Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Детский сад №215»

344091 г. Ростов-на-Дону пр. Коммунистический 36/1 тел/факс 224-13-29 email: buratino215@mail.ru

ИНН/КПП 6168099008/616808001 ОГРН1021026104364252

Принята на педагогическом Утверждаю

Совете МБДОУ №215 Заведующий МБДОУ №215

№1 от 31.08.2021 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.Ю.Деникова

 Пр. №158 от 31.08.2021

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по образовательной области**

**Физическое развитие детей 4-5 лет**

**рамках реализации программы «От рождения до школы»**

**Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева**

Авторы составители: Воспитатели Кардашова Ж.А.

Куницкая Т.В.

**г. Ростов-на-Дону**

**2021 г.**

1. **Целевой раздел**
	1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа по социально-коммуникативному развитию (далее - Программа), разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами, регламентирующими деятельность МБДОУ № 215:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования" (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155);
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014);
4. Методические рекомендации по использованию Примерной основной образовательной программы дошкольного образования при разработке образовательной программы дошкольного образования в образовательной организации (письмо Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.08.2015 г. № 24/4.1.1-5025/М);
5. Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09. 2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»);
6. Образовательная программа МБДОУ № 215
7. Рабочая программа воспитания МБДОУ № 215 «Успешный гражданин- сильная Россия»
8. Лицензия на осуществление образовательной деятельности (серия 61Л01 № 0003197, регистрационный №5558 от 19.08.2015);
9. Устав МБДОУ № 215

**10**. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под. ред Е.Н. Веракса, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой

1.2.**Задачи физического развития детей 4-5 лет**

1. **Физическая культура**

Образовательные задачи:

- Продолжать развивать разнообразные виды движений.

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

Воспитательные задачи:

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

- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

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

1. **Формирование первичных представлений о ЗОЖ**

Образовательные задачи:

- Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорит; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Воспитательные задачи:

- Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы-значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

**1.3. Принципы построения Программы**

1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства, амплификация детского развития;

2) индивидуализация дошкольного образования;

3) сотрудничество детей и взрослых, ребенок - субъект образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) продуктивное сотрудничество МБДОУ с семьёй;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, Донского края, российского общества и государства;

7) возрастная адекватность дошкольного образования.

8) вариативность в организации процессов обучения и воспитания.

**1.4.Возрастные особенности воспитанников 4-5 лет**

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя. В среднем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

**1.5. Планируемые результаты освоения рабочей программы**

Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

1. ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
2. ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
3. ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
4. ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
5. у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
6. ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
7. ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Промежуточные результаты: используем мониторинги (проводятся два раза в год – декабрь, май, диагностики (наблюдения, беседа, эксперимент).

**2. «Содержательный раздел»**

Содержание Программы базируется на основной общеобразовательной программе «От рождения до школы» (под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой), которая обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах специфической детской деятельности.

**2.1. Основные образовательные области, реализуемые в Программе**

Программа реализуется через следующие направления:

1. Физическая культура
2. Формирование первичных представлений о ЗОЖ

**Основные цели и задачи:**

1.Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

2. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

3. Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

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

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

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

**Содержание психолого-педагогической работы**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

**Физическая культура**

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Подвижные игры.**

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

**Развитие игровой деятельности**

Основные цели и задачи:

Создание условий для развития игровой деятельности детей. Формирование игровых умений, развитых культурных форм игры. Развитие у детей интереса к различным видам игр. Всестороннее воспитание и гармоничное развитие детей в игре (эмоционально-нравственное, умственное, физическое, художественно-эстетическое и социально - коммуникативное).

Развитие самостоятельности, инициативы, творчества, навыков саморегуляции; формирование доброжелательного отношения к сверстникам, умения взаимодействовать, договариваться, самостоятельно разрешать конфликтные ситуации.

**2.2. Формы реализации Программы**

Содержание Программы отражает следующие аспекты образовательной среды для ребенка дошкольного возраста и характеризует формы организации образовательного процесса. Образовательные задачи решаются ЧЕРЕЗ:

1) организацию предметно-пространственной развивающей образовательной среды;

2) продуктивный характер взаимодействия со взрослыми;

3) установление позитивного взаимодействия с другими детьми;

4) развитие системы отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

**2.3. Виды образовательной деятельности**

Содержание указанных направлений зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей и реализуется в различных видах деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности и др.

***Для детей дошкольного возраста (с 3 лет до достижения школьного возраста)*** основными являются целый ряд видов деятельности, таких как:

* 1. непосредственно-образовательная деятельность (занятия): ознакомление с окружающим, формирование элементарных математических представлений, развитие речи, рисование, лепка, аппликация, музыка, физическая культура;
	2. взаимодействие взрослого с детьми в различных видах деятельности: чтение художественной литературы, конструктивно-модельная деятельность, игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, познавательно-исследовательская деятельность (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), коммуникативная деятельность (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал;
	3. Самостоятельная деятельность.
	4. **Способы поддержки детской инициативы**

В рамках Программы широко используется совместная деятельности взрослых и детей и проектная деятельность детей, оказывающая положительное влияние на развитие дошкольника.

В ходе проектной деятельности расширяются знания детей об окружающем мире. Это связано с выполнением исследовательских и творческих проектов: ребенок исследует различные варианты решения поставленной задачи, по определенным критериям выбирает оптимальный способ решения.

Выполнение проекта предполагает формирование оригинального замысла, умение фиксировать его с помощью доступной системы средств, определять этапы его реализации, следовать задуманному плану и т. д. Уже в дошкольном возрасте ребенок приобретает навык публичного изложения своих мыслей.

В ходе проектной деятельности дошкольники приобретают необходимые социальные навыки – они становятся внимательнее друг к другу, начинают руководствоваться не столько собственными мотивами, сколько установленными нормами.

Проектная деятельность влияет и на содержание игровой деятельности детей – она становится более разнообразной, сложно структурированной, а сами дошкольники становятся интересны друг другу.

В проектах развиваются и детско-родительские отношения. Ребенок оказывается интересен родителям, поскольку он выдвигает различные идеи, открывая новое в уже знакомых ситуациях. Жизнь ребенка и родителей наполняется богатым содержанием.

В работе с дошкольниками используются три основных вида проектной деятельности:

*Творческие проекты* - создание нового творческого продукта, который осуществляется коллективно или совместно с родителями. При выполнении коллективного проекта каждый ребенок предлагает свою идею проекта («Цветные фантазии», «Моя семья», «Маленькие фантазёры» и др.);

* 1. *Исследовательские проекты –* проекты*,* носящие индивидуальный характер и способствующие вовлечению ближайшего окружения ребенка (родителей, друзей, братьев и сестер) в сферу его интересов («Живая вода», «Части тела», «Полезные продукты» и др.);
	2. *Проекты по созданию норм* – направление проектной деятельности, развивающее позитивную социализацию детей. Работа по созданию новой нормы (нормотворчество) основывается на реальных ситуациях, возникающих в жизни детей в детском саду. Обычно это типичные, повторяющиеся конфликтные ситуации. Позиция педагога состоит в поддержке инициативы детей, что приводит к увеличению числа возможных вариантов поведения и к созданию нового правила поведения в данной ситуации («Спички детям не игрушки», «Профессии», «Мой друг светофор» и др.).
	3. **Особенности взаимодействия с семьями воспитанников**

Важным условием реализации Программы является взаимодействие с семьями воспитанников – обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. Используются как традиционные формы работы с родителями, так и нетрадиционные.

*Традиционные формы работы* реализуются через осуществление индивидуальных консультаций, проведение родительский собраний, мастер-классов и др.

*Нетрадиционные формы работы* реализуются посредством внедрения информационно-коммуникационных технологий во взаимодействие с семьями воспитанников: активно используются мультимедийные средства, В период адаптации детей к условиям детского сада организована работа родительского клуба через сайт МБДОУ № 215.

1. **«Организационный раздел»**

**3.1. Материально-техническое обеспечение**

Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания детально представлено в программе «От рождения до школы». Кроме этого, режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий и организации развивающей предметно-пространственной среды, представленные в программе, повышают степень ее технологичности.

(всё что связано с данной образовательной областью)

В группе осуществлен доступ к информационным и информационно-телекоммукационным сетям:

-интерактивный стол

- наличие выхода в Интернет;

- электронные пособия: интернет игры, компьютер.

*Трансформация пространства групповых помещений* осуществляется за счёт модульного игрового оборудования обеспечивающего его гибкое зонирование и возможность изменения в зависимости от замысла детей, их меняющихся интересов и возможностей. В целях поддержания детского интереса предметно-пространственная среда групповых помещений систематически меняется и пополняется новыми игрушками и дидактическими пособиями.

*Полифункциональность в групповых помещениях детей раннего и младшего возраста* решается за счёт использования различных материалов: мягких модулей, ширм в различных видах детской деятельности, *в группах детей среднего и старшего дошкольного возраста* используются игровые модули и др.

В МБДОУ № 215 направления *физического* развития воспитанников решаются в *физкультурном зале*. Помещение располагает необходимым физкультурным оборудованием и инвентарем для решения задач указанных направлений.

 *Художественно-эстетическое* развитие воспитанников реализуется как в групповом помещении в специально оборудованных мини зонах так и в в *музыкальном зале*. Музыкальный зал располагает необходимым музыкальным оборудованием и инвентарем для решения задач указанного направления.

*Вариативность среды* обеспечивается за счёт создания различных пространств в *групповых помещениях*, подбора игрушек и игрового оборудования, их количества, обеспечивающего свободный выбор. Наличие *кабинета психолога,* подбор в нём специального развивающего оборудования (интерактивная доска), игрового материала обеспечивают вариативность среды вне группового пространства.

Предметно-пространственная среда детского сада отвечает требованиям *безопасности* - соответствию всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности в использовании

**3.2. Объём рабочей программы**

Физическая культура: 108 часов в год*.*

Формирование первичных представлений о ЗОЖ: реализуется в совместной деятельности и режимных моментах.

**Учебно - тематическое планирование по ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ в средней группе.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **№ п/п** | **Занятие** | **Кол-во часов/ деят.** |
| **Сентябрь** | № 1 | Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.1. Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.2. Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см).П/и «Бегите ко мне».3. Ходьба стайкой за воспитателем. | 1 |
| № 2 | Закреплять умение ориентироваться в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.1. Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.2. Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см).П/и «Бегите ко мне».3. Ходьба стайкой за воспитателем. | 1 |
| № 3 | Приучать действовать совместно, повторяя за воспитателем упражнения; учить передавать мяч друг другу с поворотом в стороны, развивать умение согласовывать движения; упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; воспитывать желание заниматься физкультурой.1. Ходьба и бег под песню «Счастливый день» (сл. М. Садовского, муз. М. Марутаева).2. Комплекс общеразвивающих упражнений.Ходьба между двумя линиями.П/и «Найди, что спрятано».3. Рефлексия. | 1 |
|  | №4 | П/и «Кот и мыши», «Птички и кошка», «Мыши в кладовой» | Совм.деят. |
|  | № 5 | Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.1. Ходьба и бег всей группой стайкой за воспитателем.2. ОРУ.ОВД:Прыжки на двух ногах на месте.Игровое задание «Птички».3. Игровое задание «Найдём птичку». | 1 |
| № 6 | Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.1. Ходьба и бег всей группой стайкой за воспитателем.2. ОРУ.ОВД:Прыжки на двух ногах на месте.Игровое задание «Птички».3. Игровое задание «Найдём птичку». | 1 |
| № 7 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить выполнять построение в круг, подпрыгивать, развивать умение ориентироваться в пространстве, закреплять знания основных цветов; вызвать интерес к физическим упражнениям.1. Организационный момент. Чтение стихотворения Ф. Бобылёва «Шар воздушный, шаловливый…»2. П/и «Надуем мы шары большие», «Узнай свой цвет», «Достань шарик».Дыхательное упражнение «Надуваем шарик».3. Рефлексия. | 1 |
| №8 | П/и «Наседка и цыплята», «Поймай комара», «Принеси мяч» | Совм.деят. |
| № 9 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.1. Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу воспитателя.2. ОРУ с мячом.ОВД: Прокатывание мячей.П/и «Кот и воробышки».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 10 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.1. Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу воспитателя.2. ОРУ с мячом.ОВД: Прокатывание мячей.П/и «Кот и воробышки».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 11 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; совершенствовать двигательные навыки; умение лазать по гимнастической лесенке.1. Организационный момент.2. Комплекс упражнений «Праздник».3. Рефлексия | 1 |
|  | № 12 | П/и «Воробышки и автомобиль», «Мой веселый, звонкий мяч», «Угадай, кто кричит» | Совм.деят. |
|  | № 13 | Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.1. Ходьба и бег по кругу.2. ОРУ с кубиками.ОВД:Ползание с упором на ладони и колени.П/и «Быстро в домик».3. Игра «Найдём жучка». | 1 |
| № 14 | Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.1. Ходьба и бег по кругу.2. ОРУ с кубиками.ОВД:Ползание с упором на ладони и колени.П/и «Быстро в домик».Игра «Найдём жучка». | 1 |
| № 15 | Развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу, продолжать учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.1. Бег с одной стороны площадки на другую за мячом; ходьба на другую сторону площадки за воспитателем.2. ОРУОВД: Прокатывание мячей.П/и «Быстро в домик».Ходьба за воспитателем стайкой (в руках у него флажок). | 1 |
|  | № 16 | П/и «Прокати в воротики», «Докати мяч», «Кто бросит дальше мешочек» | Совм.деят. |
| **Октябрь** | № 1 | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.1. Ходьба в колонне по одному.2. ОРУ.ОВД: Равновесие «Пойдём по мостику».Прыжки через шнур.П/и «Догони мяч».3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | 1 |
| № 2 | Продолжать упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.1. Ходьба в колонне по одному.2. ОРУ.ОВД: Равновесие «Пойдём по мостику».Прыжки через шнур.П/и «Догони мяч».3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | 1 |
| № 3 | Продолжать развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу, продолжать учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.1. Бег с одной стороны площадки на другую за мячом; ходьба на другую сторону площадки за воспитателем.2. ОРУОВД: Прокатывание мячей.П/и «Быстро в домик».3. Ходьба за воспитателем стайкой (в руках у него флажок). | 1 |
|  | №4 | П/и «Найди флажок», «Бегите ко мне», «По ровненькой дорожке» | Совм.деят. |
|  | № 5 | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном прокатывании мяча при прокатывании друг другу.1. Ходьба и бег по кругу.2. ОРУ.ОВД:Прыжки из обруча в обруч; «Прокати мяч».П/и «Ловкий шофёр».3. Игровое задание «Машины поехали в гараж». | 1 |
| № 6 | Продолжать упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном прокатывании мяча при прокатывании друг другу.1. Ходьба и бег по кругу.2. ОРУ.ОВД:Прыжки из обруча в обруч; «Прокати мяч».П/и «Ловкий шофёр».3. Игровое задание «Машины поехали в гараж». | 1 |
| № 7 | Развивать умение выполнять построение в колонну, выполнять ритмические движения, ходить по кругу, согласовывая движения; упражнять в прыжках на двух ногах на месте; воспитывать желание заниматься физкультурой.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс ОРУ «Дождик».Прыжки на двух ногах на месте.П/и «Солнышко и дождик».3. Рефлексия. | 1 |
|  | № 8 | П/и «Попади в круг», «Береги предмет», «Прокати обруч» | Совм.деят. |
|  | № 9 | Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.1. Ходьба в колонне по одному, врассыпную. Бег, прыжки по сигналу.2. ОРУ с мячом.ОВД:Прокатывание мячей в прямом направлении,Ползание между предметами, не задевая их.П/и «Зайка серый умывается».3. Игра «Найдём зайку». | 1 |
| № 10 | Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.1. Ходьба в колонне по одному, врассыпную. Бег, прыжки по сигналу.2. ОРУ с мячом.ОВД:Прокатывание мячей в прямом направлении,Ползание между предметами, не задевая их.П/и «Зайка серый умывается».3. Игра «Найдём зайку». | 1 |
| № 11 | Упражнять в ходьбе и беге с препятствиями; совершенствовать навык прыжков; воспитывать интерес к физкультуре.1. Создание игровой мотивации.2. Двигательные упражнения.П/и «Отправляемся в лес»3. Рефлексия. | 1 |
| № 12 | П/и «Зайка», «Пузырь», «Бегите к флажку» | Совм.деят. |
| № 13 | Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по кругу, с поворотом в другую сторону, по сигналу воспитателя, развивать координацию движения при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии.1. Ходьба в колонне по одному, по кругу с поворотом в другую сторону.2. ОРУ на стульчиках.ОВД:Ползание «Крокодильчики»Равновесие «Пробеги».Ползание между предметами, не задевая их.П/и «Кот и воробушки».3. Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом» | 1 |
| № 14 | Упражнять детей в ходьбе, беге с остановкой по кругу, с поворотом в другую сторону, по сигналу воспитателя, развивать координацию движения при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии.1. Ходьба в колонне по одному, по кругу с поворотом в другую сторону.2. ОРУ на стульчиках.ОВД:Ползание «Крокодильчики»Равновесие «Пробеги».Ползание между предметами, не задевая их.П/и «Кот и воробушки».3. Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом» | 1 |
| № 15 | Упражнять в ходьбе и беге с препятствиями; совершенствовать навык прыжков; воспитывать интерес к физкультуре.1. Создание игровой мотивации.2. Двигательные упражнения.П/и «Отправляемся в лес»3. Рефлексия. | 1 |
|  | № 16 | П/и «Найди что спрятано», «Обезьянки», «Мыши в кладовой» | Совм.деят. |
| **Ноябрь** | № 1 | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.1. Игровое задание «Весёлые мышки».2. ОРУ с ленточками.ОВД:Равновесие «В лес по тропинке»; прыжки «Зайки – мягкие лапочки».П/и «Ловкий шофёр».3. Игра «Найдём зайчика». | 1 |
| № 2 | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.1. Игровое задание «Весёлые мышки».2. ОРУ с ленточками.ОВД:Равновесие «В лес по тропинке»; прыжки «Зайки – мягкие лапочки».П/и «Ловкий шофёр».3. Игра «Найдём зайчика». | 1 |
| № 3 | Упражнять в выполнении приседаний; развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, гармоничность движений; воспитывать умение работать в коллективе, соблюдать элементарные правила при игре, ориентироваться в пространстве.1. Ходьба парами друг за другом.2. Имитационные упражнения, подвижно-дидактическая игра «Найди свой цвет».3. Рефлексия. | 1 |
| № 4 | П/и «Солнышко и дождик», «Поезд», «Воробушки и кот» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять детей 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.1. Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен чередуется с бегом, руки в стороны.2. ОРУ с обручем.ОВД:Прыжки «Через болото»; прокатывание мячей «Точный пас».П/и «Мыши в кладовой»3. Игра «Где спрятался мышонок?» | 1 |
| № 6 | Продолжать упражнять детей 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.1. Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен чередуется с бегом, руки в стороны.2. ОРУ с обручем.ОВД:Прыжки «Через болото»; прокатывание мячей «Точный пас».П/и «Мыши в кладовой»3. Игра «Где спрятался мышонок?» | 1 |
| № 7 | Совершенствовать двигательные умения и навыки детей, упражнять в беге и прыжках на двух ногах; развивать быстроту, ловкость, интерес к занятиям физкультурой.1. Организационный момент.2. Физические упражнения.П/и «Не дай шарику упасть».3. Рефлексия. | 1 |
| № 8 | П/и «Кошки-мышки», «Прыгаем как котята», «Мыши в кладовой» | Совм.деят. |
| № 9 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.1. Игровое упражнение «Твой кубик».2. ОРУ.ОВД:Игровые задания «Прокати – не задень», «Проползи – не задень».П/и «По ровненькой дорожке».3. Игра малой подвижности. | 1 |
| № 10 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.1. Игровое упражнение «Твой кубик».2. ОРУ.ОВД:Игровые задания «Прокати – не задень», «Проползи – не задень».П/и «По ровненькой дорожке».3. Игра малой подвижности. | 1 |
| № 11 | Упражнять в ходьбе и беге с препятствиями; совершенствовать навык прыжков; воспитывать интерес к физкультуре.1. Создание игровой мотивации.2. Двигательные упражнения.П/и «Отправляемся в лес»3. Рефлексия. | 1 |
| №12 | П/и «Догоните меня», «Что спрятано», «Птички и птенчики» | Совм.деят. |
| № 13 | Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному.2. ОРУ с флажками.ОВД:Ползание: игровое задание «Паучки».Равновесие.П/и «Поймай комара».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 14 | Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному.2. ОРУ с флажками.ОВД:Ползание: игровое задание «Паучки».Равновесие.П/и «Поймай комара».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 15 | Совершенствовать двигательные навыки, навыки ходьбы; развивать умение ориентироваться в пространстве, ловкость, быстроту.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Путешествие».П/и «У медведя во бору».3. Рефлексия. | 1 |
|  | № 16 | П/и «Найди свой цвет», «Пойдем гулять», «Тишина» | Совм.деят. |
| **Декабрь** | № 1 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия в прыжках.1. Ходьба в колонне по одному сменяется на ходьбу врассыпную, бег врассыпную. Переход к ходьбе в колонне по одному.2. ОРУ с кубиками.ОВД:Равновесие: игровое упражнение «Пройди – не задень».Прыжки: игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».П/и «Коршун и птенчики».3. Ходьба в колонне по одному «Найди птенчика». | 1 |
| № 2 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия в прыжках.1. Ходьба в колонне по одному сменяется на ходьбу врассыпную, бег врассыпную. Переход к ходьбе в колонне по одному.2. ОРУ с кубиками.ОВД:Равновесие: игровое упражнение «Пройди – не задень».Прыжки: игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».П/и «Коршун и птенчики».3. Ходьба в колонне по одному «Найди птенчика». | 1 |
| № 3 | Упражнять в ходьбе парами, по ограниченной поверхности; продолжать учить детей становиться в круг; воспитывать дружеские отношения в коллективе.1. Ходьба парами друг за другом.2. ОРУ.ОВД:Ходьба и бег по мостику (дорожке) длиной 3 м, шириной 30 см.П/и «Пузырь».1. Ходьба друг за другом
 | 1 |
| №4 | П/и «Ровным кругом», «Пройди в ворота», «Бегите ко мне» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий.2. ОРУ с мячом.ОВД:Прыжки со скамейки.Прокатывание мячей друг другу.П/и «Найди свой домик».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 6 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий.2. ОРУ с мячом.ОВД:Прыжки со скамейки.Прокатывание мячей друг другу.П/и «Найди свой домик».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 7 | Воспитывать желание заниматься физкультурой, совершенствовать двигательные навыки, умение бегать врассыпную.1. Ходьба парами друг за другом.2. Подвижные игры:«Кошки-мышки», «Прыгаем как котята», «Мыши в кладовой».3. Рефлексия. | 1 |
| № 8 | П/и «Солнышко и дождик», «Поезд», «Воробушки и кот» | Совм.деят. |
| № 9 | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу педагога.2. ОРУ с кубиками.ОВД:Прокатывание мяча между предметами: игровое задание «Не упусти!»Ползание под дугу: «Проползи – не задень!»П/и «Лягушки».3. Игра малой подвижности «Найдём лягушонка». | 1 |
| № 10 | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу педагога.2. ОРУ с кубиками.ОВД:Прокатывание мяча между предметами: игровое задание «Не упусти!»Ползание под дугу: «Проползи – не задень!»3 П/и «Лягушки».4. Игра малой подвижности «Найдём лягушонка». | 1 |
| № 11 | Совершенствовать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; учить сохранять равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке.1. Ходьба парами друг за другом.2. Упражнения для зверей:«Лисичка крадётся», «Идёт медведь», «Зайчишка прыгает», «Идём через овраг».П/и «Зайцы и волк».3. Рефлексия. | 1 |
| № 12 | П/и «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «Трамвай» | Совм.деят. |
| № 13 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя.2. Общеразвивающие упражнения на стульчиках.ОВД:Ползание: игровое упражнение «Жучки на брёвнышке».Равновесие «пройдём по мостику».П/и «Птички и птенчики».3. Игра малой подвижности «Найдём птенчика». | 1 |
| № 14 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя.2. Общеразвивающие упражнения на стульчиках.ОВД:Ползание: игровое упражнение «Жучки на брёвнышке».Равновесие «пройдём по мостику».П/и «Птички и птенчики».3. Игра малой подвижности «Найдём птенчика». | 1 |
| № 15 | Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности, совершенствовать умение приседать, воспитывать интерес к физкультурным занятиям.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений:«Идём в лес», «Дерево растёт», «Переход через овражек», «Ветер сосны качает», «Возвращаемся домой».3. Рефлексия. | 1 |
|  | № 16 | П/и «Найди что спрятано», «Обезьянки», «Мыши в кладовой» | Совм.деят. |
| **Январь** | № 1 | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания.2. ОРУ с платочками.ОВД:Равновесие «Пройди – не упади».Прыжки «Из ямки в ямку».П/и «Коршун и цыплята».3. Игра малой подвижности «Найдём цыплёнка». | 1 |
| № 2 | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания.2. ОРУ с платочками.ОВД:Равновесие «Пройди – не упади».Прыжки «Из ямки в ямку».П/и «Коршун и цыплята».3. Игра малой подвижности «Найдём цыплёнка». | 1 |
| № 3 | Упражнять в беге; продолжать учить выполнять двигательные упражнения вслед за воспитателем; формировать навыки правильного выполнения прыжков на двух ногах с продвижением вперёд.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Теремок».3. Рефлексия. | 1 |
| № 4 | П/и «Пузырь», «Поезд», «Лохматый пес» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.1. Игровое упражнение «На полянке».2. ОРУ с обручем.ОВД:Прыжки «Зайки-прыгуны».Прокатывание мяча между предметами.П/и «Птица и птенчики».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 6 | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.1. Игровое упражнение «На полянке».2. ОРУ с обручем.ОВД:Прыжки «Зайки-прыгуны».Прокатывание мяча между предметами.П/и «Птица и птенчики».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 7 | Учить ориентироваться в пространстве, упражнять в ходьбе по кругу, формировать навыки выполнения общеразвивающих упражнений.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений:«Соберёмся вокруг ёлки», «Торопимся на праздник», «Повесим шары на ёлочку», «Зайка спешит на праздник», «Медведь идёт к нам в гости», «Метель замела все   дорожки», «Сдуем снежинки с руки».3. Ходьба по кругу, держась за руки. | 1 |
| № 8 | П/и «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «Трамвай» | Совм.деят. |
| № 9 | Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя, в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.1. Ходьба вокруг кубиков, выполнение заданий по сигналу педагога.2. ОРУ с кубиком.ОВД:Прокатывание мячей друг другу «Прокати – поймай».Ползание «Медвежата».П/и «Найди свой цвет».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 10 | Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя, в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.1. Ходьба вокруг кубиков, выполнение заданий по сигналу педагога.2. ОРУ с кубиком.ОВД:Прокатывание мячей друг другу «Прокати – поймай».Ползание «Медвежата».П/и «Найди свой цвет».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 11 | Учить ориентироваться в пространстве; совершенствовать двигательные умения и навыки; прививать интерес к занятиям физкультурой.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений:«Идём на улицу», «Скатаем снежный шар», «Наши ручки замёрзли», «Согреем наши ножки», «Кто самый меткий?», «Кто догонит снеговика?».3. Игра «Найди снеговика». | 1 |
| № 12 | П/и «Птички в гнездышках», «Скворечники», «Мы топаем ногами» | Совм.деят. |
| № 13 | Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий.2. ОРУ.ОВД:Ползание под дугу.Равновесие «По тропинке».П/и «Лохматый пёс».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 14 | Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.1. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий.2. ОРУ.ОВД:Ползание под дугу.Равновесие «По тропинке».П/и «Лохматый пёс».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 15 | Упражнять в прыжках; совершенствовать умение и навыки ходьбы с высоко поднятыми ногами; продолжать учить слушать воспитателя.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Прогулка в лес».П/и «Зайка беленький сидит».3. Ходьба в колонне друг за другом. | 1 |
|  | № 16 | П/и «Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», «Воробушки и кот» | Совм.деят. |
| **Февраль** | № 1 | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд.1. Ходьба и бег по кругу, вложенному кольцами.2. ОРУ с кольцом.ОВД:Равновесие «Перешагни – не наступи».Прыжки «С пенька на пенёк».П/и «Найди свой цвет».3. Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал». | 1 |
| № 2 | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд.1. Ходьба и бег по кругу, вложенному кольцами.2. ОРУ с кольцом.ОВД:Равновесие «Перешагни – не наступи».Прыжки «С пенька на пенёк».П/и «Найди свой цвет».3. Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал». | 1 |
| № 3 | Упражнять детей в ходьбе парами, прыжках; развивать умение имитировать движения птиц; воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.1. Ходьба парами друг за другом.2. ОРУ.ОВД: прыжки на двух ногах.П/и «Птички, раз! Птички, два!»3. Игра малой подвижности «Найди воробышка». | 1 |
| № 4 | П/и «Солнышко и дождик», «Огуречик», «Карусель» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.1. Ходьба в колонне по одному.2. ОРУ с обручем.ОВД:Прыжки «Весёлые воробышки».Прокатывание мяча «Ловко и быстро».П/и «Воробышки в гнёздышках».3. Игра «Найдём воробышка». | 1 |
| № 6 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.1. Ходьба в колонне по одному.2. ОРУ с обручем.ОВД:Прыжки «Весёлые воробышки».Прокатывание мяча «Ловко и быстро».П/и «Воробышки в гнёздышках».3. Игра «Найдём воробышка». | 1 |
| № 7 | Продолжать учить ходить в колонне змейкой, бегать, выполнять общеразвивающие упражнения.1.Ходьба в колонне змейкой – игр. упр. «Идём на пруд».2. Игровые упражнения:«Плавающие рыбки», «Рыбки прыгают в пруду».П/и «Догонялки».3. Рефлексия. | 1 |
| № 8 | П/и «Птички в гнездышках», «Скворечники», «Мы топаем ногами» | Совм.деят. |
| № 9 | Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, не касаясь руками пола.1. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры.2. ОРУ с мячом.ОВД:Бросание мяча через шнур двумя руками.Подлезание под шнур.П/и «Воробышки и кот».3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | 1 |
| № 10 | Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, не касаясь руками пола.1. Ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры.2. ОРУ с мячом.ОВД:Бросание мяча через шнур двумя руками.Подлезание под шнур.П/и «Воробышки и кот».3. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках. | 1 |
| № 11 | Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивании через препятствия; развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать умение слушать воспитателя.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «На прогулке».П/и Беги к тому, что назову».3. Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу. | 1 |
| № 12 | П/и «Карусель», «У медведя во бору», «Ловишки» | Совм.деят. |
| № 13 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.1. Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба. Ходьба и бег врассыпную.2. ОРУ.ОВД:Лазание под дугу.Равновесие.П/и «Лягушки».3. Игра «Найдём лягушонка». | 1 |
| № 14 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.1. Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба. Ходьба и бег врассыпную.2. ОРУ.ОВД: Лазание под дугу.Равновесие.П/и «Лягушки».3. Игра «Найдём лягушонка». | 1 |
| № 15 | Упражнять в ходьбе парами, по ограниченной поверхности; продолжать учить детей становиться в круг; воспитывать дружеские отношения в коллективе.1. Ходьба парами друг за другом.2. ОРУ (ОГ, стр. 11).ОВД:Ходьба и бег по мостику (дорожке) длиной 3 м, шириной 30 см.П/и «Автомобили».3. Ходьба друг за другом. | 1 |
|  | № 16 | П/и «С кочки на кочку», «Лягушки», «Через ручеек» | Совм.деят. |
| **Март** | № 1 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.1.Ходьба и бег по кругу.2.ОРУ с кубикамиОВД «ровным шажком»Прыжки «змейкой»П/и «Кролики»3.Ходьба в колоне по одному | 1 |
| № 2 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.1. Ходьба и бег по кругу.2. ОРУ с кубикамиОВД «ровным шажком»Прыжки «змейкой»П/и «Кролики»3. Ходьба в колоне по одному | 1 |
| № 3 | Совершенствовать навыки бега, продолжать учить ориентироваться при построении в колонну и круг, упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений.1. Ходьба парами друг за другом.2. Выполнение комплекса упражнений. П/и «Самолёты».3. Ходьба врассыпную. | 1 |
| № 4 | П/и «Перебежки», «Снежинки и ветер», «Догони мяч» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.1. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.2. ОРУ.ОВД: прыжки «Через канавку», катание мячей «Точно в руки».П/и «Найди свой цвет».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 6 | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.1. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную.2. ОРУ.ОВД: прыжки «Через канавку», катание мячей «Точно в руки».П/и «Найди свой цвет».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 7 | Совершенствовать двигательные умения и навыки детей, упражнять в беге и прыжках на двух ногах; развивать быстроту, ловкость, интерес к занятиям физкультурой.1. Организационный момент.2. Физические упражнения.П/и «Не дай шарику упасть».3. Рефлексия. | 1 |
| № 8 | П/и «Солнышко и дождик», «Огуречик», «Карусель» | Совм.деят. |
| № 9 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу воспитателя.2. ОРУ с мячом.ОВД: игровые упражнения «Брось-поймай», «Муравьишки».П/и «Зайка серый умывается».3. Игра «Найдём зайку?». | 1 |
| № 10 | Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу воспитателя.2. ОРУ с мячом.ОВД: игровые упражнения «Брось-поймай», «Муравьишки».П/и «Зайка серый умывается».3. Игра «Найдём зайку?». | 1 |
| № 11 | Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивании через препятствия; развивать умение ориентироваться в пространстве; воспитывать умение слушать воспитателя.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Идём на улицу».П/и «Кот и мыши».3. Ходьба врассыпную с остановкой по сигналу. | 1 |
| № 12 | П/и «Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», «Воробушки и кот» | Совм.деят. |
| № 13 | Развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба и бег между предметами.2. ОРУ.ОВД: ползание «Медвежата», равновесие «По мостику».П/и «Автомобили».3. Ходьба в колонне по одному «Автомобили поехали в гараж». | 1 |
| № 14 | Развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба и бег между предметами.2. ОРУ.ОВД: ползание «Медвежата», равновесие «По мостику».П/и «Автомобили».3. Ходьба в колонне по одному «Автомобили поехали в гараж». | 1 |
| № 15 | Упражнять детей в ходьбе в прямом направлении, перешагивании через препятствия, укреплять стопу, тренировать в ползании на четвереньках, под дугу, развивать умение ориентироваться в пространстве.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «На прогулке».П/и «Зайцы и волк».3. Ходьба врассыпную. | 1 |
|  | № 16 | П/и «Кролики», «Мыши в кладовой», «Обезьянки» | Совм.деят. |
| **Апрель** | № 1 | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба вокруг кубиков.2. ОРУ на скамейке с кубиком.ОВД: равновесие, прыжки «Через канавку».П/и «Тишина».3.Игра «Найдём лягушонка». | 1 |
| № 2 | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба вокруг кубиков.2. ОРУ на скамейке с кубиком.ОВД: равновесие, прыжки «Через канавку».П/и «Тишина».3. Игра «Найдём лягушонка». | 1 |
| № 3 | Упражнять в выполнении приседаний; развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, гармоничность движений; воспитывать умение работать в коллективе, соблюдать элементарные правила при игре, ориентироваться в пространстве.1. Ходьба парами друг за другом.2. Имитационные упражнения, подвижно-дидактическая игра «Найди свой цвет».3. Рефлексия. | 1 |
| № 4 | П/и «С кочки на кочку», «Лягушки», «Через ручеек» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя.2. ОРУ.ОВД: прыжки из кружка в кружок, прокатывание мячей друг другу.П/и «По ровненькой дорожке».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 6 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя.2. ОРУ.ОВД: прыжки из кружка в кружок, прокатывание мячей друг другу.П/и «По ровненькой дорожке».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 7 | Совершенствовать двигательные навыки, навыки ходьбы; развивать умение ориентироваться в пространстве, ловкость, быстроту.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Путешествие».П/и «У медведя во бору».3. Рефлексия. | 1 |
| № 8 | П/и «Зайка беленький сидит», «По ровненькой дорожке», «Воробушки и кот» | Совм.деят. |
| № 9 | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом, упражнять в ползании на ладонях и ступнях.1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу.2. ОРУ.ОВД: бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по гимнастической скамейке.П/и «Мы топаем ногами».1. Ходьба в колонне по одному.
 | 1 |
| № 10 | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом, упражнять в ползании на ладонях и ступнях.1. Ходьба в колонне по одному с выполнений действий по сигналу.2. ОРУ.ОВД: бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, ползание по гимнастической скамейке.П/и «Мы топаем ногами».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 11 | Упражнять в выполнении движений по показу воспитателя, развивать внимательность, воспитывать умение слушать воспитателя.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Все профессии важны».П/и «Мы –шофёры».3. Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал». | 1 |
| № 12 | П/и «Через ручеек», «Поймай бабочку», «Наседка и цыплята» | Совм.деят. |
| № 13 | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя.2. ОРУ с обручем.ОВД: ползание «Проползи – не задень», равновесие «По мостику».П/и «Огуречик, огуречик».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 14 | Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба в колонне по одному, выполнение заданий по сигналу воспитателя.2. ОРУ с обручем.ОВД: ползание «Проползи – не задень», равновесие «По мостику».П/и «Огуречик, огуречик».3. Ходьба в колонне по одному. | 1 |
| № 15 | Продолжать учить ходьбе на носочках, бегать, не наталкиваясь друг на друга, выполнять команды, ориентироваться в пространстве, совершенствовать умения и навыки выполнения общеразвивающих упражнений.1. Ходьба змейкой друг за другом.2. Комплекс упражнений «Цыплята».П/и «Коршун и наседка».3. Рефлексия. | 1 |
|  | № 16 | П/и «Кролики», «Мыши в кладовой», «Обезьянки» | Совм.деят. |
| **Май** | № 1 | Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.1. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.2. ОРУ.ОВД: равновесие, перепрыгивание на двух ногах через шнуры.П/и «Мыши в кладовой».1. И/м/п «Где спрятался мышонок».
 | 1 |
| № 2 | Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.1. Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную.2. ОРУ.ОВД: равновесие, перепрыгивание на двух ногах через шнуры.П/и «Мыши в кладовой».3. И/м/п «Где спрятался мышонок». | 1 |
| № 3 | Упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе; воспитывать умение слушать воспитателя.1. Ходьба парами друг за другом.2. Комплекс упражнений «Матрёшки».П/и «Донеси – не урони».3. Рефлексия. | 1 |
| № 4 | П/и «Кролики», «Мыши в кладовой», «Обезьянки» | Совм.деят. |
| № 5 | Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу.1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.2. ОРУ с мячом.ОВД: прыжки «Парашютисты», прокатывание мяча друг другу.П/и «Воробышки и кот».3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности. | 1 |
| № 6 | Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу.1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.2. ОРУ с мячом.ОВД: прыжки «Парашютисты», прокатывание мяча друг другу.П/и «Воробышки и кот».3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности. | 1 |
| № 7 | Упражнять в выполнении приседаний; развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, гармоничность движений; воспитывать умение работать в коллективе, соблюдать элементарные правила при игре, ориентироваться в пространстве.1. Ходьба парами друг за другом.2. Имитационные упражнения, подвижно-дидактическая игра «Найди свой цвет».3. Рефлексия. | 1 |
| № 8 | П/и «Солнышко и дождик», «Огуречик», «Карусель» | Совм.деят. |
| № 9 | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловли его, ползание по гимнастической скамейки.1.Ходьба в колоне по одному.2.ОРУ с флажкамиОВД броски мяча вверх и ловля его двумя рукамиПолзание по скамейке3.П/и «Огуречик, огуречик»Ходьба в колонне по одному | 1 |
| № 10 | Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловли его, ползание по гимнастической скамейки.1.Ходьба в колоне по одному.2.ОРУ с флажкамиОВД броски мяча вверх и ловля его двумя рукамиПолзание по скамейкеПи «Огуречик, огуречик»3.Ходьба в колонне по одному | 1 |
| № 11 | Развивать координацию движений при ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.1. Ходьба и бег между предметами.2. ОРУ.ОВД: ползание «Медвежата», равновесие «По мостику».П/и «Автомобили».3. Ходьба в колонне по одному «Автомобили поехали в гараж». | 1 |
| № 12 | П/и «Куры в огороде», «Котята и щенята», «Докати мяч» | Совм.деят. |
| № 13 | Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя, в лазании по наклонной лесенке, повторить задание в равновесии.1.Ходьба в колонне по одному.2. ОРУОВДЛазание на наклонную лесенкуП/и «Коршун и наседка»3. Ходьба в колонне по одному | 1 |
| № 14 | Упражнять в ходьбе между предметами, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, в прокатывании мяча друг другу.1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.2. ОРУ с мячом.ОВД: прыжки «Парашютисты», прокатывание мяча друг другу.П/и «Воробышки и кот».3. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности. | 1 |
| № 15 | Совершенствовать двигательные умения и навыки детей; развивать умение действовать по сигналу; воспитывать умение взаимодействовать друг с другом.1. Ходьба парами друг за другом.2. Упражнения «Лето приближается».П/и «У медведя во бору».3. Игра малой подвижности «Найдём жучка». | 1 |
|  | № 16 | П/и «Солнышко и дождик», «Воробышки и кот», «Карусель» | Совм.деят. |
| Итого | 108 |

**Методические пособия:**

1. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под. ред Е.Н. Веракса, Т.С.Комаровой
2. Васильева, М.А. Программа воспитания и обучения в детском саду / Под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой. - М.: Мозаика-Синтез. 2007. - 240 с.
3. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет»
4. М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения 3-7 лет»

- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ 2019 г.