

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 49»**

623270, Свердловская область, г. Дегтярск, ул. Куйбышева, д. 20 тел. 8(343-97) 60049, 60048
e-mail: mdou49ds@mail.ru

Принято:
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад № 49»
Протокол от 01.09.2025г. № 16

Утверждено:
Приказом МБДОУ «Детский сад № 49»
от 12.09.2025г. № 197/1
Заведующий В.Р. Хакимзянова



**Календарно-тематическое планирование по физической культуре
Подготовительная группа на 2025-2026 учебный год**

Инструктор по физической культуре
Конюхова Ольга Леонидовна

Дегтярск, 2025

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре
подготовительный дошкольный возраст**

СЕНТЯБРЬ

<i>Задачи</i>	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с чётким фиксированием поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координации движения в прыжке с доставанием до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнения на перебрасывании мяча и подлезание под шнур; прыжки на двух ногах.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	<p>Социально-коммуникативное развитие: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений, формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время проведения прыжков с разбега с доставанием до предмета.</p> <p>Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время прыжков через шнур.</p> <p>Речевое развитие: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закалывания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
<i>1-я часть: Вводная</i>	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук; с чётким поворотом на углах; бег (до 60с.); перестроении в колонну по двое.			
<i>ОРУ</i>	Без предметов	С флажками	С малым мячом	С гимнастической палкой
<i>№ занятия</i>	1-3	4-6	7-9	10-12
<i>2-я часть: Основные виды движений</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове; руки свободно балансируют, помогая сохранять устойчивое равновесие. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры (6-8 шнуров, расстояние между шнурами 40 см.). 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая через набивные мячи, руки на пояс. 5. Прыжки на двух ногах через набивные мячи. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу, двумя руками из-за головы. 3. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его. 4. Прыжки на двух ногах между предметами. 5. Упражнение в ползании – «крокодил». Один ребенок занимает положение в упоре лежа на согнутых руках, второй берет первого руками за щиколотки. По сигналу, дети передвигаются вперед, перебирая руками по полу. Затем меняются местами. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков. 2. Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 3. При ходьбе по скамейке поднимая прямую ногу – хлопнуть под коленом в ладоши, опуская ногу – развести руки в стороны. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот вокруг себя, затем пройти дальше. 5. Ползание по гимнастической скамейке по-медвежьи. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине скамейки присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пройти дальше. 3. Прыжки из обруча в обруч. 4. Лазанье в обруч, который держит партнер, правым и левым боком в группировке. 5. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи.
<i>Подвижные игры</i>	«Догони свою пару» «Ловишки»	«Не оставайся на полу» «Совушка»	«Удочка» «Совушка»	«Не попадись» «Круговая лапта»
<i>Мало – подвижные игры</i>	«Вершки и корешки»	«Летает - не летает»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному «Фигуры»

ОКТАБРЬ

Задачи	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу; с высоким подниманием колен; со сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в спрыгивании со скамейки; в переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить: прыжки вверх из глубокого приседа.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	Социально-коммуникативное развитие: побуждать детей оценивать свои действия во время подвижных игр, учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале, формировать навыки ориентирования на местности (на территории детского сада), безопасного поведения во время подвижной игры. Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время прыжков через шнур, считать до 3 при перестроении в три колонны. Речевое развитие: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу соблюдения режима дня. Художественно-эстетическое развитие: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; «змейкой», с перешагиванием через предметы; высоко поднимая колени; со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между предметами. Бег в среднем темпе до 1,5 мин. Перестроение в 2 колонны.			
ОРУ	Без предметов	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом
№ занятия	13-15	16-18	19-21	22-24
2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше. 2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры (6-8 шнуров). 3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 5. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева, продвигаясь вперед, используя взмах рук. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (высота 40 см.). 2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. 3. Ползание на ладонях и ступнях (посредвежье) в прямом направлении. 4. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед и забрасывание мяча в корзину двумя руками. 5. Лазанье в обруч прямо и боком в группировке. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). 2. Ползание по гимнастической скамейке, хват рук с боков. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками. 4. Ведение мяча между предметами. 5. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой мяч. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой мяч под дугой или шнуром. 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг. 4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 5. Прыжки на двух ногах между предметами.
Подвижные игры	«Перелет птиц» «Не попадись»	«Не оставайся на полу» «Совушка»	«Удочка» «Не попадись»	«Удочка» «Ловишки с ленточками»
Мало – подвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Эхо» Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному «Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному «Эхо»

НОЯБРЬ

Задачи	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами, с преодолением препятствий; «змейкой», между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролёт гимнастической стенки. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; ползании по скамейке с мешочком на спине; в равновесии.
---------------	---

Организация детской деятельности

Виды интеграции образовательных областей.	<p>Социально-коммуникативное развитие: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений, формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности.</p> <p>Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время метания в горизонтальную цель.</p> <p>Речевое: поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку, проводить подвижную игру под текст стихотворения «Затейники»</p>			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному; враспынную; парами; с ускорением; «змейкой» между предметами; с преодолением препятствий; по канату; перестроение в колонне по два в движении; бег в среднем темпе до 1,5 мин.; ходьба с выполнением заданий для рук.			
ОРУ	Без предметов	С короткой скакалкой	С кубиком	Без предметов
№ занятия	25-27	28-30	31-33	34-36
2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по канату боком приставным шагом: пятки на полу, носки на канате. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры (6-8 шт.) подряд без паузы. 3. Эстафета с мячом «Мяч водящему» 4. Броски мяча в корзину двумя руками (баскетбольный вариант). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. 4. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая мяч головой. 5. Эстафета – передача мяча в шеренгах. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом. 2. Лазанье под дугу. 3. Метание мешочков в горизонтальную цель. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 5. Ходьба на носках между набивными мячами, руки за голову. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет. 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, энергично отталкиваясь от пола. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше. 4. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол. 5. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).
Подвижные игры	«Догони свою пару» «Мышеловка»	«Фигуры» «Не оставайся на полу»	«Перелет птиц» «По местам»	«Фигуры» «Хитрая лиса»
Мало – подвижные игры	«Угадай чей голосок?»	Игра по выбору детей «Затейники»	«Летает – не летает»	Ходьба в колонне по одному

ДЕКАБРЬ

Задачи	Закреплять навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий; парами; перестроение с одной колонны в 2 и 3; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках; при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах. В ползании по гимнастической скамейке; в лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнений на равновесие.
---------------	---

Организация детской деятельности

Виды интеграции образовательных областей.	<p>Социально-коммуникативное развитие: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие), учить убирать физкультурный инвентарь и оборудование после проведения физкультурных упражнений и игр. Учить правилам использования физкультурного инвентаря.</p> <p>Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по расположению в пространстве во время игровых заданий.</p> <p>Речевое развитие: обсуждать пользу закаливания и физической культуры.</p>
--	--

	Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку, проводить подвижную игру под текст стихотворения «Два мороза».			
<i>1-я часть: Вводная</i>	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроения в ходьбе «один- два»; бег врассыпную, с преодолением препятствий (6-8 брусков,) между набивными мячами.			
ОРУ	В парах	Без предметов	С малым мячом	Без предметов
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12
2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 4. Переброска мячей друг другу двумя руками снизу, от груди и из-за головы. 5. Прыжки на правой и левой ноге вправо и влево вдоль шнура. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге. 2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне». 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях. 4. Прокатывание мяча между предметами. 5. Лазанье под шнур правым и левым боком в группировке. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков. 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 4. Перебрасывание мячей в парах (способ – по выбору детей). 5. Прыжки со скамейки на мат. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (по – медвежьей). 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. 4. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз, не пропуская реек. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки за голову.
<i>Подвижные игры</i>	«Хитрая лиса» «Совушка»	«Салки с ленточкой» «Стой!»	«Попрыгунчики - воробышки» «Лягушки и цапля»	«Хитрая лиса»
<i>Мало – подвижные игры</i>	Ходьба в колонне по одному	«Эхо»	Ходьба в колонне по одному «Летает - не летает»	Ходьба в колонне по одному «Эхо»

ЯНВАРЬ

Задачи	Повторить: ходьбу приставным шагом; прыжки на мягкое покрытие; метание мешочков. Закрепить; перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения, переползание по скамейке, развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	Социально-коммуникативное развитие: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений, формировать навыки сознательного выполнения правил безопасности. Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время перешагивания через набивные мячи. Речевое развитие: поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека. Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку, проводить игры и упражнения под тексты стихотворений.			
<i>1-я часть: Вводная</i>	Ходьба: в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно; перестроение в колонну по два; в чередовании с бегом, «змейкой»; в полуприседе, врассыпную. Бег: «змейкой»; с поворотом на сигнал; с высоким подниманием колен. Повороты налево, направо.			
ОРУ				

	С гимнастической палкой	С кубиком	С малым мячом	Со скакалкой
№ занятия	13-15	16-18	19-21	22-24
2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове, руки произвольно. 2. Прыжки через препятствия с энергичным взмахом рук. 3. Ведение мяча с продвижением вперед. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. 5. Прокатывание мяча между предметами. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места. 2. «Поймай мяч». Дети образуют тройки. Двое перебрасывают мяч друг другу, а третий игрок находится между ними и старается поймать мяч или коснуться его. 3. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая мяч вперед головой. 4. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол. 5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 2. Лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики. 4. Переброска мячей друг другу. Дети одной шеренги бросают мяч одной рукой, а дети второй шеренги ловят его после отскока о пол. 5. Ходьба на носках между предметами, руки на пояс. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 2. Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку. 4. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч, без паузы.
Подвижные игры	«День и ночь» «Два Мороза»	«Совушка» «Два Мороза»	«Удочка» «Два Мороза»	«Паук и мухи»

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; в прыжках и бросании малого мяча; в ходьбе и беге с изменением направления; в ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять; равновесие; осанку при ходьбе на повышенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движения. Развивать; ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	<p>Социально-коммуникативное развитие: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале во время прыжков на скакалке, перебрасывании мячей, лазанье по г. стенке, подвижной игры.</p> <p>Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием через набивные мячи, ходьбе на носках между набивными мячами.</p> <p>Речевое развитие: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-я часть: Вводная	Ходьба с выполнением задания в форме игры «Река и ров»; с изменением направления; между предметами; врассыпную; бег в умеренном темпе до 1,5 мин.; перестроение в колонну по 2.			
ОРУ	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов	С мячом
№ занятия	25-27	28-30	31-33	34-36

2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. 3. Прыжки на двух ногах через шнуры, без паузы. 4. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 5. Прыжки между предметами на правой ноге, затем на левой ноге. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2. Переброска мячей друг другу, двумя руками от груди. 3. Лазанье под дугу прямо и боком. 4. Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге, используя энергичный взмах рук. 5. Ползание между предметами на ладонях и коленях. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет и спуск вниз. 2. Ходьба парами по стоящим рядом параллельно стоящим скамейкам, держась за руки, свободная рука на поясе. 3. Метание мешочков правой и левой рукой в обручи, лежащие на полу. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание на четвереньках между предметами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг. 3. Прыжки из обруча в обруч без паузы. 4. Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет и спуск вниз. 5. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.
Подвижные игры	«Ключи» «Два Мороза»	«Не оставайся на полу» «Затейники»	«Не попадись» «Карусель»	«Жмурки» «Карусель»
Мало – подвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Угадай, чей голосок?»

МАРТ

Задачи	Закрепить: навык ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонне по одному и по два (в движении); лазание по гимнастической стенке. Упражнять; в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до 3 мин. Развивать: координацию движений в упражнении с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	<p>Социально-коммуникативное развитие: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, учить детей постоянно и своевременно поддерживать порядок в физкультурном зале, формировать навыки безопасного поведения во время проведения прыжков из обруча в обруч, прыжков в длину с места,</p> <p>Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время прыжков на двух ногах вдоль шнура, из обруча в обруч.</p> <p>Речевое развитие: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности, обсуждать пользу закаливания и занятий физической культурой.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку.</p>			
1-я часть: Вводная	Ходьба и бег в чередовании (х-10м, б-20м); враспынную; строевые упражнения; перестроение в колонне по два в движении; в колонне по одному. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на «1-2-3»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой».			
ОРУ	С малым мячом	С флажками	С гимнастической палкой	Без предметов
№ занятия	1-3	4-6	7-9	10-12

2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу – на середине разойтись таким образом, чтобы сохранить равновесие. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, способом ноги врозь, ноги вместе. 3. «Передача мяча в шеренге». Дети становятся в несколько шеренг. У игрока, стоящего первым в руках мяч. По сигналу, игрок ударяет мяч о пол, ловит его двумя руками, передает следующему. Игрок, стоящий последним, также ударяет мяч о пол и передает его обратно. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной. 5. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. 2. Перебрасывание мяча через сетку двумя руками и ловля его после отскока от пола. 3. Ползание под шнур, не касаясь руками пола. 4. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге. 5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание на четвереньках в прямом направлении. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют. 4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 5. Ходьба между предметами с мешочком на голове. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье на гимнастическую стенку. 2. Ходьба по прямой, перешагивая через набивные мячи, руки за головой. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур. 5. Прыжки через короткую скакалку.
Подвижные игры	«Ключи» «Совушка»	«Затейники» «Охотники и утки»	«Волк во рву» «Горелки»	«Совушка» «Удочка»
Мало – подвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному «Эхо»	Ходьба в колонне по одному «Передача мяча в шеренге»

АПРЕЛЬ

Задачи	Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры; ходьбе по кругу во встречном направлении «Улитка». Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; равновесие; прыжки через короткую скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	Социально-коммуникативное развитие: поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки во время выполнения физических упражнений, формировать навыки сознательного выполнения правил безопасности. Речевое развитие: поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека. Художественно-эстетическое развитие: вводить элементы ритмической гимнастики, проводить игры и упражнения под музыку.			
1-я часть: Вводная	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; с изменением направления движения; «Улитка» - ходьба в 2 круга во встречном направлении; бег со средней скоростью (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба в рассыпную, по сигналу построение в колонне по одному.			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимнастических скамейках
№ занятия	13-15	16-18	19-21	22-24

2-я часть: Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. 3. Переброска малого мяча, один ребенок бросает мяч одной рукой от плеча в пол, второй ребенок ловит его двумя руками после отскока от пола. 4. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, на середине скамейки присесть, руки вынести вперед, подняться и пройти дальше. 5. Прыжки через короткую скакалку. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с разбега. 2. Броски мяча друг другу в парах, способ произвольный. 3. Ползание на четвереньках по прямой. 4. Эстафета с мячом «Передал – садись». 5. Лазанье под шнур в группировке. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. 5. Прыжки через короткую скакалку. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бросание мяча друг другу. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно. 5. Игровое упражнение «догони пару».
Подвижные игры	«Хитрая лиса» «Охотники и утки»	«Мышеловка» «Горелки»	«Затейники»	«Салки с ленточкой» «Горелки»
Мало – подвижные игры	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному между предметами

МАЙ

Задачи	Разучить: бег со средней скоростью до 100 м . Упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторить: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча.			
Организация детской деятельности				
Виды интеграции образовательных областей.	<p>Социально-коммуникативное развитие: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие), формировать навыки безопасного поведения во время выполнения прыжков в длину с разбега, в прыжках через скакалку, в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>Познавательное развитие: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время метания в горизонтальную цель.</p> <p>Речевое развитие: поощрять проговаривание действий и название упражнений в процессе двигательной деятельности, обсуждать влияние прогулок на свежем воздухе на здоровье человека.</p> <p>Художественно-эстетическое развитие: проводить игры и упражнения под музыку, проводить подвижную игру под текст стихотворения «Мышеловка».</p>			
1-я часть: Вводная ОРУ	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьба и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.			
	С обручем	С мячом	Без предметов	С гимнастическими палками
№ занятия	25-27	28-30	31-33	34-36

<p>2-я часть: Основные виды движений</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. 2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед. 3. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока. 4. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине скамейки разойтись, помогая друг другу. 5. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места. 2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола. 4. Прыжки в длину с разбега. 5. Метание мешочков в вертикальную цель. (Расстояние до цели 3-4 метра) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков на дальность. 2. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 4. Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола. 5. Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки за головой. 3. Прыжки на двух ногах между предметами. 4. Ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом с мешочком на голове. 5. Прыжки между предметами на правой и левой ноге.
<p><i>Подвижные игры</i></p>	<p>«Совушка»</p>	<p>«Горелки» «Мышеловка»</p>	<p>«Воробьи и кошка» «Горелки»</p>	<p>«Охотники и утки» «Не оставайся на полу»</p>
<p><i>Мало – подвижные игры</i></p>	<p>«Великаны и гномы»</p>	<p>«Летает – не летает»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>	<p>«Летает – не летает»</p>