

«СОГЛАСОВАНО»

на педагогическом совете №

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МАДОУ № 305

З. Ш. Шаяхметова

2021 г.



ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

по ФИЗО

в средней группе 1

Сентябрь

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	Занятие 3	Разучивание (занятие №1): Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 19
	Занятие 1	Закрепление (занятие №2) Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 20
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 3. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и в рассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 21
	Занятие 3	Разучивание (занятие №4) Учить детей энергично отталкиваться от пола и <u>приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании верх, доставая до предмета</u> ; упражнять в прокатывании мяча	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 21

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	<i>Занятие 1</i>	Разучивание (<i>занятие №5</i>)_Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 23
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие 6.</i> Упражнять детей в ходьбе и беге по одному на носках ; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 23
	<i>Занятие 3</i>	Разучивание (<i>занятие 7</i>) Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторять 2-3 раза в чередовании) ; упражнять в прокатывании мяча, лазание под шнур	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 24
	<i>Занятие 1</i>	Разучивание (<i>занятие 8</i>) Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторять 2-3 раза в чередовании) ; упражнять в прокатывании мяча, лазание под шнур	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 26
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие 9</i> Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторять в подбрасывании и ловли мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 26
	<i>Занятие 3</i>	Разучивание (<i>занятие 10</i>). Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазании под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 26

	<p><i>Занятие 1</i></p>	<p><u>Закрепление.</u> (<i>занятие 11</i>) Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазании под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 26</p>
	<p><i>Занятие 2 (на улице)</i></p>	<p><i>Занятие 12</i> Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 29</p>
	<p><i>Занятие 3</i></p>	<p><u>Разучивание</u> (<i>занятие 13</i>) Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 30</p>

Октябрь

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	Занятие 1	<u>Закрепление</u> (занятие 14) Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 32
	Занятие 2 (на улице)	Занятие 15 Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и в беге по уменьшенной площади опоры	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 32
	Занятие 3	<u>Разучивание</u> (занятие № 16) Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг к другу, развивая точность направления движения	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 33
	Занятие 1	<u>Закрепление</u> (занятие №17) Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг к другу, развивая точность направления движения	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 34
	Занятие 2 (на улице)	Занятие 18. Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умения действовать по сигналу.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 34
	Занятие 3	<u>Разучивание</u> (занятие № 19) Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, и лазание под дугу	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 35

	Занятие 1	Закрепление (занятие № 20) Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, и лазание под дугу	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 35
	Занятие 2 (на улице)	Занятие 21 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 36
	Занятие 3	Разучивание (занятие №22) Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазание под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранений равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 36
	Занятие 1	Закрепление. (занятие №23) Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазание под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранений равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 37
	Занятие 2 (на улице)	Занятие 24 Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 38
	Занятие 3	Разучивание (занятие 25) Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение и удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 39
	Занятие 1	Закрепление (занятие 26) Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение и удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 40

Ноябрь

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>(Занятие 27)</i> Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранения равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 40
	<i>Занятие 3</i>	Разучивание (<i>занятие № 28</i>) Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; и в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 41
	<i>Занятие 1</i>	Закрепление. (<i>занятие № 29</i>) Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; и в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 42
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>(Занятие 30)</i> Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 43
	<i>Занятие 3</i>	Разучивание (<i>занятие №31</i>). Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание а четвереньках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 43
	<i>Занятие 1</i>	Закрепление. (<i>занятие №32</i>). Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 44

	Занятие 2 (на улице)	Занятие №33 Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 45
	Занятие 3	Разучивание (занятие 34) Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 45
	Занятие 1	Закрепление (занятие 35) Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 46
	Занятие 2 (на улице)	Занятие 36 Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 46
	Занятие 3	Разучивание (занятие 1) Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движения прыжках через препятствия.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 48

Декабрь

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	Занятие 1	Закрепление (занятие 2) Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движения прыжках через препятствия.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 49
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 3 Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 49
	Занятие 3	Разучивание (занятие № 4) Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 50
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 5) Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 1
	Занятие 2 (на улице)	Занятие №6 Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 51
	Занятие 3	Разучивание (занятие №7) Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 52
	Занятие 1	Закрепление (занятие №8) Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу;	Физическая культура в детском саду

		повторить ползание на четвереньках	Л.И Пензулаева Стр 54
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 9 Закреплять навыки скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражняться в мбтаниши на дальность снежков, развивая силу броска</i>	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 54
	<i>Занятие 3</i>	Разучивание (<i>занятие № 10</i>) Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения на равновесия	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 54
	<i>Занятие 1</i>	Закрепление. (<i>занятие № 11</i>) Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения на равновесия	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 56
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие №12 Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом</i>	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 56
	<i>Занятие 3</i>	Разучивание (<i>занятие № 13</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 57

Январь

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие № 14</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 58
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 15</i> Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом: повторить игровые упражнения	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 59
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие № 16</i>) Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 59
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие № 17</i>) Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 60
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 18</i> Закрепить навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 60
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие № 19</i>) Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 61

	Занятие 1	<u>Закрепление.</u> (занятие № 20) Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 62
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 21 Упражнять детей в перепрыгивании через препятствий в метании снежков на дальность.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 62
	Занятие 3	<u>Разучивание</u> (занятие № 22) Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 63
	Занятие 1	<u>Закрепление</u> (занятие № 23) Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 64
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 24 Упражнять детей в перепрыгивании через препятствий в метании снежков на дальность.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 64

Февраль

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	Занятие 3	Разучивание (занятие № 25) Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 65
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 26) Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 66
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 27 Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 67
	Занятие 3	Разучивание (занятие № 28) Упражнять детей в ходьбе с выполнением по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 67
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 29) Упражнять детей в ходьбе с выполнением по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 68
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 30 Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 68

	Занятие 3	Разучивание (занятие № 31) Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 69
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 32) Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 70
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 33 Упражнять детей в метании снежков на дальность , катании на санках с горки	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 70
	Занятие 3	Разучивание (занятие № 34) Упражнять детей в ходьбе с изменением движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 70
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 35) Упражнять детей в ходьбе с изменением движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 71
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 36 Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 72

Март

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	Занятие 3	Разучивание (занятие №1) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 72
	Занятие 1	Закрепление (занятие №2) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 73
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 3 Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 73
	Занятие 3	Разучивание (занятие 4) Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 74
	Занятие 1	Закрепление (занятие №5) Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 75
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 7 Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 76
	Занятие 3	Разучивание (занятие №7) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 76

	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие №8</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 77
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 9</i> Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно)	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 77
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие №10</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке « по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 78
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие №11</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке « по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 79
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 12</i> Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 79
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие №13</i>). Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге в рассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 80

Апрель

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие № 14</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 81
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие №15</i> Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 82
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие № 16</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 82
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие № 17</i>) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 83
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие №18</i> Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 84
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие № 19</i>) Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание а четвереньках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 84

	Занятие 1	<u>Закрепление</u> (занятие № 20) Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание а четвереньках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 85
	Занятие 2 (на улице)	Занятие №21 Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 85
	Занятие 3	<u>Разучивание</u> (занятие № 22) Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 86
	Занятие 1	<u>Закрепление</u> (занятие № 23) Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 87
	Занятие 2 (на улице)	Занятие №24 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 87
	Занятие 3	<u>Разучивание</u> (занятие № 25) Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 88

Май

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 26) Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 89
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 27 Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 89
	Занятие 3	Разучивание (занятие № 28) Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 89
	Занятие 1	Закрепление (занятие № 29) Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 90
	Занятие 2 (на улице)	Занятие № 30 Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 90
	Занятие 3	Разучивание (занятие № 31) Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева

			Стр 91
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие № 32</i>) Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 92
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 33</i> Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 92
	<i>Занятие 3</i>	<u>Разучивание</u> (<i>занятие № 34</i>) Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 92
	<i>Занятие 1</i>	<u>Закрепление</u> (<i>занятие № 35</i>) Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 93
	<i>Занятие 2 (на улице)</i>	<i>Занятие № 36</i> Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 93

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Физическое воспитание дошкольников представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, образовательной деятельности по физическому развитию, познавательных игр и развлечений в помещениях и на свежем воздухе под непосредственным руководством воспитания.

В процессе работы по физическому развитию следует обращать внимание на решение образовательных задач:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарём
- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформление помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий.
- активизация мышления детей, организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем
- побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культуры.
- организация ритмической гимнастики, игр и соревнований под музыку, пением; проведением спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера

