


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЗОЛУШКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОЯБРЬСК**


РАССМОТРЕНО

на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от 30.08.2019 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель заведующего
 Г.М. Фомина
от 30.08.2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ
«Золушка»
 Л.Г. Жукова
от 30.08.2019 г.



Образовательная область «Физическое развитие»

Рабочая программа по образовательному компоненту

«Физическая культура»

для второй младшей группы общеразвивающей направленности

(непрерывной образовательной деятельности в неделю – 3,
непрерывной образовательной деятельности в год – 111)

Составитель: А.А. Иванова,
инструктор по физической
культуре МАДОУ «Золушка»

2019 - 2020
учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура» образовательной области «Физическое развитие» для детей второй младшей группы составлена в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МАДОУ «Золушка».

Рабочая программа ориентирована на использование **учебно-методического комплекта:**

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет

3. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

Реализация рабочей программы осуществляется в рамках непрерывной образовательной деятельности по физической культуре 3 раза в неделю (111 раз в год), длительность одной непрерывной образовательной деятельности составляет 15 минут, в соответствии с действующими СанПиН.

Сопутствующие формы образовательной деятельности:

- утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна,
- организация спортивных развлечений и досугов,
- день здоровья;
- подвижные игры и упражнения в самостоятельной двигательной деятельности,

Основные цели и задачи психолого-педагогической работы:

- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни;
- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- 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.

Задачи по основной программе:

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры.

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Дополнительные задачи по обновлению содержания образования: повышение мотивации двигательной активности детей путем использования дыхательной двигательной гимнастики, гимнастики для глаз, коррекционных упражнений для профилактики плоскостопия, формирования правильной осанки.

Новизна программы. Основное содержание рабочей программы составляют физические упражнения и игры, овладение которыми помогают детям освоить основные виды движения. Программа ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения малышей к непрерывной образовательной деятельности по физической культуре, стремлению к тому, чтобы упражнения и игры доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, правильному выполнению движений.

Особенности организации образовательного процесса. В рабочей программе также заложены особенности образовательного процесса, предусмотренного стандартом формирования у воспитанников общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. Вся деятельность проходит в игровой форме.

Программа составлена с учетом материально-технической оснащенности детского сада, национальных традиций региона. *Национально-региональный компонент* будет реализовываться как часть непрерывной образовательной деятельности в некоторых темах в виде подвижных игр коренных народов Крайнего Севера.

Программа является актуальной, так как предложенные в ней методы и приемы способствуют развитию физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); дальнейшему накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями) и формированию у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Особенности образовательного процесса предполагают различные виды и формы работы с детьми: подвижные игры, игровые упражнения и задания.

Принципы отбора основного и дополнительного содержания связаны с преемственностью целей образования при переходе от одной возрастной группы к другой.

Тематический план

№	Тема (раздел)	Количество непрерывной образовательной деятельности	в том числе: практической НОД
1.	Ходьба, бег	111	111
2.	Равновесие	48	48
3.	Прыжки	53	53
4.	Бросание, ловля, метание	56	56
5.	Ползание, лазанье	47	47
6.	Общеразвивающие упражнения	111	111
7.	Диагностика	4	4

Требования к уровню возможных достижений воспитанниками второй младшей группы общеразвивающей направленности планируемых результатов в освоении образовательного компонента «Физическая культура»

К концу учебного года ребенок:

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)	<ul style="list-style-type: none"> – энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; – проявляет ловкость в челночном беге; – умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.
Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)	<ul style="list-style-type: none"> – сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; – может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом; – умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; – может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; – метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	<ul style="list-style-type: none"> – принимает участие в совместных играх и физических упражнениях; – проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время; – проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности; – проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед); – проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Содержание работы по освоению образовательного компонента «Физическая культура» воспитанниками второй младшей группы общеразвивающей направленности

Основные движения	
Ходьба	<p>Упражнять в ходьбе на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Упражнять в ходьбе по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Развивать умение ходить по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.</p>
Бег	<p>Развивать умение бегать на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, враспынную; упражнять в беге с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).</p>

Ползание и лазанье	Упражнять в умении ползать на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; в подлезании под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; развивать умение пролезать в обруч; в перелезании через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).
Прыжки	Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.
Бросание, ловля, метание	Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Развивать умение ловить мяч, брошенный воспитателем (расстояние 70-100 см). Упражнять в бросании мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).
Строевые упражнения	Развивать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг; умение перестраиваться в колонну по два, враспынную; размыкание и смыкание обычным шагом; выполнять повороты на месте направо, налево переступанием.
Ритмическая гимнастика	Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.
Подвижные игры	
С бегом	«Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мышии кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».
С прыжками	«По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку»
С подлезанием и лазаньем	«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».
С бросанием и ловлей	«Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».
На ориентировку в пространстве	«Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Способы проверки освоения воспитанниками содержания образования по образовательному компоненту «Физическая культура».

Мониторинг детского развития и образовательного процесса проводится два раза в год (сентябрь, апрель – май) инструктором по физической культуре МАДОУ.

Методика проведения педагогической диагностики.

Вовторой младшей группе проводится обследование основных видов движений. Для того, чтобы обнаружить улучшение качественных и количественных показателей основных видов движений каждого ребенка и всей группы в целом, применяются контрольные упражнения:

Скоростно-силовые качества: прыжки в длину с места.

Силовые качества: метание набивного мяча (вес 1 кг), метание мешочка с песком правой (левой) рукой на дальность.

Скоростные качества: бег на 10 м с хода.

Гибкость: наклон туловища вперед.

Контрольные упражнения должны быть:

- доступными для выполнения детьми, соответствовать анатомо-физиологическим и психологическим особенностям детей данного возраста;

- отличаться простотой и четкостью получения результатов при обследовании;
- проводиться в виде игровых заданий, создавая этим у детей заинтересованность, радость.

При проведении контрольных упражнений учитывается, что ребенок может отказаться выполнять задание (особенно в начале учебного года), и инструктор по физической культуре, по желанию детей, помогает справиться с заданием: поддерживает за руку, идет рядом.

Обследование проводится в знакомых им и привычных условиях: в спортивном зале или на групповом участке детского сада. Одновременно в обследовании участвует не более 3-5 детей. Перед обследованием инструктор по физической культуре сам показывает, как выполнить задание. Если ребенок (особенно в начале учебного года) стесняется один выполнять контрольные упражнения, можно предложить ему действовать и вместе с другим, более активным ребенком или вместе с инструктором по физическому развитию. При этом незаметно фиксируется результат движений ребенка и показания заносятся в протокол.

Скоростно-силовые качества:

Прыжок в длину с места

Проводится в спортивном зале, желательно на резиновой дорожке с разметкой. Ребенок становится на линию отталкивания, не переступая ее ногами. Ноги расставлены на ширину плеч, выполняется взмах руками. Попытка дается 2-3 раза. Учитывается лучший результат, который определяется по месту касания дорожки пятками. При потере равновесия (шаг назад, касание руками пола, падение и т.д.) результат не засчитывается. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата) разместить 3 флажка и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них.

Силовые качества:

Метание набивного мяча (весом 1 кг) стоя у черты – способом из-за головы двумя руками

Ребенок встает у контрольной линии, берет мяч и бросает его как можно дальше, при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног ребенка не должны отрываться от пола. Ребенок делает 2-3 броска, фиксируется лучший результат.

Метание мешочка с песком правой (левой) рукой на дальность

Коридор для метания должен быть шириной не менее 3 м и длиной 15-20 м. По команде педагога ребенок подходит к линии, из исходного положения стоя производит бросок мячом одной рукой из-за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из 3 попыток. Вес мешочка 200 гр.

Скоростные способности:

Бег на 10 м с хода.

На беговой дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6-7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет – кегля, кубик), чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки.

Ребенок по команде «На старт!» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его, когда ребенок добежит до линии финиша. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 минут. Фиксируется лучший результат.

Выносливость:

Оборудование. Готовится беговая дорожка (дистанция 200 м).

Инструктор выполняет с детьми несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног. Затем дети встают на линию старта и по команде «Марш!», вместе с воспитателем стайкой бегут к линии финиша. Инструктор с протоколом переходит на линию финиша.

Количественный показатель выносливости: время в секундах, затраченное на выполнение задания.

Качественные показатели: небольшой наклон туловища, голова прямо; руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед-внутри; вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-70); прямолинейность, ритмичность бега.

Гибкость:

Оценивается при помощи упражнения наклона туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой 20-25 см. Для измерения глубины наклона линейку прикрепляют таким образом, чтобы нулевая отметка соответствовала уровню плоскости опоры. Если ребенок не дотягивается кончиками пальцев до нулевой отметки, то результат определяется со знаком (-). При выполнении упражнения ноги в коленях сгибаться не должны (воспитатель придерживает слегка колени ребенка). Крайнее положение следует удерживать в течение 2 секунд.

Средние возрастно-половые значения показателей развития физических качеств детей 4 года

Показатели	Пол	Возраст
		4 года
Скорость бега на 10 м, с	Мальчики	3,0-2,3
	Девочки	3,2-2,4
Скорость бега на 30 м, с	Мальчики	9,8-7,9
	Девочки	10,2-7,9
Дальность броска мячавесом 1 кг, см	Мальчики	125-205
	Девочки	110-190
Длина прыжка с места, см	Мальчики	64-92
	Девочки	60-88
Дальность броска мешочка с песком правой рукой, м	Мальчики	2,5-4,0
	Девочки	2,5-3,5
Дальность броска мешочка с песком левой рукой, м	Мальчики	2,0-3,5
	Девочки	2,0-3,0
Наклон туловища вперед сидя, см	Мальчики	3-5
	Девочки	5-8
Продолжительность бега в медленном темпе, мин	Мальчики	1,0
	Девочки	1,0

Критерии оценки уровней физической подготовленности детей 3-4 года

Низкий: Ребенок неуверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок детей и собственные. Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений. Не обращает внимание на качество движений. Интерес к физическим упражнениям низкий.

Средний: Ребенок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения

сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правил не нарушает, но интереса к самостоятельной организации не проявляет.

Высокий: Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

Протокол диагностики ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

№ п п	Показатели Ф.И.О. ребёнка	Возраст	1	2	3	4	5	6	7	Общий уровень двигательной активности
			Скорость бега на 10 м, с	Длина прыжка с места, см	Дальность броска мешочка с песком правой рукой, м	Дальность броска мешочка с песком левой рукой, м	Наклон туловища вперёд сидя, см	Продолжительн ость бега в медленном темпе, мин	Дальность броска мяча весом 1кг	
Общий уровень овладения:	<i>Выше среднего</i>									чел %
	<i>Средний</i>									чел %
	<i>Ниже среднего</i>									чел %

Литература и средства обучения

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3 – 7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2015.

Доскин В.А., Голубева Л.Г. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры. – М.: Просвещение, 2006.

Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры. – М.: Просвещение, 2002.

Детские подвижные игры народов СССР: пособие для воспитателя дет. сада / Сост. А.В. Кенеман; под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1989.

Завьялова Т.П., Стародубцева И.В. Методические рекомендации к мониторингу физической подготовленности дошкольников. – Тюмень: «Вектор Бук», 2004.

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. ТЦ Сфера, 2007.

Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: «Просвещение», 1972.

Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. – М.: Линка – пресс, 2000.

Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – М.: Просвещение, 1986.

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2015.

Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2 – 7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2015.

Технические средства: компьютер, музыкальный центр, музыкальная фонотека.

Средства обучения: наглядные пособия: схемы ОРУ, схемы ОВД.

Оборудование: мячи разного размера; обручи; гимнастические скамейки; гимнастические палки; маты; модули разного размера; мешочки для метания; теннисные мячики; дуги для подлезания; мишени; стойки; ориентиры; мячи-хоппы; веревки; канат; гимнастические стенки; гимнастические доски; корзины; ленты; корригирующие и массажные дорожки.

**Календарно-тематический планирование по образовательному компоненту «Физическая культура»
во второй младшей группе общеразвивающей направленности**

Месяц	№ НОД	Дата		Тема, тип НОД	Задачи	Содержание непрерывной образовательной деятельности		Игры	Оборудование
		по плану	по факту			Построение, ходьба, бег	ОРУ ОВД		
Сентябрь	№ 1			Диагностическое <i>Что у тебя Настя есть в спортивном зале</i>	Обследование скоростных качеств	Ходьба и бег в прямом направлении	ОРУ без предметов ОВД: 1. Бег на скорость, 10 м 2. Бег на скорость, 30 м	П/и «Пойдем в гости», «Бегите ко мне».	Секундомер, ориентиры
	№ 2			Диагностическое	Обследование скоростно-силовых качеств и выносливости	Ходьба и бег в прямом направлении	ОРУ без предметов ОВД: 1. Продолжительный бег в медленном темпе. 2. Прыжки с места.	П/и «Пойдем в гости»	Секундомер, ориентиры, коврик с разметкой
	№ 3			Диагностическое	Обследование силовых качеств	Ходьба и бег в прямом направлении	ОРУ без предметов ОВД: 1. Бросок вдаль мешочка с песком правой рукой. 2. Бросок вдаль мешочка с песком левой рукой.	П/и «Найди свой домик»	Мешочки, гимнастическое бревно
	№ 4			Диагностическое	Обследование силовых качеств и гибкости	Ходьба и бег в прямом направлении	ОРУ без предметов ОВД: 1. Наклон туловища вперед сидя. 2. Бросок мяча весом 1кг.	П/и «Найди свой домик»	Набивной мяч, коврик с разметкой

	№ 5		Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем.	Ходьба и бег в прямом направлении	ОРУ без предметов. ОВД: 1. Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза). 2. Игровое задание «Птички».	П/и «Найдем птичку»	
	№ 6		Игровая	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем.	Ходьба и бег в прямом направлении	Игровые упражнения. 1. «Пузырь» 2. «Мой весёлый звонкий мяч»	П/и «Найдем птичку»	Мячи по количеству детей
	№ 7, 8		Сюжетное «По следам колобка»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Ворона!» — надо остановиться, сказать: «Кар-кар-кар!» — и продолжить ходьбу. По сигналу педагога: «Стрекозы!» — легкий бег, расставив руки в стороны — «расправили крылышки».	ОРУ с мячом. ОВД: Прокатывание мячей. «Прокати и догони	П/и «Лиса»	Мячи по количеству детей
			Традиционная					
№ 9		Игровая	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Ворона!» — надо остановиться, сказать: «Кар-кар-кар!» — и продолжить ходьбу. По сигналу педагога: «Стрекозы!» — легкий бег, расставив руки в стороны — «расправили крылышки».	Игровые упражнения ОВД: 1.«Пойдем по мостику» 2.«Найди свой домик»	П/и «Кот и воробышки»	Гимнастическое бревно, обручи	

	№ 10, 11		Традиционная	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	Ходьба и бег по кругу. Ходьба вокруг кубиков (половина круга), затем переход на бег — полный круг.	ОРУ с кубиками ОВД: Ползание с опорой на ладони и колени «Доползи до погремушки».	П/и «Быстро в домик»	Шнур, кубики, гимнастическая скамья
			Традиционная					
	№ 12		Сюжетная «На хозяйском дворе»	Обучать прокатывать мяч друг другу, закреплять умение ходить змейкой между предметами, подлезать под шнур, не касаясь руками пола, совершенствовать умение спрыгивать с высоты.	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, ходьба врассыпную.	ОРУ «Петя-петушок» П. игры: 1. «Кошка» 2. «Курочка-хохлатка» 3. «Утятки»	П/и «Конь»	Гимнастическое бревно, ориентиры, мяч
Октябрь	№ 13, 14		Традиционная	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Лягушки!» — дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и врассыпную.	ОРУ без предметов. ОВД: 1. Равновесие «Пойдем по мостику». 2. Прыжки. две шеренги одна напротив другой, перед каждой шеренгой кладет шнур.	П/и «Догони мяч»	Мячи, шнур, гимнастическое бревно
			Традиционная					

№ 15			Игровая	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Лягушки!» — дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и враспынную.	Игровые упражнения 1. «Пойдем по мостику» - равновесие. 2.«Догони мяч»- прокати мяч.	П/и «Кот и воробышки»	Мячи, гимнастическое бревно				
				№ 16,17			Традиционная	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Ходьба и бег по кругу. Вначале выполняется ходьба (примерно половина круга), затем бег (полный круг), переход на ходьбу и остановка. Поворот в другую сторону и повторение задания.	ОРУ без предмета ОВД: 1. Прыжки из обруча в обруч, фронтальным способом, то есть одновременно всеми детьми. Повернувшись кругом, дети повторяют задание несколько раз подряд. 2. «Прокати мяч». Каждому ребенку одной группы взять мяч (большой диаметр). Обе группы занимают исходное положение — сидя ноги врозь. По сигналу педагога дети энергичным движением рук прокатывают мяч друг другу несколько раз подряд.	П/и «Догони мяч»	Мячи, обручи.
№ 18												

№ 19, 20			Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом	Ходьба в колонне по одному, в рассыпную, по всему залу. По сигналу педагога: «Стрекозы» — бег, помахая руками, как «крылышками»; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» — прыжки на двух ногах — «кто выше». Упражнение повторяется.	ОРУ с мячом. ОВД: 1. Прокатывание мячей в прямом направлении Упражнение повторяется 2–3 раза. 2. Ползание между предметами, не задевая их.	П/и «Кот и воробышки»	Ориентиры, набивные мячи
			Традиционная					
№ 21			Сюжетная <i>«Путешествие на поезде»</i>	Учить прокатывать обручи, закреплять умение прыгать через канат.	Ходьба в колонне по одному, змейкой.	ОРУ с обручами. ОВД: 1. «Спасайся от волка» -прыжки, бег 2. «За ягодами» - наклоны, прыжки на одной ноге.	П/и «Поезд»	Обручи, канат.
№ 22, 23			Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании, темп упражнения умеренный.	ОРУ на гимнастической скамье. ОВД: 1. Ползание «Крокодильчики». Лазание под шнур (высота — 50 см от линии пола. Упражнение повторяется 2–3 раза. 2. Равновесие «Пробеги — не задень». Ходьба и бег между предметами (5–6 шт.), положенными в одну линию на расстоянии 50 см друг от друга. Упражнение повторяется 2–3 раза.	П/и «Кот и воробышки»	Шнур, ориентиры, гимнастическая скамья
			Традиционная	при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.				

Октябрь		№ 24	Игровая	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; упражнение в равновесии.	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании, темп упражнения умеренный.	Игровые упражнения 1. «Прокати мяч по дорожке» - катание мячей друг другу. 2. «Догони мяч»- прокатывание мяча. 3. «По мостику»- на равновесие	П/и «Наседка и цыплята»	Мячи, гимнастическое бревно
		№ 25, 26	Традиционная	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Игровое здание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Мышки!» — дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на поясе. По сигналу: «Бабочки!» — к бегу. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	ОРУ с ленточками. ОВД: 1.Равновесие «В лес по тропинке». На пол положены параллельно друг другу две доски (ширина 25 см, длина 2–3 м) — «тропинки в лес». 2.Прыжки «Зайки — мягкие лапочки». Дети-«зайки» становятся в одну шеренгу. Воспитатель предлагает «зайкам» на мягких лапах попрыгать до опушки. По сигналу воспитателя дети прыжками на двух ногах передвигаются к опушке (расстояние 3-4 м).	П/и «Ловкий шофер»	Ленточки, гимнастическое бревно
			Традиционная					
№ 27	Сюжетная «На птичьем дворе»		Закреплять умение держать равновесие в ходьбе с перешагиванием через кочки, развивать координацию и равновесие.	Ходьба в колонне по одному, на носках; бег враспынную	ОРУ «Утки» Игровые упражнения ОВД: 1. Ходьба с перешагиванием через кочки 2-3 раза. 2. Пролезание через туннель. 3. Перебрасывание мяча в парах.	П/и «Птичий двор»	Мячи, кочки, тоннель	

	№ 28, 29			Традиционная	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс — «лошадки». Бег, руки в стороны — «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании. Для выполнения общеразвивающих упражнений с обручем воспитатель помогает детям построиться в виде буквы «П».	ОРУ с обручем. ОВД: 1.Прыжки «Через болото». Из 8–10 плоских картонных обручей (или шнуров) диаметром 30–40 см по двум сторонам зала выкладываются в шахматном порядке «кочки». 2.Прокатывание мячей «Точный пас». Дети становятся в две шеренги по ориентирам (шнуру, цветным меткам). Расстояние между шеренгами 2 м.	П/и «Мыши в кладовой»	Обручи, мячи
				Традиционная	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс — «лошадки». Бег, руки в стороны — «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании. Для выполнения общеразвивающих упражнений с обручем воспитатель помогает детям построиться в виде буквы «П».	Игровые упражнения. ОВД: 1.Равновесие — ходьба из обруча в обруч; прыжки — «Перепрыгни из ямки в ямку (из обруча в обруч). 2. Прокатывание мячей друг другу в парах.	П/и «Догони мяч»	Обручи, мячи
	№ 30			Игровая	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс — «лошадки». Бег, руки в стороны — «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании. Для выполнения общеразвивающих упражнений с обручем воспитатель помогает детям построиться в виде буквы «П».	Игровые упражнения. ОВД: 1.Равновесие — ходьба из обруча в обруч; прыжки — «Перепрыгни из ямки в ямку (из обруча в обруч). 2. Прокатывание мячей друг другу в парах.	П/и «Догони мяч»	Обручи, мячи

	№ 31, 32			Традиционная	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Игровое упражнение «Твой кубик». По кругу выложены кубики (по количеству детей). Ходьба по кругу. После того дети пройдут половину круга, воспитатель подает команду: «Взять кубик!» Дети поворачиваются лицом в круг, каждый ребенок берет кубик, который находится поближе к нему, и поднимает его над головой. На следующую команду педагога: «Круг!» — дети кладут кубики на место, и ходьба по кругу в другую сторону. Упражнение повторяется. После ходьбы выполняется бег по кругу сначала в одну, а затем в другую сторону.	ОРУ без предметов. ОВД: 1.Игровое задание с мячом «Прокати — не задень». Дети становятся в две шеренги, у каждого ребенка мяч среднего диаметра. Воспитатель раскладывает вдоль зала в две линии кубики (или набивные мячи), на расстоянии 1 м один от другого (по 5-6 штук). 2.«Проползи — не задень». Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами, не задевая их («змейкой»). Игровое задание «Быстрые жучки»	П/и «По ровненькой дорожке»	Кубики, мячи
				Традиционная					
	№ 33			Игровая	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс — «лошадки». Бег, руки в стороны — «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании. Для выполнения общеразвивающих упражнений с обручем воспитатель помогает детям построиться в виде буквы «П».	Игровые упражнения. ОВД: 1.Равновесие — ходьба из обруча в обруч; прыжки — «Перепрыгни из ямки в ямку (из обруча в обруч). 2. Прокатывание мячей друг другу в парах.	П/и «Догони мяч»	Обручи, мячи

	№ 34, 35			Традиционная	<p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.</p>	<p>Игровое здание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Мышки!» — дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на поясе. По сигналу: «Бабочки!» — к бегу. Ходьба и бег проводятся в чередовании.</p>	<p>ОРУ с ленточками. ОВД: 1.Равновесие «В лес по тропинке». На пол положены параллельно друг другу две доски (ширина 25 см, длина 2–3 м) — «тропинки в лес». 2.Прыжки «Зайки — мягкие лапочки». Дети-«зайки» становятся в одну шеренгу. Воспитатель предлагает «зайкам» на мягких лапах попрыгать до опушки. По сигналу воспитателя дети прыжками на двух ногах передвигаются к опушке (расстояние 3-4 м).</p>	П/и «Ловкий шофер»	Ленточки, гимнастическое бревно
				Традиционная	<p>Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.</p>	<p>Игровое здание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Мышки!» — дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на поясе. По сигналу: «Бабочки!» — к бегу. Ходьба и бег проводятся в чередовании.</p>	<p>ОРУ с ленточками. ОВД: 1.Равновесие «В лес по тропинке». На пол положены параллельно друг другу две доски (ширина 25 см, длина 2–3 м) — «тропинки в лес». 2.Прыжки «Зайки — мягкие лапочки». Дети-«зайки» становятся в одну шеренгу. Воспитатель предлагает «зайкам» на мягких лапах попрыгать до опушки. По сигналу воспитателя дети прыжками на двух ногах передвигаются к опушке (расстояние 3-4 м).</p>	П/и «Ловкий шофер»	Ленточки, гимнастическое бревно

Ноябрь		№ 36	Игровая	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Игровое упражнение «Твой кубик».	Игровые упражнения 1.«Прокати в ворота»- катание мячей в парах; 2.«Доползи до зайки (на ладонях и коленях) - ползание.	П/и «Зайка серый умывается»	Мячи, ориентиры, кубики
		№ 37,38	Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба и бег в колонне по одному. Через некоторое время воспитатель подает команду к ходьбе враспынную: «На прогулку! Идем смотреть на цветочки, на летающих стрекоз и бабочек». Ходьба враспынную по всему залу, затем бег враспынную, переход к ходьбе в колонне по одному и построение к выполнению общеразвивающих упражнений.	ОРУ с флажками 1.Равновесие. Игровое упражнение «Пройди — не задень». Кубики (6–8 шт.) расставлены в две линии на расстоянии 40 см друг от друга. 2.Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки». На одной стороне зала на полу лежит шнур — это «болотце». Дети-«лягушки-попрыгушки» становятся на другой стороне зала в одну шеренгу на исходную линию	П/и «Коршун и птенчики»	Кубики, шнур, флажки
			Традиционная					
		№ 39	Игровая	Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве	П/игры: «По ровненькой дорожке», «Зайка серый умывается», «Коршун и птенчики», «Поезд», «Догони мяч».			Гимнастическое бревно, гимнастическая скамья, мячи

	№ 40, 41			Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба и бег в колонне по одному. Через некоторое время воспитатель подает команду к ходьбе враспынную: «На прогулку! Идем смотреть на цветочки, на летающих стрекоз и бабочек». Ходьба враспынную по всему залу, затем бег враспынную, переход к ходьбе в колонне по одному и построение к выполнению общеразвивающих упражнений.	ОРУ с кубиком 1. Равновесие. «Пройди — не задень». Кубики (6–8 шт.) расставлены в две линии на расстоянии 40 см друг от друга. 2. Прыжки со скамьи на резиновую дорожку или мат.	П/и «Коршун и пенчики»	Кубики, гимнастическая скамья, мат
				Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба и бег в колонне по одному. Через некоторое время воспитатель подает команду к ходьбе враспынную: «На прогулку! Идем смотреть на цветочки, на летающих стрекоз и бабочек». Ходьба враспынную по всему залу, затем бег враспынную, переход к ходьбе в колонне по одному и построение к выполнению общеразвивающих упражнений.	Игровые упражнения 1.«Пролететь в норку» (мышки, котята, лисята) (высота 40-50 см) - на подлазание. 2. «Пройти по дорожке», «Перешагни через кубик» - равновесие. 3.«Прокати и догони мяч»- с мячом.	П/и «Коршун и пенчики»	Мячи, дуги, кубики, гимнастическое бревно
Декабрь	№ 42			Игровая	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Самолеты!» — дети выполняют бег враспынную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Воспитатель следит за тем, чтобы дети использовали большее пространство зала, не наталкивались друг на друга.	ОРУ с мячом 1. Прыжки с гимнастической скамьи (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат. 2. Прокатывание мячей друг другу. Дети распределяются на две шеренги, расстояние между ними 2 м.	П/и «Найди свой домик».	Гимнастическая скамья, мат, мячи
				Традиционная	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Самолеты!» — дети выполняют бег враспынную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Воспитатель следит за тем, чтобы дети использовали большее пространство зала, не наталкивались друг на друга.	ОРУ с мячом 1. Прыжки с гимнастической скамьи (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат. 2. Прокатывание мячей друг другу. Дети распределяются на две шеренги, расстояние между ними 2 м.	П/и «Найди свой домик».	Гимнастическая скамья, мат, мячи
	№ 43, 44			Традиционная	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Самолеты!» — дети выполняют бег враспынную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Воспитатель следит за тем, чтобы дети использовали большее пространство зала, не наталкивались друг на друга.	ОРУ с мячом 1. Прыжки с гимнастической скамьи (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат. 2. Прокатывание мячей друг другу. Дети распределяются на две шеренги, расстояние между ними 2 м.	П/и «Найди свой домик».	Гимнастическая скамья, мат, мячи

Декабрь	№45			Игровая	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Самолеты!» — дети выполняют бег враспынную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Воспитатель следит за тем, чтобы дети использовали большее пространство зала, не наталкивались друг на друга.	Игровые упражнения: 1.Пройди по мостику (снежному валу)» (ширина 20 см); 2.Прыжки из обруча в обруч, «с кочки на кочку», «из ямки в ямку»; 3.Метание «попади снежком в корзину; накорми белку шишками.	П/и «Найди свой домик».	Гимнастическая скамья, мячи, обручи
					Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу	Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Воробышки!» — дети останавливаются и произносят «чик-чирик», затем продолжают ходьбу; бег в колонне по одному; ходьба и бег проводятся в чередовании.	ОРУ с кубиками 1.Прокатывание мяча между предметами. По обеим сторонам зала разложены кубики по 5-6 штук с каждой стороны. Предметы расположены на расстоянии 50-60 см один от другого. 2.Ползание под дугу «Проползи — не задень» (высота 50 см). В две линии стоят 3-4 дуги вдоль зала и дети двумя колоннами выполняют задание — подойти к дуге, присесть и пройти под дугой, не задев верхнего ее края.	П/и «Лягушки»	Кубики, мячи, дуги.
Декабрь	№ 46, 47			Традиционная	Закреплять умение ползать на четвереньках, ударять мяч о пол.	Ходьба парами в разном темпе, бег.	ОРУ «Зверобика» 1. Ходьба в колонне по одному 2. Ударять мячом о пол (без ловли) 3. Прокатывание мяча по дугу 4. Пролезание под дугу	П/и «Сова»	Дуга, мячи
	№ 48			Сюжетная «Путешествие в зоосад»					

	№ 49, 50			Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «На прогулку!» — всем детям предлагается разбежаться по всему залу; переход на ходьбу врассыпную и снова на бег.	ОРУ на гимнастических ковриках 1. Ползание «Жучки на бревнышке». Две доски — «бревнышки» положены на небольшом расстоянии параллельно одна другой. 2. Равновесие «Пройдем по мостику». Дети становятся в две шеренги лицом друг к другу перед досками, положенными на пол, на расстоянии 1 метра от них.	П/и «Птица и птенчики»	Гимнастические коврики, бревно.	
				Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве;	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «На прогулку!» — всем детям предлагается разбежаться по всему залу; переход на ходьбу врассыпную и снова на бег.	Игровые упражнения: 1. «По ровненькой дорожке», 2. «Лягушки».	П/и «Птица и птенчики» и др.		
Декабрь	№ 52, 53			Традиционная	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Великаны!» — дети выполняют ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу, затем бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег в чередовании.	ОРУ с платочками 1. Равновесие «Пройди — не упади». Дети двумя колоннами выполняют ходьбу по доске (ширина 15 см) в умеренном темпе. 2. Прыжки «Из ямки в ямку». Плоские обручи (из плотного картона) выложены параллельно в два ряда (по 5-6 штук, на расстоянии 40 см друг от друга) — это «ямки».	П/и «Коршун и цыплята»	Доска, обручи, платочки	
				Традиционная						

	№ 54			Сюжетная «Новый год в лесу»	Развивать чувство равновесия при ходьбе по гимнастической скамье, продолжать учить выполнять прыжки.	Ходьба по залу, на внешней стороне стопы, высоко поднимая колени, пружинным шагом, ходьба по кругу	ОРУ «В лесу родилась ёлочка» 1. Ходьба по гимнастической скамье прямо. 2. Прыжки «змейкой»	П/и «Зайчики и мишка»	Лестница, гимн. скамейка
				Традиционная	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Игровое упражнение «На полянке». Дети выполняют ходьбу по периметру зала (для ориентира можно поставить по углам кубики или кегли) — по «краешку полянки». По сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе врассыпную по всей «полянке» и бегу врассыпную, стараясь не задевать друг друга.	ОРУ с мячом 1. Прыжки «Зайки — прыгуны». Воспитатель ставит в две линии кубики. 2. Перестроение в две колонны, после показа и объяснения дети выполняют упражнение — прокатывание мяча между предметами. Выполнив задание выпрямиться, поднять мяч над головой и вернуться в свою колонну.	П/и «Птица и птенчики»	Кубики, мячи
Январь	№ 55, 56			Традиционная	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную	Игровое упражнение «На полянке». Дети выполняют ходьбу по периметру зала (для ориентира можно поставить по углам кубики или кегли) — по «краешку полянки». По сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе врассыпную по всей «полянке» и бегу врассыпную, стараясь не задевать друг друга.	Игровые упражнения. 1. «Наседка и цыплята». 2. «Лохматый пес» 3. «Найди свой домик».	П/и «Птица и птенчики»	Ориентиры
				Игровая					

№ 58, 59			Традиционная	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу;	Воспитатель обращает внимание детей на круг, выложенный из кубиков в центре зала (по одному на каждого ребенка). Дети выполняют ходьбу вокруг кубиков и по сигналу воспитателя: «Взять кубик!» — каждый ребенок берет кубик (который находится ближе к нему), поднимает над головой. На следующий сигнал педагога дети кладут кубик на место и продолжают ходьбу. После ходьбы проводится бег вокруг кубиков в обе стороны. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	ОРУ с кубиком 1.«Прокати — поймай». Дети располагаются парами произвольно по всему залу. В руках у одного из играющей пары мяч большого диаметра (расстояние между детьми примерно 1–1,5 м). 2.«Медвежата». Дети-«медвежата» строятся в шеренгу на исходной линии, становятся на четвереньки с опорой на ладони и стопы и по сигналу воспитателя: «За малиной!» — быстро ползут до «леса».	П/и «Найди свой цвет».	Кубики, мячи.
			Традиционная	повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.				
			Игровая	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов.				
№ 61, 62			Традиционная	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь	«Лягушки и бабочки». Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Лягушки» — дети останавливаются, приседают, кладут руки на	ОРУ без предмета 1.Ползание под дугу, не касаясь руками пола 2. Равновесие «По тропинке». На	П/и «Лохматый пес»	Дуга, доска

			Традиционная	руками пола; сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	колени (можно произнести «ква-ква-ква»). Поднимаются и продолжают обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» — дети останавливаются и машут руками, «как крылышками». Бег в колонне по одному в обе стороны.	полу лежат параллельно друг другу две доски (ширина 20 см) на расстоянии 1–1,5 м.		
№ 63			Игровая	Повторить ходьбу с выполнением заданий.	Лягушки и бабочки». Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Лягушки» — дети останавливаются, приседают, кладут руки на колени (можно произнести «ква-ква-ква»). Поднимаются и продолжают обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» — дети останавливаются и машут руками, «как крылышками». Бег в колонне по одному в обе стороны.	Игровые упражнения. 1.«Лягушки», «Поймай снежинку», «Догони мяч», «Добеги до кубика (кегли)».	П/и «Найдем лягушонка»	Мячи, кубики
			Традиционная	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами (от кольцеброса): ходьба — примерно три четверти круга и бег — полный круг: остановка, поворот в другую сторону,	ОРУ с кольцом 1.Равновесие. «Перешагни — не наступи». Из 5–6 шнуров (косичек) на полу выкладываются параллельно одна другой две «дорожки»	П/и «Найди свой цвет»	Шнуры, обручи, кольца

				Традиционная	ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	повторение упражнений.	(расстояние между шнурами — 30 см). 2.Прыжки. «С пенька на пенек». По двум сторонам зала кладутся плоские обручи (по 5–6 штук) плотно один к другому. Прыжки из обруча в обруч (с «пенька на пенек») без паузы. Повторить 2–3 раза		
Февраль	№ 66			Сюжетная «Мышата»	Формировать умение подлезать под шнур, не касаясь пола, развивать умение ползать на четвереньках по наклонной доске.	Ходьба, ходьба на носках, бег враспынную, построение в круг.	ОРУ 1. Подлезание под шнур 2. Ползание по наклонной доске	П/и «Кот и мыши»	Шнур, доска
				Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с мягким приземлением на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Ходьба в колонне по одному. На слово воспитателя: «Мышки!» переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, затем на обычную ходьбу. На слово: «Лошадки!» — бег, высоко поднимая колени, переход на обычный бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	ОРУ с малым обручем 1.Прыжки «Веселые воробышки». Дети-«воробышки» распределяются на две группы. 2.Прокатывание мяча «Ловко и быстро!». В зале на полу в две параллельные линии выложены набивные мячи (4-5 штук) на расстоянии 50 см один от другого.	П/и «Воробышки в гнездышках».	Обручи, набивные мячи.
Февраль	№ 67, 68			Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий	Ходьба в колонне по одному. На слово воспитателя: «Мышки!» переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, затем на обычную ходьбу. На слово: «Лошадки!» — бег, высоко поднимая колени, переход на обычный бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Игровые упражнения. 1.Равновесие, ходьба по скамейке (высота 20 см), по снежному валу, перешагивание через кубики, бруски. 2.Прыжки — прыжки с высоты 15–20 см («воробышки», «зайки»). 3. Подвижные игры «Наседка и цыплята», «Лохматый пес».	П/и «Найди свой цвет»	Гимнастическая скамья, кубики.
	№ 69			Игровая					

№ 70,71		Традиционная	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Шнуры положены на расстоянии 30-35 см один от другого. Бег врассыпную.	ОРУ с мячом 1.Бросание мяча через шнур двумя руками, 2. Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	П/и «Воробьишки и кот».	Мячи, шнур
		Традиционная					
№ 72		Игровая	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Шнуры положены на расстоянии 30–35 см один от другого. Бег врассыпную.	Игровые упражнения. 1. Прыжки — из ямки в ямку, через шнуры; катание мячей друг другу, в прямом направлении. Подвижные игры: «По ровненькой дорожке», «Лягушки», «Поймай снежинку», «Поезд» и др.	П/и «Найдем зайку»	Шнуры, мячи
№ 73, 74		Традиционная	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную. Ходьба и бег врассыпную в чередовании.	ОРУ без предмета 1.Лазание под дугу в группировке «Под дугу». Дуги расставлены двумя параллельными линиями на расстоянии 1 м одна от другой (по 3–4 дуги). 2. Равновесие. На полу лежат две доски параллельно одна другой. Задание: пройти по доске, а на середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски.	П/и ««Лягушки» (прыжки).	Дуги, доски.
		Традиционная					

№ 75			Игровая	Упражнять в ходьбе и беге враспынную.	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу враспынную, затем на бег враспынную. Ходьба и бег враспынную в чередовании.	Игровые упражнения. 1.С мячом — бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; катание мяча по дорожке. 2. Подлезание под дугу (высотой 40–50 см), не касаясь руками пола. 3.Подвижные игры «Воробышки и кот», «Поезд».	П/и «Лягушки»	Мячи, дуги.			
				№ 76, 77		Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	В центре зала из кубиков выложен круг (по одному кубику на каждого ребенка). Дети строятся в одну шеренгу, и воспитатель обращает внимание детей на круг и объясняет задание. Вначале проводится ходьба по кругу, затем бег по кругу в умеренном темпе, переход на ходьбу и остановка. Поворот в другую сторону и повторение ходьбы и бега. Далее воспитатель предлагает детям взять по одному кубику.	ОРУ с кубиками 1.«Ровным шажком». На полу лежит длинная доска, на уровне середины доски (на расстоянии 0,5 м) на полу стоит кубик (кегля) — ориентир. 2.Прыжки «Змейкой». Кубики выложены в две линии, в шахматном порядке (по 6-8 штук) на расстоянии 30-40 см один от другого.	П/и «Кролики»	Доска, кубики, ориентиры
							Традиционная				
№ 78			Сюжетная «В лесу»	Закреплять умение подлезать под дугу, спрыгивать со скамьи, ползать по-медвежьи на гимнастической скамье; развивать координацию.	Построение в колону.Ходьба по залу, ходьба на носках; прыжки с продвижением вперед, легкий бег.	ОРУ «Медвежата» 1. Подлезание под дугу 2. Ходьба по – медвежьи на гимнастической скамье 3. Спрыгивание со скамьи	П/и «Мишки спят в своей берлоге»	Дуга, гимнастическая скамья			

№ 79, 80	Традиционная	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному; ходьба враспынную, на сигнал воспитателя: «На прогулку!» — дети расходятся по всему залу, затем подается команда к бегу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Педагог обращает внимание детей на то, что нужно использовать (по возможности) всю площадь зала, ходить и бегать в разных направлениях.	ОРУ без предмета 1.Прыжки «Через канавку». Из шнуров (веревочек) на полу выложена «канавка» (ширина 15 см). 2.Катание мячей друг другу «Точно в руки».	П/и «Найди свой цвет»	Шнуры, мячи
		Упражнять в ходьбе и беге враспынную.	Ходьба в колонне по одному; ходьба враспынную, на сигнал воспитателя: «На прогулку!» — дети расходятся по всему залу, затем подается команда к бегу враспынную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Педагог обращает внимание детей на то, что нужно использовать (по возможности) всю площадь зала, ходить и бегать в разных направлениях.	Игровые упражнения: 1.Равновесие — ходьба по шнуру, лежащему прямо. 2.Метание — перебрасывание мяча друг другу, катание мяча — «Сбей кеглю».	П/и «Воробышки и кот»	Шнур, мячи, гимнастическая скамья.
		Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Ходьба в колонне по одному. На сигнал воспитателя: «Лошадки!» — ходьба, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп упражнений замедляется); переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» — бег в колонне по одному, помахивая руками, как «крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	ОРУ с мячом 1.«Брось — поймай». Построение в круг. Воспитатель показывает и объясняет задание: «Ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой у груди». 2.Ползание на повышенной опоре (скамье). Игровое упражнение «Муравьишки». Две гимнастические скамейки поставлены параллельно одна другой — это «бревнышки». Дети-«муравьишки» становятся в две шеренги.	П/и«Зайка серый умывается»	Мячи, гимнастическая скамья.
№ 81	Игровая					
№ 82, 83	Традиционная					
	Традиционная					

	№ 84		Игровая	Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве	П/игры: «Лохматый пес», «Лягушки», «Кролики», «Кот и мыши»			
	№ 85, 86		Традиционная	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег между предметами (кубики, кегли или набивные мячи), поставленными по двум сторонам зала (между кубиками расстояние 0,5 м). По 5–6 предметов с каждой стороны. По одной стороне ходьба «змейкой» между предметами, по другой — бег. Упражнения повторяются 2-3 раза.	ОРУ без предмета 1. Ползание «Медвежата». Дети-«медвежата» располагаются у исходной черты, становятся на четвереньки, с опорой на ладони и стопы. 2. Равновесие. В колонне по одному дети выполняют ходьбу по гимнастической скамье (высота — 25 см) в умеренном темпе, свободно балансируя руками (2-3 раза). Выполнив упражнение, ребенок должен сойти со скамьи, сделав шаг вперед-вниз.	П/и «Автомобили»	Гимнастическая скамья, кубики
			Традиционная					
Апрель	№ 87		Игровая	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами	Ходьба и бег между предметами (кубики, кегли или набивные мячи), поставленными по двум сторонам зала (между кубиками расстояние 0,5 м). По 5–6 предметов с каждой стороны. По одной стороне ходьба «змейкой» между предметами, по другой — бег. Упражнения повторяются 2–3 раза.	Игровые упражнения. 1. Лазание под шнур (высота 40 см), ползание по скамейке. 2. Подвижные игры «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Догони мяч».	П/и «Птица, птенчики»	Шнур, мячи, кубики, кегли.

№ 88, 89			Традиционная	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.	ОРУ на скамейке с кубиком. 1.Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед; выпрямиться и пройти дальше. 2.Прыжки «Через канавку». На полу на противоположных сторонах зала из шнуров выложено по 4-5 «канавок» (ширина «канавки» 30 см), одна параллельно другой.	П/и «Тишина у пруда».	Гимнастическая скамья, кубики, шнуры
			Традиционная					
№ 90			Игровая	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры.	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.	1.Игровые упражнения. «Прыжки через канавку». 2.Подвижные игры «Поймай комара», «Кролики», «Воробышки и кот».	П/и «Тишина у пруда»	Кубики, шнур, кегли, мячи, доска.
№ 91, 92			Традиционная	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя: «Жуки полетели!» — дети разбегаются в рассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» — дети ложатся на спину и двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. Затем жуки поднимаются и снова летают и опять отдыхают.	ОРУ с косичкой 1.Прыжки из кружка в кружок. По всему залу разложены в произвольном порядке обручи (диаметр 50 см) (по количеству детей в группе). 2.По команде воспитателя дети прокатывают мячи (по 8–10 раз). Команда подается после того, как все дети шеренги получают мяч.	П/и «Поровненной дорожке»	Обручи, косички, мячи
			Традиционная					

№ 93		Игровая	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя: «Жуки полетели!» — дети разбегаются врассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» — дети ложатся на спину и двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками. Затем жуки поднимаются и снова летают и опять отдыхают.	Игровые упражнения. 1.Равновесие — ходьба по скамейке, перешагивая через шнуры, кубики, бруски. 2. Подвижные игры «Поезд», «Воробышки и кот», «Догони мяч», «Ловишки».	П/и «Лягушки»	Гимнастическая скамья, мячи, кубики.		
			№ 94, 95	Традиционная	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Великаны!» — ходьба на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» — присед, руки положить на колени. Повторить 2 раза.	ОРУ без предметов 1.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2.Ползание по гимнастической скамье «Медвежата».	П/и «Ловишки»	Мячи, гимнастическая скамья.
				Традиционная					
			№96		Сюжетная «По следам Красной шапочки»	Развивать ловкость и координацию, формировать умение пролезать в обруч на четвереньках. Не касаясь руками пола	Ходьба по залу, ходьба и бег на носках.	ОРУ «Стирка» 1. Пролезание в обруч 2. Прыжки из обруча в обруч.	П/и«Птички в гнездышках»
№ 97, 98		Традиционная	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве;	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу. Воспитатель следит, чтобы дети не наталкивались друг на друга, бегали в разном	ОРУ с кольцом 1.Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см).	П/и «Мыши в кладовой	Гимнастическая скамья, шнуры		

			Традиционная	повторить задание в равновесии и прыжках.	направлении. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	2.Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30–40 см)		
	№ 99	24	Игровая	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу. Воспитатель следит, чтобы дети не наталкивались друг на друга, бегали в разном направлении. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	Игровые упражнения. 1.Ползание на четвереньках в прямом направлении, между предметами. 2. Равновесие — ходьба и бег по дорожке; прыжки с продвижением вперед на двух ногах, прыжки через шнуры. 3.Подвижные игры «Сбей кеглю», «Воробышки и кот».	П/и «Наседка и цыплята»	Ориентиры, кегли, шнуры.
Май	№ 100, 101		Традиционная	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. По одной стороне зала воспитатель ставит кубики 8-10 штук (расстояние между предметами 40 см); по другой стороне — набивные мячи, также несколько штук. Дети выполняют ходьбу между кубиками «змейкой», а между набивными мячами — бег. Главное в ходьбе и беге — не задевать за предметы и соблюдать дистанцию друг от друга. Дети колонной по одному выполняют задания в ходьбе и беге (2-3 раза).	ОРУ с мячом 1.Прыжки «Парашютисты». Дети-«парашютисты» распределяются на две шеренги. Одна шеренга становится на гимнастические скамейки — это «самолет». Дети другой шеренги располагают ноги за условной чертой — «на аэродроме» сидя ноги скрестно. По команде: «Приготовились!» — дети на скамье. По сигналу: «Прыгнули!» — выполняют прыжок с приземлением на полусогнутые ноги. 2.Дети распределяются на небольшие группы по 4-5 человек, на всех дается один мяч. Вначале подается сигнал воспитателя, а затем дети в произвольном порядке прокатывают мяч друг другу	П/и «Воробышки и кот»	Гимнастическая скамья, мячи, кубики.
		Традиционная						

Май	№ 102		Игровая	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. По одной стороне зала воспитатель ставит кубики 8–10 штук (расстояние между предметами 40 см); по другой стороне — набивные мячи, также несколько штук. Дети выполняют ходьбу между кубиками «змейкой», а между набивными мячами — бег. Главное в ходьбе и беге — не задевать за предметы и соблюдать дистанцию друг от друга. Дети колонной по одному выполняют задания в ходьбе и беге (2–3 раза).	Игровые упражнения. 1. Равновесие — ходьба по скамье, перешагивая через кубики. 2. Прокатывание мяча между предметами; в прямом направлении; ползание под дугу. 3. Подвижные игры «Поезд», «Воробышки и кот», «Догони мяч», «Ловишки».	П/и «Кот и мыши»	Гимнастическая скамья, кубики, мячи, дуги.	
				Традиционная	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Пчелки!» — дети выполняют бег врассыпную, помахивая руками, как крылышками, и произнося «жу-жу-жу!», переходят к ходьбе врассыпную. Ходьба и бег чередуются несколько раз.	ОРУ с флажками 1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.	П/и «Ловишки с мячом»	Флажки, гимнастическая скамья, мячи.
					Традиционная	Упражнять в лазании по наклонной лесенке, равновесии.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу мелким, семенящим шагом — «как мышки»; бег врассыпную по всему залу.	ОРУ без предметов Лазание на наклонную лесенку. Воспитатель уделяет внимание правильному хвату рук за рейки лесенки и тому, чтобы дети не пропускали реек. Ходьба по доске, положенной на пол (руки на пояс), голову и спину держат прямо.	П/и «Коршун и наседка»

	№ 105		Игровая	Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.	П/игры: «Огуречик, огуречик», «Коршун и наседка», «Воробьишки и кот», «Наседка и цыплята», «Ловишки с мячом»			Гимнастическая скамья, мячи..
	№ 106		Традиционная	Повторить ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, — «лошадки», в умеренном темпе: ходьба на носках короткими шагами — «мышки»; бег в колонне по одному.	ОРУ с платочками 1.Равновесие. На пол положены две доски параллельно одна другой. Дети двумя колоннами выполняют ходьбу по доске, дойдя до середины, присесть, хлопнуть в ладоши перед собой. 2.Прыжки «Кузнечики». От исходной черты на расстоянии 3 м воспитатель выкладывает «канавку» из шнуров (ширина 30 см).	П/и «Огуречик, огуречик»	Платочки доска, шнур .
	№ 107		Традиционная	Повторить ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, — «лошадки», в умеренном темпе: ходьба на носках короткими шагами — «мышки»; бег в колонне по одному.	ОРУ с платочками 1.Равновесие. На пол положены две доски параллельно одна другой. Дети двумя колоннами выполняют ходьбу по доске, дойдя до середины, присесть, хлопнуть в ладоши перед собой. 2.Прыжки «Кузнечики». От исходной черты на расстоянии 3 м воспитатель выкладывает «канавку» из шнуров (ширина 30 см).	П/и «Огуречик, огуречик»	Платочки доска, шнур .

Май	№ 108			Диагностическая	Обследование скоростных качеств	Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег (повторить 2-3 раза в чередовании). Построение в круг.	ОРУ без предметов 1. Бег на скорость, 10 м 2. Бег на скорость, 30 м	П/и «Поезд»	Секундо мер
				Диагностическая	Обследование скоростно-силовых качеств и выносливости	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	ОРУ без предметов 1. Продолжительный бег в медленном темпе. 2. Прыжки с места.	П/и «Автомобили»	Секундо-мер, ориентиры, коврик с разметкой
Май	№ 109			Диагностическая	Обследование силовых качеств и гибкости	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Перестроение в три колонны.	ОРУ без предметов 1. Наклон туловища вперед сидя. 2. Бросок мяча весом 1кг.	П/и «Поезд»	Секундо мер, н.мяч, разметка
				Диагностическая	Обследование скоростно-силовых качеств		ОРУ с флажками 1. Бросок вдаль мешочка с песком правой рукой. 2. Бросок вдаль мешочка с песком левой рукой.	П/и «Поезд»	Секундо мер, мешочки, флажки, разметка