


**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» (на открытом воздухе)  
для старшей группы общеразвивающей направленности  
(с 5 до 6 лет)**

(непрерывной образовательной деятельности в неделю – 1,  
непрерывной образовательной деятельности в год – 37)

Составитель: Иванова А.А.  
инструктор по физической  
культуре

2019-2020  
учебный год

## Пояснительная записка

Проведение физкультурных занятий на открытом воздухе обеспечивает выполнение одной из важных задач физического воспитания – совершенствование функциональных систем и закаливание организма ребенка. Теория и практика физического воспитания свидетельствуют о том, что особую значимость имеют упражнения, направленные на развитие качества выносливости (бег, прыжки, подвижные игры, эстафеты), которые способствуют расширению функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем, совершенствованию деятельности центральной нервной системы и тем самым общему укреплению здоровья и повышению работоспособности организма. Проведение таких занятий при достаточной двигательной активности детей обеспечивает хороший закаливающий эффект. Постоянно меняющиеся метеорологические условия (температура, влажность, ветер) в сочетании с физическими упражнениями оказывают комплексное закаливающее влияние на организм детей. Высокая двигательная активность на воздухе усиливает работу сердца и легких, обеспечивает повышенную доставку кислорода к органам и тканям, стимулирует и совершенствует деятельность центральной нервной системы.

Рабочая программа по образовательному компоненту «Физическая культура (на открытом воздухе)» образовательной области «Физическое развитие» для старшей группы общеразвивающей направленности составлена в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования.

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

Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1983.

Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.

Реализация рабочей программы осуществляется в рамках непрерывной образовательной деятельности по физической культуре (на открытом воздухе) 1 раз в неделю (37 раз в год), длительность одной непрерывной образовательной деятельности составляет 25 минут, в соответствии с действующими СанПиН.

*Цель* физической культуры (на открытом воздухе): развитие двигательной активности детей, закаливание организма, формирование у дошкольников ловкости, смелости в процессе проведения физической культуры, игр и упражнений на открытом воздухе.

*Задачи*:

Упражнять в ходьбе и беге, учить бегу с препятствиями, с увертыванием.

Упражнять в прыжках в высоту с небольшого разбега.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.

Учить ориентироваться в пространстве.

Упражнять детей в метании.

Упражнять детей в прыжках через короткую скакалку.

Учить детей элементам баскетбола. Учить детей игре в бадминтон.

Тренировать правильное носовое дыхание (вдох носом, выдох ртом), нормализовать функции внешнего дыхания.

Формировать дыхание (глубину, ритм), укреплять круговую мышцу лица. Закаливать носовое дыхание, нормализовать тонус дыхательных мышц.

Тренировать дыхательную мускулатуру.

*Сопутствующими формами образовательной деятельности* являются организация игровых развлечений, спортивные состязания и праздники с родителями, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах, катание на велосипеде

*Задачи по обновлению содержания образования:* создание условий для развития физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка, формирование у детей потребности в двигательной активности на открытом воздухе. Овладение подвижными играми с правилами; развитие способности к правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.

*Новизна рабочей учебной программы заключается* в применении вариативных и оздоровительных средств, форм и методов физического воспитания, использование игровых упражнений, подвижных игр и игр с элементами спорта (лыжи, футбол, баскетбол, хоккей, бадминтон) на открытом воздухе.

*Обоснование внесенных изменений* связано с учетом возрастных особенностей и индивидуальных возможностей детей 5-6 лет.

*Предпочтительными формами* организации физической культуры на открытом воздухе является непрерывная образовательная деятельность в игровой форме, в форме тренировок, спортивных игр, упражнений с элементами движения, развития речи, соревновательных состязаний.

*Оценка индивидуального развития воспитанника* осуществляется в форме педагогической диагностики, проводится с использованием диагностического материала инструктором по физической культуре 2 раза в год - в начале и в конце учебного года (сентябрь, май).

### **Требования к результатам освоения воспитанниками старшей группы общеразвивающей направленности образовательного компонента «Физическая культура (на открытом воздухе)» образовательной области «Физическое развитие»**

В результате изучения данного раздела в старшей группе воспитанники умеют:

- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление, темп;
- сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе;
- бегать наперегонки, с преодолением препятствий;
- прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;
- ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы;
- кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой, ориентироваться в пространстве;
- самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество;

участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей.

*Имеют представление:*

- о возможности комбинирования подвижных игр;
- об элементарных правилах спортивных игр;
- о правилах поведения спортивной площадке;
- о правилах техники безопасности при выполнении упражнений, в играх;
- о значении физической культуры для здоровья;
- об уходе за спортивным инвентарем (очистка лыж от снега, специфику хранения отдельных атрибутов и инвентаря и т.п.).

### Тематический план

№	Тема НОД	Количество непрерывной образовательной деятельности	В том числе практической
1.	Игровые упражнения: Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	1	1
2.	Игровые упражнения: «Передай мяч», «Не задень»	1	1
3.	Игровые упражнения: «Не попадись», «Мяч о стенку», «Быстро возьми»	1	1
4.	Игровые упражнения: «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»	1	1
5.	Игровые упражнения с мячом	1	1
6.	Игровые упражнения: »Проведи мяч», «Мяч водящему», «Не попадись»	1	1
7.	Игровые упражнения: «Пас друг другу», «Отбей валан», «Будь ловким» (эстафета)	1	1
8.	Игровые упражнения: «Посадка картофеля», «Попади в корзину».	1	1
9.	Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень».	1	1
10.	Игровые упражнения: «Мяч водящему», «По мостику».	1	1
11.	Игровые упражнения: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни – не задень», «Ловишки парами».	1	1
12.	Игровые упражнения: « мяч о стенку»	1	1
13.	Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», «Не задень».	1	1
14.	Игровые упражнения: «Метко в цель», «Кто быстрее до снеговика», «Пройдем по мосту»	1	1
15.	Игровые упражнения: «Метко в цель»	1	1
16.	Игровые упражнения: 1 группа выполняет ходьбу на лыжах скользящим шагом, 2 группа выполняет игровое упражнение с шайбой и клюшкой, по сигналу меняются местами, «По дорожке».	1	1
17.	Игровые упражнения на свежем воздухе: «Сбей кеглю»	1	1
18.	Игровые упражнения: «Пробеги – не задень», «Кто дальше бросит»	1	1
19.	Игровые упражнения: «По местам», «С горки»	1	1
20.	Игровые упражнения: «Точный пас», «По дорожке»	1	1
21.	Игровые упражнения: «Кто дальше», «Кто быстрее»	1	1
22.	Игровые упражнения на свежем воздухе: «Точно в круг», «Кто дальше»	1	1
23.	Игровые упражнения: «Гонки санок», «Не попадись», «По мостику»	1	1
24.	Игровые упражнения: «Пас», «Точно на клюшку», «Проведи – не задень»	1	1
25.	Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»	1	1

26.	Игровые упражнения: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай» (эстафета)	1	1
27.	Игровые упражнения: «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень»	1	1
28.	Игровые упражнения: «Ловишки – перебежки», «Передача мяча в колонне»	1	1
29.	Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Догони обруч» «Перебрось и поймай», эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка»	1	1
30.	Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Мяч в кругу»	1	1
31.	Игровые упражнения: «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень»	1	1
32.	Игровые упражнения: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»	1	1
33.	Игровые упражнения: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо»	1	1
34.	Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»	1	1
35.	Игровые упражнения: «Мяч водящему», Эстафета с мячом – «Передача мяча в колонне»	1	1
36.	Игровые упражнения: Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	1	1
37.	Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»	1	1
		37	37

**Способы проверки освоения содержания образовательного компонента «Физическая культура (на открытом воздухе)» образовательной области «Физическое развитие»**

Показатель развития детей по образовательному компоненту «Физическая культура (на открытом воздухе)» определяется по трем уровням:

Высокий - 2 (ребенок самостоятельно выполняет все задания, без помощи взрослого, отвечает развернутыми ответами на вопросы. Сообщает дополнительные сведения по вопросу.)

Средний - 1 (ребенок выполняет задания с небольшой помощью взрослого. Требуется пояснение взрослого по ходу выполнения задания)

Низкий - 0 (ребенок не справляется с заданием. Снижена мотивация к выполнению задания. Отказывается от выполнения задания.)

## **Литература и средства обучения.**

*Для педагогов:*

*Основная методическая литература:*

1. Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. М.: Просвещение, 1983.
2. Бабенкова Е.А., Параничева Т.М. Подвижные игры на прогулке. – М.: ТЦ Сфера, 2012.
2. Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2014.
3. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.

*Дополнительная методическая литература:*

1. Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми с 3 до 7 лет, Борисова М.М. - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
2. Сборник подвижных игр для занятий с детьми с 2 - 7 лет, Степаненкова Э.Я. - Москва, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
3. Занимательная физкультура для дошкольников 5-6 лет, Утробина К.К., Москва, 2003.
5. Культура здоровья с детства. 300 подвижных игр для дошкольников, Власенко Н.Э. – М: АЙРИС ПРЕСС, 2011.
6. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения. Проектирование, тренинги, занятия, Крылова Н.И.- Волгоград: Учитель.
7. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами, Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. – М: НЦ ЭНАС, 2006.
8. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. М.: Мозайка-Синтез, 2005.
9. Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет, Козак О.Н.. Санкт-Петербург: Союз, 1999.
10. Здоровьеформирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет. Безруких М.М. М.: ВЛАДОС, 2001.

*Для детей:*

*Средства обучения:*

Мячи разного размера; обручи; гимнастические палки; лыжи, самокаты, модули разного размера; мешочки для метания; кубики; дуги для подлезания; мишени; стойки; ориентиры; веревки; канат; корзины; ленты; мячи, коррекционные мячи, велосипеды, сухой бассейн, обручи, скакалки, шнуры, платочки, флажки, лабиринты, турники, баскетбольные корзины.

**Календарно-тематическое планирование непрерывной образовательной деятельности по образовательному компоненту «Физическая культура (на открытом воздухе)» образовательной области «Физическое развитие» в старшей группе**

План. дата	Факт. дата	№ п/п	Цели	Содержание	Материал
Сентябрь		1	Педагогическая диагностика	Игровые упражнения: «Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	Ориентиры, флажки, шишки для метания.
		2	Педагогическая диагностика	Игровые упражнения: «Передай мяч», «Не задень»	Ориентиры, обручи, мяч маленький, ленточки.
		3	Совершенствовать умение сочетать бег с увертыванием и подлезанием, челночный бег, броски в горизонтальную цель. Развивать быстроту, скорость, меткость и глазомер. Воспитывать интерес к народным подвижным играм	Игровые упражнения: «Не попадись», «Мяч о стенку», «Быстро возьми»	Ориентиры, кегли, мешочки для метания.
		4	Совершенствовать умение сочетать бег с увертыванием, прокатывание мяча ногами в заданном направлении, прыжки на двух ногах на месте. Развивать быстроту, точность, силу, ориентировку в пространстве. Воспитывать интерес к народным подвижным играм	Игровые упражнения: «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет»	Мяч футбольный, дуги, скакалка
Октябрь		5	Совершенствовать умение сочетать быстрый бег с лазанием, быстрый бег с увертыванием, умение набрасывать кольцебросы, передачи мяча по кругу. Развивать ловкость, быстроту, меткость и глазомер. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения с мячом	Гимнастическая лесенка, ориентиры, кольцебросы, мяч большой.
		6	Совершенствовать бег в разном темпе, бег на скорость 30 м., умение подбрасывать и ловить мяч, прыжки на одной ноге в заданном направлении. Развивать внимание, быстроту, скорость бега, ловкость и выносливость. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Проведи мяч», «Мяч водящему», «Не попадись»	Листочки или цветные кубики, ориентиры, мячи большие
		7	Совершенствовать бег с увертыванием, бег с препятствием, подбрасывание и ловлю мяча. Развивать быстроту реакции и ловкость, скорость бега. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Пас друг другу», «Отбей волан», «Будь ловким» (эстафета)	Ориентиры, шнур, мяч большой
		8	Совершенствовать бег с подлезанием под натянутый шнур высотой 65 см., метание мешочков в горизонтальную цель, броски и ловля мяча, бег с увертыванием. Развивать внимание, ловкость, меткость и ориентировку в пространстве. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Посадка картофеля», «Попади в корзину».	Шнур, кубики, мешочки для метания, мяч большой.
		9	Совершенствовать бег разным способом, прыжки с продвижением, прокатывание мяча в заданном направлении, прыжки на двух ногах. Развивать быстроту реакции на сигнал, меткость и ловкость. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Мяч о стенку», «Поймай мяч», «Не задень».	Сани, кегли, мячи средние

Ноябрь	10	Совершенствовать быстроту реакции в беге, сочетание бега с прыжками из обруча в обруч, бег в разном направлении. Развивать внимание, ловкость, ориентировку в пространстве. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Мяч водящему», «По мостику».	Ориентиры, обручи, колокольчик, повязка, ленты
	11	Совершенствовать умение перехода от бега к подлезанию без использования рук, броски мешочков в горизонтальную цель, бег на скорость. Развивать координацию движений, меткость и глазомер, быстроту реакции в беге. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Перебрось и поймай», «Перепрыгни – не задень», «Ловишки парами».	Шнуры, кегли, мешочки для метания, платочек.
	12	Совершенствовать лазание по гимнастической лесенке, броски мяча в движущуюся цель, забрасывание мешочков в круг. Развитие ловкости, координации, меткости и глазомера. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Мяч о стенку»	Гимнастические лесенки, мяч большой, мешочки для метания, обруч средний – 2 шт.
	13	Совершенствовать бег в звеньях, руки сцеплены, по сигналу построит круг, бег с увертыванием. Обучать скольжению по ледяным дорожкам с прокатыванием под воротами. Развивать внимание, быстроту, равновесие. Воспитывать интерес к народным и играм народов Севера	Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», «Не задень».	Ледяные дорожки 1,5-2 м., флажки красный и синий.
Декабрь	14	Совершенствовать бег враспынную по сигналу удерживать статическую позу, скольжение по ледяным дорожкам. Развивать внимание, ориентировку в пространстве, координацию движений. Воспитывать интерес к играм народов Севера.	Игровые упражнения: «Метко в цель», «Кто быстрее до снеговика», «Пройдем по мосту»	Ледяные дорожки 1,5-2 м., бубен, кубики, канат.
	15	Совершенствовать умение строится в круг, и выполнять движения в соответствии с текстом, скольжение по ледяным дорожкам, прыжки через несколько возвышенностей, высота (15-20 см.). Развивать внимание, быстроту реакции, координацию движений при скольжении, силу ног. Воспитывать интерес к играм народов Севера.	Игровые упражнения: «Метко в цель»	Ледяные дорожки 1,5-2 м., модули.
	16	Совершенствовать бег парами, броски в движущуюся мишень, скольжение по ледяным дорожкам. Развивать координацию движений, силу, выносливость, ловкость и меткость. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений и к играм народов Севера.	Игровые упражнения: 1 группа выполняет ходьбу на лыжах скользящим шагом, 2 группа выполняет игровое упражнение с шайбой и клюшкой, по сигналу меняются местами	Ледяные дорожки 1,5-2 м., обручи, мяч большой
	17	Совершенствовать броски мяча в горизонтальную цель, скольжение с усложнением заданий, бег в рассыпную на сигнал построить круг. Развивать меткость, ловкость координацию движений, быстроту реакции в построении. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений и к играм народов Севера.	Игровые упражнения на свежем воздухе: «Сбей кеглю»	Ледяные дорожки 1,5-2 м., мишень «волк», кубики.



Январь	18	Совершенствовать бег в рассыпную на сигнал выдерживать статическую позу, скольжение с усложнением заданий. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений и к играм народов Севера.	Игровые упражнения: «Пробеги – не задень», «Кто дальше бросит»	Ледяные дорожки 1,5-2 м., кубики.
	19	Совершенствовать броски в цель, скольжение по ледяным дорожкам. Развивать меткость, ловкость координацию движений, быстроту реакции в увертывании от мяча. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений и к играм народов Севера.	Игровые упражнения: «По местам», «С горки»	Ледяные дорожки 1,5-2 м.
	20	Проверка умений и навыков в скольжении по ледяным дорожкам. Совершенствовать бег в рассыпную на сигнал построить круг. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений и к играм народов Севера.	Игровые упражнения: «Точный пас», «По дорожке»	Ледяные дорожки 1,5-2 м.
Февраль	21	Восстанавливать навыки передвижения на лыжах скользящим шагом. Развивать умение ходьбы на лыжах. Воспитывать умение преодолевать трудности.	Игровые упражнения: «Кто дальше», «Кто быстрее»	Лыжи.
	22	Совершенствовать навыки передвижения на лыжах скользящим шагом. Развивать умение ходьбы на лыжах. Воспитывать умение преодолевать трудности.	Игровые упражнения на свежем воздухе: «Точно в круг», «Кто дальше»	Лыжи.
	23	Совершенствовать ходьбу на лыжах скользящим шагом, спуск со склона в средней и низкой стойке. Развивать равновесие и двигательные навыки ходьбы на лыжах. Воспитывать самостоятельность и выдержку.	Игровые упражнения: «Гонки санок», «Не попадись», «По мостику»	Лыжи, ориентиры
	24	Совершенствовать ходьбу на лыжах скользящим шагом, спуск со склона в средней и низкой стойке. Развивать равновесие и двигательные навыки ходьбы на лыжах. Воспитывать самостоятельность и выдержку.	Игровые упражнения: «Пас», «Точно на клюшку», «Проведи – не задень»	Лыжи, ориентиры
Март	25	Совершенствовать ходьбу на лыжах попеременным шагом, спуск и подъем со склона. Обучать торможению «упором». Развивать координацию движений и равновесие. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений.	Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Кто быстрее»	Лыжи, цветные кубики.
	26	Совершенствовать ходьбу на лыжах попеременным шагом, спуск и подъем со склона, торможение «упором». Развивать координацию движений и равновесие. Воспитывать интерес к зимним видам упражнений.	Игровые упражнения: «Канатоходец», «Удочка», «Быстро передай» (эстафета)	Лыжи, цветные кубики.
	27	Обучать складыванию и разъединению лыжных палок, ходьбе на лыжах с палками. Совершенствовать скользящий шаг. Развивать навыки передвижения на лыжах. Воспитывать выдержку и дисциплинированность.	Игровые упражнения: «Прокати – сбей», «Пробеги – не задень»	Лыжи, лыжные палки.

		28	Совершенствовать ходьбу на лыжах с палками скользящим шагом. Развивать навыки передвижения на лыжах. Воспитывать выдержку и дисциплинированность.	Игровые упражнения: «Ловишки – перебежки», «Передача мяча в колонне»	Лыжи, лыжные палки.
Апрель		29	Совершенствовать ходьбу на лыжах попеременным двухшажным ходом, спуск со склона и подъем «елочкой». Развивать координацию движений и равновесие. Воспитывать самостоятельность и выдержку.	Игровые упражнения: «Пройди – не задень», «Догони обруч» «Перебрось и поймай», эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка»	Лыжи, лыжные палки
		30	Совершенствовать ходьбу на лыжах попеременным вухшажным ходом, спуск со склона и подъем «елочкой», торможение «плугом». Развивать равновесие и координацию движений. Воспитывать умение преодолевать трудности.	Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Мяч в кругу»	Лыжи, лыжные палки.
		31	Совершенствовать ходьбу на лыжах попеременным двухшажным ходом, спуск со склона и подъем «елочкой», торможение «плугом». Развивать равновесие и координацию движений. Воспитывать умение преодолевать трудности.	Игровые упражнения: «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень»	Лыжи, лыжные палки.
		32	Совершенствовать ходьбу на лыжах попеременным двухшажным ходом, спуск со склона и подъем «елочкой», торможение «плугом». Развивать навыки передвижения на лыжах. Воспитывать выдержку и дисциплинированность	Игровые упражнения: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан»	Лыжи, лыжные палки.
		33	Проверка двигательных умений и навыков в ходьбе на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками, в спуске со склона, в низкой стойке и торможение «плугом», в подъеме в горку «елочкой».	Игровые упражнения: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо»	Лыжи, лыжные палки.
Май		34	Совершенствовать бег с увертывнием, прыжки на короткой скакалке, метание мяча в движущую цель. Развивать быстроту, координацию движений, меткость и глазомер. Воспитывать интерес к народным подвижным играм.	Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»	Мяч большой.
		35	Совершенствовать бег с выполнением по сигналу построения у цветового ориентира, прыжки на короткой скакалке, броски биты от плеча и сбоку, прыжки в сторону. Развивать внимание, быстроту, координацию движений, меткость. Воспитывать интерес к народным подвижным играм. Подведение итогов деятельности за год.	Игровые упражнения: «Мяч водящему», Эстафета с мячом – «Передача мяча в колонне»	Кегли цветные, кубики цветные, короткие скакалки, «городки».
		36	Педагогическая диагностика	Игровые упражнения: Пингвины», «Не промахнись», «По мостику»	Скакалка
		37	Педагогическая диагностика	Игровые упражнения: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»	Мяч большой.

