ия: «Подуй на снежинку» ОРУ №10 С кубиком	«Заморожу». «Зимние забавы» -м/п игра.	Гим. скамейка, мячи снежинки из бумаги, мягкие модули для перешагивания.
		56	<b>«В гостях у Зимушки-зимы»</b>	Продолжать учить детей ползать на четвереньках по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Закреплять умение перешагивать предметы; в бросании мяча вдаль правой и левой рукой. Развивать глазомер, координацию движений, ловкость. Воспитывать любовь к занятиям спортом, интереса к их результатам, внимание, активность, выразительность движений.	1. Перешагивание через бруски - «глубокие сугробы» 2. Ползание по гим. скамье на четвереньках на спине мешочек с песком «скользящий мостик» – <b>усложнение.</b> 3. Бросание мяча вдаль правой и левой рукой - «кто дальше бросит снежок».	Чередовать ходьбу и бег в колонне по одному в рассыпную. Кор-ые упр-ия: «Ходим по снегу». Дых-ые упр-ия: «Подуй на снежинку» ОРУ №10 С кубиком	«Заморожу». «Зимние забавы» -м/п игра.	Гим. скамейка, мячи снежинки из бумаги, мягкие модули для перешагивания.

		57	<b>«Мальши лягушатами стали»</b>	Продолжать обучать детей ползанию на четвереньках, изображая движения лягушат. Совершенствовать навыки и умения в подлезании под предметы. Продолжать учить правильно дышать. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них.	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Подлезание под гимнастическую скамейку (высота 40-50см) – <b>усложнение.</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Подуй на пальцы» Построение в круг ОРУ №3 Без предметов	«Забавные лягушата». «Кто тише» - м/п игра.	2 стойки, перекладина, шнур, погремушки на каждого ребенка
		58	<b>«Зимние забавы»</b>	Учить построению, соблюдению дистанции во время передвижения. Упражнять детей в ходьбе по доске. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать координацию движений, ловкость, организованность. Воспитывать внимание, желание заниматься, играть дружно.	1. Ходьба по доске (ш. 25 см.), положенной на пол. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Построение в колонну. Перестроение в круг. Ходьба и бег друг за другом. Кор-ые упр-ия: «Лисички». Дых-ые упр-ия: «Подпрыгни и подуй». ОРУ №10 С кубиком	«Зайка беленький сидит». «Тишина у пруда» - м/п игра.	Доска (ш. 25 см.), кубики, мячи среднего размера на подгрупп у детей, маска лисы.
		59	<b>«Зимние забавы»</b>	Продолжать учить построению, соблюдению дистанции во время передвижения. Закреплять умение детей в ходьбе по доске, перешагивая кубики.. Продолжать учить подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать координацию движений. Воспитывать внимание, желание заниматься, играть дружно.	1. Ходьба по доске (ш. 25 см.), положенной на пол, перешагивая через кубики – <b>усложнение.</b> 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Построение в колонну. Перестроение в круг. Ходьба и бег друг за другом. Кор-ые упр-ия: «Лисички». Дых-ые упр-ия: «Подпрыгни и подуй». ОРУ №10 С кубиком	«Зайка беленький сидит». «Тишина у пруда» - м/п игра.	Доска (ш. 25 см.), кубики, мячи среднего размера на подгрупп у детей, маска лисы.
		60	<b>«Мы уже спортсмены»</b>	Продолжать учить детей бросать мешочки с песком в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять умение ходить и бегать по кругу, взявшись за руки. Развивать глазомер, прыгучесть, ловкость. Воспитывать желание заниматься, играть дружно.	1. Метание мешочка с песком в горизонтальную цель (обруч) правой и левой рукой – <b>усложнение.</b> 2. Прыжки в длину с места через веревку на двух ногах.	Ходьба враспынную и бег (чередуются). Дых-ые упр-ия: «Каша кипит». ОРУ №2 Без предметов Дети выполняют упр-ния, расположившись враспынную	«Догоните мяч» «Поезд»- м/п игра.	По 2 кубика на каждого ребенка, веревка, мешочки с песком, обруч.

**Февраль**

	61	<b>«Необыкновенный мяч»</b>	Учить детей прокатывать мяч в воротца. Упражнять в перешагивании через набивные мячи. Развивать координацию движений, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Катание мяча в воротца. 2. Перешагивание через набивные мячи.	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба по кругу, мячи над головой, поворот в другую сторону, мяч к груди. Кор–ые упр –ия: «Пружинки». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Вырасти большой». ОРУ №11 Без предметов «Пушистые снежинки»	«Озорной мячик» «Поищем необыкновенный мяч» - м/п игра.	Воротики, дуги, набивные мячи, мячи среднего размера по количеству детей.
	62	<b>«Необыкновенный мяч»</b>	Закрепить умение прокатывать мяч по гимнастической скамейке. Продолжать упражнять в перешагивании через набивные мячи. Развивать координацию движений, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке – <b>усложнение</b> . 2. Перешагивание через набивные мячи.	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба по кругу, мячи над головой, поворот в другую сторону, мяч к груди. Кор–ые упр –ия: «Пружинки». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Вырасти большой». ОРУ №11 Без предметов «Пушистые снежинки»	«Озорной мячик» «Поищем необыкновенный мяч» - м/п игра.	Воротики, дуги, набивные мячи, мячи среднего размера по количеству детей.
	63	<b>«Ловкие детишки»</b>	Продолжать учить детей ходьбе в разных направлениях, по сигналу парами, учить бросать мяч вдаль; закреплять умение ползать за катящим предметом. Развивать ловкость, координацию движений, внимание. Воспитывать любовь к занятиям спортом, внимание, активность, выразительность движений.	1. Ползание за катящим предметом. 2. Бросание мяча вдаль правой и левой рукой – <b>усложнение</b> .	Ходьба в разных направлениях, стайкой за воспитателем. Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Здравствуй, солнышко!». ОРУ №1 Без предметов Дети выполняют упр-ния, расположившись врассыпную	«Догоните меня» «Найдем цыпленка» - м/п игра.	По 2 кубика на каждого ребенка, мячи по количеству детей
	64	<b>«В гости к снежной бабе»</b>	Учить детей ходить по гим. скамейке. Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. Развивать координацию движений, глазомер, прыгучесть,	1. Ходьба по гим. скамейке, руки на поясе. 2. Прыжки на обеих ногах из	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба по кругу, в разных направлениях. Кор–ые упр –ия: «Ходим по	«Сходим в гости к снежной бабе».	Гим. скамейка, мешочки с песком, средние обручи.

				ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать интерес к физкультурным занятиям, активность, выразительность движений.	обруча в обруч.	снегу». Бег по кругу. «Сходим в гости к снежной бабе».	«Холодно - жарко» - м/п игра.	
		65	«В гости к снежной бабе»	Закреплять умение ходить по гим. скамейке с мешочком на голове; в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. Развивать координацию движений, глазомер, прыгучесть, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом,	1. Ходьба по гим. скамейке, с мешочком песка на голове, руки на поясе – <b>усложнение</b> . 2. Прыжки на обеих ногах из обруча в обруч.	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба по кругу, в разных направлениях. Кор-ые упр – ия: «Ходим по снегу». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Шарик». ОРУ №11 Без предметов «Пушистые снежинки»	«Сходим в гости к снежной бабе». «Холодно - жарко» - м/п игра.	Гим. скамейка, мешочки с песком, средние обручи.
		66	«Наши любимые игры»	Учить детей бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Совершенствовать ориентировку в пространстве. Развивать двигательные умения и навыки детей. Воспитывать умение сдерживать себя.	1. П/и «Самолеты» (бег). 2. П/и «Воробушки и автомобиль» (бег, ориентировка в пространстве). 3. П/и «Прокати мяч».	Ходьба и бег, используя все пространство. Дых-ые упр-ия: «Дует ветерок». Перестроение в круг ОРУ №5 Без предметов	П/и « Воробушки и автомобиль» Релаксация «Ленивый барсук».	Мячи, узкая рейка
		67	«Прогулка в зимний лес»	Учить детей ходить и бегать в разных направлениях, не наталкиваясь. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в метании шишек на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве, равновесие. Воспитывать умение сдерживать себя, внимание, интерес к физическим упражнениям.	1. Метание шишек на дальность правой и левой рукой. 2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	Построение в шеренгу. Ходьба и бег между ориентирами (кегли). Дых-ые упр-ия: «Чем пахнет в лесу?». Кор-ые упр –ия: «Медвежата», «Лисички». Перестроение в круг. ОРУ №12 С мячами	«Зайчики». «Филин» - м/п игра.	Ориентиры (кегли), шишки (или маленькие мячи) по количеству детей, наклонная доска, обруч

		68	<b>«Прогулка в зимний лес»</b>	Продолжать учить детей ходить и бегать в разных направлениях, не наталкиваясь. Закрепить умение ходить по наклонной доске, умение метать шишки в корзину правой и левой рукой. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве, равновесие. Воспитывать, внимание, интерес к физическим упражнениям.	1. Метание шишек на дальность правой и левой рукой – в корзину <b>(усложнение)</b> . 2. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	Построение в шеренгу. Ходьба и бег между ориентирами (кегли). Дых-ые упр-ия: «Чем пахнет в лесу?». Кор-ые упр –ия: «Медвежата», «Лисички». Перестроение в круг. ОРУ №12 С мячами	«Зайчики». «Филин» - м/п игра.	Ориентиры (кегли), шишки (или маленькие мячи) по количеству детей, наклонная доска, обруч
		69	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.	1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.	Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение в рассыпную. ОРУ №7 Без предметов	«Самолеты» п/игра. «Кто тише» - м/п игра	Брусочки 5-6 шт., наклонная доска.
		70	<b>«Мишка заблудился»</b>	Упражнять детей в ходьбе по гим. скамье, в умении прыгать с высоты. Приучать согласовывать свои движения с движениями других детей. Развивать у детей воображение, творчество, умение двигаться всем телом, а также произвольно расслаблять мышцы. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений.	1. Ходьба по гим. скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки с высоты (со скамейки) h-15 см.	Построение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор-ые упр –ия: «Медвежата», «Белые медведи». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Ходьба». ОРУ №12 С мячами	«У медведя во бору» «Сказочный сон медвежонка» - релаксация под речевое сопровождение	Гим. скамья, у детей, игрушка «медвежонок»
		71	<b>«Мишка заблудился»</b>	Продолжать упражнять детей в ходьбе по гим. скамье, в умении прыгать с высоты. Приучать согласовывать свои движения с движениями других детей.	1. Ходьба по гим. скамейке в руках кубик – усложнение.	Построение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор-ые упр –ия:	«У медведя во бору» «Сказочный сон медвежонка» -	Гим. скамья, у детей, игрушка «медвежонок»

				Развивать у детей воображение, творчество, умение двигаться всем телом, а также произвольно расслаблять мышцы. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений.	2. Прыжки с высоты (со скамейки) h-15 см.в указанное место – <b>усложнение</b>	«Медвежата», «Белые медведи». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Ходьба». ОРУ №12 С мячами	релаксация под речевое сопровождение	
		72	«Сказочное путешествие»	Учить детей ходить в колонне по одному, широким свободным шагом. Упражнять детей в умении ползать по гимнастической скамейке на четвереньках; бросать мешочек с песком на дальность правой и левой рукой. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать желание заниматься, играть дружно, внимание.	1. Бросание мешочка с песком на дальность правой и левой рукой (по 3 раза каждой рукой). 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (3 – 4 раза).	Ходьба в колонне по одному (30 сек)- широким свободным шагом. Бег обычный. Построение враспынную. Дых-ые упр-ия: «Петушок». ОРУ№8 С флажками	Игра на ориентировку в пространстве «Найди флажок» «Где звенит?»- м/п игра	Мешочки с песком, гимнастическая скамейка колокольчик, маска пса.
Март								
		73	«На цирковой арене»	Учить детей умению быстро реагировать на сигнал, учить детей подпрыгнуть вверх и коснуться рукой шара; упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице. Развивать умение быть внимательными, координацию движений, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми.	1. Подпрыгнуть вверх и коснуться рукой шара, который находится выше поднятой руки – «веселые клоуны». 2. Лазание по гимнастической лестнице - « Мы гимнасты»	Построение в шеренгу. Ходьба, по кругу взявшись за руки Бег по кругу друг за другом. Дых-ые упр-ия: «Поднимаем выше груз». Перестроение в круг. ОРУ№13 Без предметов «Птичья зарядка»	«Принеси игрушку» «Что спрятано?» - м/п игра.	Палка с прикрепленным на ниточке шаром, ленточки по количеству детей, гимнастическая стенка.
		74	«На цирковой арене»	Продолжать учить детей умению быстро реагировать на сигнал, закрепить умение подпрыгнуть вверх и коснуться рукой шара; упражнять детей в лазании по гимнастической лестнице, в ходьбе по ребристой доске. Развивать координацию движений, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми.	1. Подпрыгнуть вверх и коснуться рукой шара, который находится выше поднятой руки – «веселые клоуны». 2. Лазание по гимнастической	Построение в шеренгу. Ходьба, по кругу взявшись за руки Бег по кругу друг за другом. Дых-ые упр-ия: «Поднимаем выше груз». Перестроение в круг. ОРУ№13 Без предметов «Птичья зарядка»	«Принеси игрушку» «Что спрятано?» - м/п игра.	Палка с прикрепленным на ниточке шаром, ленточки по количеству детей, гимнастическая стенка.

				Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения в игре. Вызвать положительные эмоции, чувство радости и веселья.	лестнице - «Мы гимнасты». 3. Ходьба по ребристой доске – <b>усложнение.</b>			
		75	«Необыкновенный мяч»	Учить детей прокатывать мяч в воротца. Упражнять в перешагивании через набивные мячи. Развивать координацию движений, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом, выразительность движений.	1. Катание мяча в воротца. 2. Перешагивание через набивные мячи	Построение в шеренгу. Перестроение в круг. Ходьба по кругу, мячи над головой, поворот в другую сторону, мяч к груди. Кор-ые упр-ия: «Пружинки». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Вырасти большой». ОРУ №11 Без предметов «Пушистые снежинки»	«Озорной мячик» «Поиск необыкновенный мяч» - м/п игра.	Воротки, дуги, набивные мячи, мячи среднего размера по количеству детей.
		76	«Пробую чемпионом стать»	Развивать у детей интерес к спортивным состязаниям. Формировать стремление добиться цели (результата) – «добежать», «перепрыгнуть», «донести». Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом.	1. Бег с флажком до ориентира и назад. 2. Бег с мячом в руках до стула, мяч оставить на стуле, вернуться назад.	Построение в колонну. Перестроение парами. Ходьба в колонне по одному по залу. Бег по кругу, в прямом направлении в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Ветерок». ОРУ №13 Без предметов «Птичья зарядка»	«Чей кружок быстрее соберется» «Расслабление» - релаксация под речевое сопровождение	Кубики, ленточки и мячи среднего размера по количеству детей, стул, ориентиры, аудиозапись.
		77	«Пробую чемпионом стать»	Продолжать развивать у детей интерес к спортивным состязаниям. Формировать стремление добиться цели (результата) – «добежать», «перепрыгнуть», «донести». Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом.	1. Бег с кубиком до ориентира, кубик оставить, вернуться назад – <b>усложнение.</b> 2. Бег с мячом в руках до стула, мяч оставить на стуле, вернуться назад.	Построение в колонну. Перестроение парами. Ходьба в колонне по одному по залу. Бег по кругу, в прямом направлении в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Ветерок». ОРУ №13 Без предметов «Птичья зарядка»	«Чей кружок быстрее соберется» «Расслабление» - релаксация под речевое сопровождение	Кубики, ленточки и мячи среднего размера по количеству детей, стул, ориентиры, аудиозапись.

		78	<b>«Мишка заблудился»</b>	Упражнять детей в ходьбе по гим. скамье, в умении прыгивать с высоты. Приучать согласовывать свои движения с движениями других детей. Развивать у детей воображение, творчество, умение двигаться всем телом, а также произвольно расслаблять мышцы. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений.	1. Ходьба по гим. скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки с высоты (со скамейки) h-15 см.	Построение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением подражательных движений. Кор-ые упр -ия: «Медвежата», «Белые медведи». Бег по кругу. Дых-ые упр-ия: «Ходьба». ОРУ №12 С мячами	«У медведя во бору» «Сказочный сон медвежонка» - релаксация под речевое сопровождение	Гим. скамья, у детей, игрушка «медвежонок»
		79	<b>«У солнышка в гостях»</b>	Приучать детей принимать правильное исходное положение при лазанье. Учить детей ходить по изогнутой веревке. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать выносливость, ловкость, координацию движений. Воспитывать желание заниматься спортом, играть дружно, внимание, смелость.	1. Ходьба по изогнутой веревке – «По лесной тропинке». 2. Прыжки из обруча в обруч- «В гости к солнышку». 3. Лазание по гимнастической стенке - «Солнечная лесенка».	Построение в шеренгу. Ходьба с имитацией различных животных – «Лесные жители». Бег змейкой по кругу. Дых-ые упр-ия: «Здравствуй, солнышко». ОРУ №14 С ленточками «Разноцветные ленточки»	«Солнышко и дождик» «Сонная дремота» - Произвольная ходьба по залу, обхватив плечи руками.	Веревка, обручи маленькие 4-5 шт., гимнастическая стенка, зонт, солнышко
		80	<b>«У солнышка в гостях»</b>	Продолжать учить детей ходить по изогнутой веревке. Закрепить умение прыгать из обруча в обруч; лазать по гимнастической лестнице. Развивать выносливость, ловкость, координацию движений. Воспитывать желание заниматься спортом, играть дружно, внимание, смелость.	1. Ходьба по изогнутой веревке боком, приставным шагом – «По лесной тропинке» - <b>усложнение</b> . 2. Прыжки из обруча в обруч- «В гости к солнышку». 3. Лазание по гимнастической стенке - «Солнечная лесенка»	Построение в шеренгу. Ходьба с имитацией различных животных – «Лесные жители». Бег змейкой по кругу. Дых-ые упр-ия: «Здравствуй, солнышко». ОРУ №14 С ленточками Разноцветные ленточки»	Солнышко и дождик» «Сонная дремота» - Произвольная ходьба по залу, обхватив плечи руками.	Веревка, обручи маленькие 4-5 шт., гимнастическая стенка, зонт, солнышко

		81	<b>«Пробую чемпионом стать»</b>	Развивать у детей интерес к спортивным состязаниям. Формировать стремление добиться цели (результата) – «добежать», «перепрыгнуть», «донести». Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом.	1. Бег с флажком до ориентира и назад. 2. Бег с мячом в руках до стула, мяч оставить на стуле, вернуться назад.	Построение в колонну. Перестроение парами. Ходьба в колонне по одному по залу. Бег по кругу, в прямом направлении в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Ветерок». ОРУ№13 Без предметов «Птичья зарядка»	«Чей кружок быстрее соберется» «Расслабление» - релаксация под речевое сопровождение	Кубики, ленточки и мячи среднего размера по количеству детей, стул, ориентиры, аудиозапись.
		82	<b>«Веселые игры для малышей»</b>	Учить детей выполнять правила в подвижных играх. Развивать интерес к ним, ловкость, быстроту. Воспитывать уверенность, самостоятельность, активность, любовь к занятиям спортом,	1.«Зайцы и волк» - (прыжки). 2.»Орел и птенчики».	Построение в колонну. Перестроение в круг. Ходьба враспынную. Кор-ые упр-ия: «Колобок». Бег по кругу в разных направлениях. Дых-ые упр-ия: «Ладшки». ОРУ№14 С ленточками «Разноцветные ленточки»	«Проползи до кубика». «Курочка и цыплята» - м/п - ходьба между кубиками.	Кубики, гим. скамейки, кегли.
		83	<b>«Веселые игры для малышей»</b>	Продолжать обучать детей совместным действиям в игре. Упражнять в прыжках на двух ногах, в умении передавать мяч друг другу. В подвижной игре «Ловишки» приучать детей бегать с замедлением и ускорением, увертываться от водящего различными способами. Развивать умение действовать по сигналу, сноровку, выдержку, выносливость, ловкость, правильную осанку. Воспитывать любовь к занятиям спортом, интереса к их результатам, внимание, активность, выразительность движений.	1.«Зайцы и волк» - (прыжки). 2.»Орел и птенчики». 3. «По ровненькой дорожке» - усложнение.	Построение в колонну. Перестроение в круг. Ходьба враспынную. Кор-ые упр-ия: «Колобок». Бег по кругу в разных направлениях. Дых-ые упр-ия: «Ладшки». ОРУ№14 С ленточками «Разноцветные ленточки»	«Проползи до кубика». «Курочка и цыплята» - м/п - ходьба между кубиками.	Кубики, гим. скамейки, кегли.

		84	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	<p>Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.</p>	<p>Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение в рассыпную. ОРУ №16 С платочком</p>	<p>«Воробушки и автомобиль» п/игра. «Пузырь» - м/п игра</p>	<p>Брусочки 5-6 шт., наклонная доска, платочки</p>
<b>Апрель</b>								
		85	<b>«Мальши-крепьши»</b>	<p>Учить ходьбе по ограниченной площади (доске), сохраняя равновесие. Упражнять в прокатывании мячей друг другу. Развивать координацию движений, смелость, быстроту реакции на сигнал, ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них,.</p>	<p>1. Ходьба по доске (положенной на пол), руки в стороны. 2. Катание мячей из и.п., сидя друг другу (6-8р)</p>	<p>Построение по росту в колонну. Перестроение в круг. Кор-ые упр-ия: «Великаны и гномы». Дых-ые упр-ия: «Часики», «Насос». ОРУ №15 Без предметов</p>	<p>«Огуречик, огуречик» «Поиграем!» - м/п игра.</p>	<p>Доска (длиной 2,5м), мячи на подгруппу детей.</p>
		86	<b>«Мальши-крепьши»</b>	<p>Продолжать учить при ходьбе и беге не наталкиваться друг на друга. Упражнять в прокатывании мячей друг другу. Развивать координацию движений, смелость, быстроту реакции на сигнал, ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них, участвовать в совместной деятельности со взрослым.</p>	<p>1. Ходьба по доске (положенной на пол), руки в стороны. 2. Катание мячей из и.п., стоя на коленях (6-8р) (усложнение)</p>	<p>Построение по росту в колонну. Перестроение в круг. Кор-ые упр-ия: «Великаны и гномы». Дых-ые упр-ия: «Часики», «Насос». ОРУ №15 Без предметов</p>	<p>«Огуречик, огуречик» «Поиграем!» - м/п игра.</p>	<p>Доска (длиной 2,5м), мячи на подгруппу детей.</p>

		87	<b>«Шутки-прибаутки»</b>	Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске. Учить прыгать через предметы; катать мяч друг другу. Развивать координацию движений, прыгучесть, учить помогать друг другу. Воспитывать внимание, желание заниматься, играть дружно.	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Катание мяча друг другу.	Ходьба и бег за воспитателем со сменой направления. Кор-ые упр -ия: «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Бег змейкой. Дых-ые упр-ия: «Пляска». ОРУ №18 С флажками	«Самолеты»  «Петрушка» - м/п игра	Гим. скамья, мячи среднего размера на подгруппу детей, ребристая доска, бруски.
		88	<b>«Веселые аттракционы»</b>	Учить детей бросать мешочек с песком вдаль. Упражнять детей в ползании на четвереньках «змейкой» между валиками. Развивать координацию движений, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать активность, выразительность движений.	1. Метание мешочка с песком вдаль правой и левой рукой. 2. Ползание на четвереньках «змейкой» м/ду валиками.	Построение в колонну по одному. Ходьба и бег между стульями. Кор-ые упр -ия: «Слушай внимательно». Дых-ые упр-ия: «Травушка растет». ОРУ №15 Без предметов	«Кошка и мышки» «Быстро возьми» - м/п игра.	Мешочки с песком, мат для прыжков, валики, кокошник – совы, обручи среднего размера.
		89	<b>«Веселые аттракционы»</b>	Продолжать учить детей бросать мешочек с песком в обруч. Закрепить умение детей ползать на четвереньках «змейкой» между валиками. Развивать координацию движений, ловкость, умение сохранять правильную осанку. Воспитывать активность, выразительность движений.	1. Метание мешочка с песком в обруч – <b>усложнение</b> . 2. Ползание на четвереньках «змейкой» м/ду валиками.	Построение в колонну по одному. Ходьба и бег между стульями. Кор-ые упр -ия: «Слушай внимательно». Дых-ые упр-ия: «Травушка растет». ОРУ №15 Без предметов	«Кошка и мышки» «Быстро возьми» - м/п игра.	Мешочки с песком, мат для прыжков, валики, кокошник – совы, обручи среднего размера.
		90	<b>«На прогулку в лес пойдем»</b>	Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному всей группой, прыгать на двух ногах из обруча в обруч. Развивать все группы мышц, быстроту реакции на сигнал, слуховое внимание. Воспитывать положительные эмоции к физическим упражнениям.	1. Ходьба между двумя линиями (по тропинке) (шнурами, расстояние 25см, длина 2,5 -3м). 2. Прыжки на двух из обруча в обруч - «Покажи мишке, как мы умеем прыгать» <b>усложнение</b> .	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба по ребристой доске. Дых-ые упр-ия: «Деревья качаются» Построение в круг ОРУ №3 Без предметов	«Солнышко и дождик» с усложнением «Поезд» - м/п игра.	Погремушки по количеству детей, 2 шнура (длиной 2,5-3м), зонт, ребристая доска.

		91	<b>«В гости к лесным зверям»</b>	Учить детей змейкой взявшись за руки; проходить в группировке в обруч. Упражнять в прыжках в длину с места через веревки, в подлезании под рейку. Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к физ.упражнениям, желание быть здоровым, дружелюбие.	1. Прыжки в длину с места через 2 веревки, положенные параллельно, - «прыгаем через канавку». 2. Подлезание под рейку, пройти в группировке в обруч.	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба и бег в быстром и медленном темпе. Дых-ые упр-ия: «Травушка колышется». Построение в круг. ОРУ №16 С платочком	«Дети и петух» «Зайка беленький сидит»-м/п игра.	2 веревки – д.2м., рейка, обручи, кубики, платочки
		92	<b>«В гости к лесным зверям»</b>	Продолжать учить детей ходить, бегать змейкой взявшись за руки; проходить в группировке в обруч. Закрепить умение прыгать в длину с места через веревки, в подлезании под рейку. Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к физ.упражнениям, желание быть здоровым, дружелюбие.	1. Прыжки в длину с места через 2 веревки, положенные параллельно, - «прыгаем через канавку». 2. Подлезание под рейку, пройти в группировке в обруч в руках кубик - <b>усложнение.</b>	Построение в шеренгу, в колонну по одному. Ходьба и бег в быстром и медленном темпе. Дых-ые упр-ия: «Травушка колышется». Построение в круг. ОРУ №16 С платочком	«Дети и петух» «Зайка беленький сидит»-м/п игра.	2 веревки – д.2м., рейка, обручи, кубики, платочки
		93	<b>«Малыши лягушатами стали»</b>	Обучать детей ползанию на четвереньках, изображая движения лягушат. Совершенствовать навыки и умения в подлезании под предметы. Продолжать учить правильно дышать. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них.	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Подлезание под шнур (высота 40-50см), расстояние 2,5м – «доползи до погремушки»	Ходьба и бег в колонне по одному, на носках, по-медвежьи. Дых-ые упр-ия: «Подуй на пальцы» Построение в круг ОРУ №3 Без предметов	«Забавные лягушата». «Кто тише» - м/п игра.	2 стойки, перекладина, шнур, погремушки на каждого ребенка
		94	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие	1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через	Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать.	«Воробушки и автомобиль» п/игра. «Пузырь» - м/п игра	Бруски 5-6 шт., наклонная доска, платочки

				на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.	препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.	Построение в рассыпную. ОРУ №16 С платочком			
		95	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.	1. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 2. Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся шагом. 3. Ходьба по наклонной доске.	Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей. Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение в рассыпную. ОРУ №16 С платочком	«Воробушки и автомобиль» п/игра. «Пузырь» - м/п игра	Брусочки 5-6 шт., наклонная доска, платочки	
		96	<b>«В гости к зайчику»</b>	Учить детей ходьбе по гимнастической скамье, упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать чувство равновесия, ловкость, совершенствовать умение передвигаться в определенном направлении. Воспитывать положительные эмоции.	1. Прыжки из обруча в обруч - «северные зайчики» 2. Ходьба по гимнастической скамье – «идем по мостику».	Ходьба, по кругу взявшись за руки, бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Шар лопнул». Построение в круг возле погремушки. ОРУ №4 С погремушками «Веселые погремушки»	«Зайка беленький сидит». «Найди свой домик»- м/п игра	Средние мячи (диаметр 20 – 25 см) по количеству детей, гимнастическая скамейка, 4 средних обруча, игрушка-зайчик	
Май									
		97	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	Диагностировать детей с целью выявления умения ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть, через бревно, лежащее на полу. Спрыгивать с небольшой высоты; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Развивать координацию движений, глазомер, гибкость, ловкость. Формировать умения и навыки правильного выполнения	1. Ползание, подлезание под натянутую веревку, перелезание через бревно, лежащее на полу. 2. Бросание и катание мяча друг другу.	Построение друг за другом. Ходьба и бег в колонне по одному и в рассыпную. Построение в рассыпную. ОРУ №17 Без предметов «Забавные малыши»	«Птички летают» «Волшебный сон» - релаксация под речевое сопровождение	Средние мячи, бревно, веревка со стойками	

				движений. Воспитывать положительный эмоциональный настрой, интерес к физическим упражнениям.	3. Спрыгивание с небольшой высоты.			
		98	<b>«Забавные малыши»</b>	Упражнять детей в метании мешочка с песком вдаль, в переступании обручей, в катании мяча. Развивать умение передвигаться в определенном направлении, реагировать на сигнал, координацию движений. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения в игре. Вызвать положительные эмоции, чувство радости и веселья.	1.«Кто дальше бросит мяч?» - метание маленького мяча правой и левой рукой. 2. «С кочки на кочку» - переступание из обруча в обруч. 3. «Догони мяч» - катание мяча.	Построение в шеренгу. Ходьба с изменением направления движения. Кор-ые упр -ия: «Деревца». Бег с остановкой на сигнал. Дых-ые упр-ия:«Подпрыгни и подуй». Построение в круг ОРУ№17 Без предметов «Забавные малыши»	«Поймай комара» «Котята на ковре и щенок» - м/п игра.	Мешочки с песком, обручи среднего размера, мяч среднего размера.
		99	<b>«Воробушки-попрыгунчики»</b>	Учить детей прыгать через линию, шнур. Упражнять в умении перелезть через бревно. Развивать умение сохранять равновесие, ловкость, координацию движений. Воспитывать внимание, желание заниматься, умение согласовывать движения.	1. Прыжки на обеих ногах через шнуры. 2. Перелезание через бревно.	Ходьба с остановкой по сигналу (удар в бубен). Бег обычный. Дых-ые упр-ия: «Цветок распускается». Построение в круг. ОРУ№5 Без предметов	«Воробушки и кот» Релаксация - «Зернышко»	Шнуры, бубен, флажки на каждого ребенка.
		100	<b>«Забавные малыши»</b>	Продолжать упражнять детей в метании мешочка с песком вдаль, в прыжках из обруча в обруч, в катании мяча. Развивать умение передвигаться в определенном направлении, реагировать на сигнал, координацию движений. Воспитывать умение поддерживать дружеские взаимоотношения в игре. Вызвать положительные эмоции, чувство радости.	1.«Кто дальше бросит мяч?» - метание маленького мяча правой и левой рукой. 2. «С кочки на кочку» - прыжки из обруча в обруч – <b>усложнение</b> . 3. «Догони мяч» - катание мяча.	Построение в шеренгу. Ходьба с изменением направления движения. Кор-ые упр -ия: «Деревца». Бег с остановкой на сигнал. Дых-ые упр-ия: «Подпрыгни и подуй». Построение в круг ОРУ№17 Без предметов «Забавные малыши»	«Поймай комара» «Котята на ковре и щенок» - м/п игра.	Мешочки с песком, обручи среднего размера, мяч среднего размера.
		101	<b>Диагностика двигательных качеств и умений детей</b>	Диагностировать детей с целью выявления физической подготовленности в умении ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух	Перешагивание через препятствие на полу (брусочки) чередующимся	Построение друг за другом в колонну. Ходьба и бег друг за другом, не наталкиваясь на детей.	«Самолеты» п/игра. «Кто тише» - м/п игра	Брусочки 5-6 шт., наклонная доска.

				ногах, с продвижением вперед; в перешагивании через препятствие на полу чередующимся шагом; ходить по наклонной доске. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать отзывчивость на слова взрослого.	шагом. 3. Ходьба по наклонной доске. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед.	Выполнять одновременно два действия: хлопать и топать. Построение врассыпную. ОРУ №7 Без предметов		
		102	<b>«В гостях у бабушки Маруси»</b>	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение дружно играть, помогать друг другу, интерес к физическим упражнениям.	1. Бросание и ловля мяча (педагог бросает ребенку мяч обеими руками снизу, называя имя ребенка) 2. Ходьба по наклонной доске – доползти на четвереньках до собачки.	Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне с выполнением заданий для ног. Кор–ые упр –ия: «Лисички». Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Петушок». Построение врассыпную. ОРУ№18 С флажками	«Курочка-хохлатка» « Жучок-паучок»- м/п игра, динамическая игра «Козлик»	По одному платочку на каждого ребенка, мяч средней величины наклонная доска, игрушка – собачка.
		103	<b>«В гостях у бабушки Маруси»</b>	Учить детей бросать мяч вверх и ловить его. Закрепить умение ходить по наклонной доске и ползать на четвереньках. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать умение дружно играть, помогать друг другу, интерес к физическим упражнениям.	1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками – <b>усложнение</b> . 2. Ходьба по наклонной доске – доползти на четвереньках до собачки.	Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне с выполнением заданий для ног. Кор–ые упр –ия: «Лисички». Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Петушок». Построение врассыпную. ОРУ№18 С флажками	«Курочка-хохлатка» « Жучок-паучок»- м/п игра, динамическая игра «Козлик»	По одному платочку на каждого ребенка, мяч средней величины наклонная доска, игрушка – собачка.
		104	<b>«Шутки-прибаутки»</b>	Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске. Учить прыгать через предметы; катать мяч друг другу. Развивать координацию движений, прыгучесть, учить помогать друг другу. Воспитывать внимание, желание заниматься, играть дружно.	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Катание мяча друг другу.	Ходьба и бег за воспитателем со сменой направления. Кор–ые упр –ия: «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Бег змейкой. Дых-ые упр-ия: «Пляска». ОРУ №18 С флажками	«Самолеты» «Петрушка» - м/п игра	Гим. скамья, мячи среднего размера на подгруппу детей, ребристая доска, бруски.

		105	«Дружные ребята»	Обучать детей слезать, спрыгивать с невысоких предметов; влезать на предмет. Развивать силовые способности, смелость, уверенность в себе. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, взаимопонимание.	1. Влезание на куб, спрыгнуть. 2. Лазание по лесенке-стремянке.	Ходьба в колонне по одному между кубами. Бег в колонне по одному. Дых-ые упр-ия: «Лес шумит». ОРУ№9 Без предметов «В лесу»	«Лохматый пес». «Где спряталась белочка?» - м/п игра	Кубы, лесенка-стремянка, игрушка-белочка обрuchi.
		106	«Шутки-прибаутки»	Закрепить умение ходить по ребристой доске. Продолжать учить детей катать мяч друг другу, стоя на коленях. Развивать координацию движений, прыгучесть, учить помогать друг другу. Воспитывать внимание, желание заниматься, играть дружно.	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Катание мяча друг другу стоя на коленях - <b>усложнение.</b>	Ходьба и бег за воспитателем со сменой направления. Кор-ые упр-ия: «Ах, ладошки, вы, ладошки!». Бег змейкой. Дых-ые упр-ия: «Пляска». ОРУ №18 С флажками	«Самолеты»  «Петрушка» - м/п игра	Гим. скамья, мячи среднего размера на подгруппу детей, ребристая доска, бруски.
		107	«Как у курочки-хохлатки»	Учить детей прыгать в длину с места через две параллельные веревки. Упражнять умение ходить по гимнастической скамейке, совершенствовать прыжок в длину с места. Развивать чувство равновесия, прыгучесть. Воспитывать смелость, выдержку, внимание.	1. Ходьба по гимнастической скамейке по одному друг за другом 2 – 3 р. 2. Прыжки в длину с места через 2 параллельные веревки, положенные на расстоянии 15 – 20 см. (4 – 5 раз).	Ходьба и бег между обручами, разложенными врассыпную на полу. Построение врассыпную. Дых-ые упр-ия: «Хлопушка». ОРУ №19 Без предметов	«Как у курочки-хохлатки» «Найди цыпленка» - м/п игра.	Платочки по количеству детей, 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 длинные веревки, кубики.
		108	«Как у курочки-хохлатки»	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, совершенствовать прыжок в длину с места. Развивать чувство равновесия, прыгучесть. Воспитывать смелость, выдержку, внимание.	1. Ходьба по гимнастической скамейке по одному друг за другом в руках кубик – <b>усложнение.</b> 2. Прыжки в длину с места через 2 параллельные веревки, положенные на расстоянии 15 – 20 см. (4-5раз).	Ходьба и бег между обручами, разложенными врассыпную на полу. Построение врассыпную. Дых-ые упр-ия: «Хлопушка». ОРУ №19 Без предметов	«Как у курочки-хохлатки» «Найди цыпленка» - м/п игра.	Платочки по количеству детей, 1 – 2 гимнастические скамейки, 2 длинные веревки, кубики.