


**«СОГЛАСОВАНО»**  
НА ПЕДАГОГИЧЕСКОМ СОВЕТЕ

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Заведующий МАДОУ № 305  
*Васильева*  
З. Ш. Шахметова  
« 01 » \_\_\_\_\_ 2020 г.  
09



# **ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН**

**по ФИЗО**

в младшей группе

**Сентябрь**

**Программное содержание**

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
15.09	Занятие 1	<b>Разучивание (занятие №1)</b> Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 23
14.09	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; закрепить умение ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 23
12.09	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: с мячом – прокатаи мяч, броски вперед и т.д. Игры с бегом «Догоните меня», «Бегите ко мне».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 27
22.09	Занятие 1	<b>Разучивание (занятие №2)</b> Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 24
24.09	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение ходьбы и бега всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 24
25.09	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения на равновесие – «Пойдем по мостику» (по доске, шириной 25 см). подвижные игры с мячом, с прыжками.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 28
29.09	Занятие 1	<b>Разучивание (занятие №3)</b> Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 25

01.10	Занятие 2	<p><b>Закрепление</b> Закрепить умение действовать по сигналу воспитателя; развивать умение энергично отталкивать мяч при прокатывании.</p>	<p>в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 25</p>
02.10	<p>Занятие 3 (на улице)</p> <p>Игровые упражнения с мячами – катание мячей в прямом направлении, друг другу, бросание мячей вперед.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 28</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 26</p>
06.10	Занятие 1	<p><b>Разучивание</b> (занятие №4) Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под пнур.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 26</p>
08.10	Занятие 2	<p><b>Закрепление</b> закрепить умение ориентироваться в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под пнур.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 26</p>
09.10	<p>Занятие 3 (на улице)</p> <p>игровые упражнения и подвижные игры на весь пройденный материал.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 28</p>	

## Октябрь

### Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Используемая литература
13.10	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №5) Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 28
15.10	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умение сохранять равновесие при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 28
16.10	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения «Мышки», «Прыглата» (высота шнура – 50-40 см); с мячом – докаты мяч до кегли.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 32
20.10	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №6) Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 29
22.10	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умение в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; умение в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 29
23.10	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения «Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке» (ходьба и бег между двумя линиями), «Попрыгаем, как зайки (как мячики)».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 33

24.10	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 7) Упражнения детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом здании мячом.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 30
29.10	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 30
30.10	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: прыжки – «перепрыгнем канавку»; (прыжки через шнур, положенный на пол, землю); с мячом – «Докати до кегли», «Чей мяч дальше?».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 33
08.11	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие №8) Упражнения детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 31
05.11	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; продолжать развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 31
06.11	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения с мячом – катание мячей друг другу, «Покати мяч по дорожке». Прыжки с передвижением вперед.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 33

## Ноябрь

### Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
10.11	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие №9) Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 33
12.11	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 33
13.11	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: лазание под дугой (шнур); с мячом – «Прокати мяч и дополни», «Прокати и догони мяч»; равновесие – «Пробеги по мостику (по дорожке)».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 38
14.11	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие №10) Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 34
19.11	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить 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.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 34
20.11	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: равновесие – ходьба из обруча в обруч; прыжки – «Перепрыгни из ямки в ямку».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 38

24.11	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №11) Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 35
26.11	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 35
24.11	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: прыжки – до кубика, до обруча, до игрушки; «Перепрыгни ручеек», с мячом «Прокати мяч до кегли и сбей ее».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 38
01.12	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №12) Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 37
08.12	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умение детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 37
04.12	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения с мячом – катание мячей в парах; «Прокати в ворота»; ползание – «Доползи до зайки» (на ладонях и коленях), лазание под дугу («мышшки», «кошката»).	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 38

## Декабрь

### Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
08.12	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие №13) Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 38
10.12	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 38
11.12	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: подлезание – «Пролезть в норку» (мышки, котят, лисята) (высота 40-50 см); равновесие – «Пройти по дорожке», «Перешагни через кубик»; с мячом – «Прокати и догони мяч», «Поймай мяч, брошенный воспитателем».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 43
15.12	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие №14) Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 40
14.12	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 40
18.12	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения на равновесие «Пройди по мостику (снежному валу)» (ширина 20 см); прыжки из обруча в обруч, «с кочки на кочку», «из ямки в ямку»; метание «попади снежком в корзину; накорми белку шишками».	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 43



22.12	Занятие 1	<p><b>Разучивание</b> (занятие №15) Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умения группироваться при лазании под дугу.</p>	<p>в детском саду Л.И Пензулаева Стр 41</p>
24.12	Занятие 2	<p><b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умения группироваться при лазании под дугу.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 41</p>
25.12	Занятие 3 (на улице)	<p>Игровые упражнения: прыжки – спрыгивание со скамейки (высота 20 см); с мячом – прокатывание между предметами (кубики, кегли); друг другу, в прямом направлении.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 43</p>
29.12	Занятие 1	<p><b>Разучивание</b> (занятие №16) Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; и сохранении равновесия при ходьбе по доске.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 42</p>
31.12	Занятие 2	<p><b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; умение в ползании на повышенной опоре; и сохранении равновесия при ходьбе по доске.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 42</p>
	Занятие 3 (на улице)	<p>Игровые упражнения с мячом.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 43</p>

## Январь

### Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
05.01	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 17) Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 43
04.01	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить ходьбу с выполнением задания; умение в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 43
08.01	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: ползание, не касаясь руками пола (высота 40-50 см) – «мышки вылезли из норки», «шенига подлезли под забор»; ходьба по доске (ширина 15-20 см), по снежному валу; катание мячей друг другу в прямом направлении; прыжки через шнур, из обруча в обруч.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 49
18.01	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 18) Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 45
14.01	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 45
15.01	Занятие 3 (на улице)	Упражнения: ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. С мячом – катание в ворота; в прямом направлении, вокруг предметов (кегли, кубики, стулья).	Физическая культура в детском саду Л.И Пензулаева Стр 49

19.01	Занятие 1	<p><b>Разучивание</b> (занятие № 19) Упражняться в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнения в ползании, развивая координацию движений.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 46</p>
21.01	Занятие 2	<p><b>Закрепление</b> Закрепить умение действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнения в ползании, развивая координацию движений.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 49</p>
22.01	Занятие 3 (на улице)	<p>Игровые упражнения: прыжки продвигаясь вперед; прыжки со скамейки; прыжки вокруг предметов. Игровые упражнения с мячом – катание между предметами, вокруг предметов.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 47</p>
26.01	Занятие 1	<p><b>Разучивание</b> (занятие № 20) Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражняться в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 47</p>
28.01	Занятие 2	<p><b>Закрепление</b> Закрепить ходьбу с выполнением заданий. Закрепить умение в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 50</p>
29.01	Занятие 3	<p>Игровые упражнения: катание мяча между двумя линиями, в ворота друг другу; лазание под шнур, не касаясь руками пола – «мышки» («котятта», «цыпята»).</p>	<p>Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 50</p>

## Февраль

### Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Используемая литература
02.02	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 21) Упражнения детей в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 50
04.02	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 50
05.02	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: подлезание, не касаясь руками пола (высота 40-50 см) – «мышки», «кролики»; ходьба по доске (ширина 15-20 см); ходьба по снежному валу; катание мячей в прямом направлении.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54
09.02	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 22) Упражнения детей 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.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 51
11.02	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей 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.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 51
12.02	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: равновесие, ходьба по скамейке (высота 20 см), по снежному валу, перешагивание через кубики, бруски; прыжки – прыжки с высоты 15-20 см («воробышки», «зайки»).	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54

16.02	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №23) Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 52
18.02	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умение детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54
19.02	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: прыжки - из ямки в ямку, через шнур; катание мячей друг другу, в прямом направлении, бросание снежков вдаль правой и левой рукой.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 53
23.02	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие № 24) Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 53
25.02	Занятие 2 (на улице)	<u>Закрепление</u> Закрепить умение в ходьбе и беге враспынную; умение группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54
26.02	Занятие 3	Игровые упражнения: с мячом – бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой, катание мяча по дорожке; ползание под дугу (высотой 40-50 см), не касаясь руками пола.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54

Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Использованная литература
02.03	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №25) Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54
04.03	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умение детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 54
05.03	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: подлезание – лазание под шнур (высота 40-50 см) – «цыплята», «мышки», и т.д.; прыжки – перепрыгивание через шнур («ручеек», «канавку»); «Допрыгай до предмета»; метание – бросание мячей; шпшек в даль, через шнур, бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; равновесие – перешагивание через шнур, кубики, бруски, ходьба по доске.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 56
09.03	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №26) Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 56
11.03	Занятие 2	<u>Закрепление</u> Закрепить умения в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 59
12.03	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: равновесие – ходьба по шнуру, лежащему прямо, ходьба по скамейке – «Воробышки и кот»; метание – перебрасывание мяча друг другу, катание мяча – «Сбей кеглю»; докати до флажка.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 57
16.03	Занятие 1	<u>Разучивание</u> (занятие №27) Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловля его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 57

18.08	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение действовать по сигналу воспитателя. Закрепить умение в бросании мяча о пол и ловля его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 57
19.08	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: прыжки через шнуры; прыжки с высоты (заборчик пенек); метание – игры с мячом, бросание вверх и ловля его двумя руками; лазание – ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени; с опорой на ладони и ступни; по скамейке; ползание между предметами (кегли, кубики, набивные мячи). Равновесие – ходьба с различными положениями рук по доске, по скамейке, перешагивание через предметы. <b>Разучивание</b> (занятие №28) Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 58
23.08	Занятие 1	<b>Закрепление</b> Закрепить координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; умение в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 58
25.08	Занятие 2	Игровые упражнения: лазание под шнур (высота 40 см), ползание по скамейке; равновесие – ходьба и бег по дорожке (ширина 20 см); по скамейке (высота 20 см); прыжки – перепрыгивание через две линии (ширина 15-20 см); прыжки из обруча в обруч; метание – бросание мяча вверх и о землю и ловля его двумя руками, перебрасывание мяча через шнур; прокатывание мяча вокруг предметов (кубики, кегли).	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 60
26.08	Занятие 3 (на улице)		

## Апрель

### Программное содержание

Дата	Тема	Программное содержание	Используемая литература
20.03	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 29) Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении при ходьбе на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 60
01.04	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Закрепить умение в сохранении при ходьбе на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 60
02.04	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: ползание под шнур (высота 50 см); прыжки – перепрыгивание через шнур – «реческ», «канавку»; прыжки до кегли (кубика); метание – бросание мячей, шишек вдале, через шнуры, бруски, кубики: ходьба по доске, положенной на пол.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 64
06.04	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 30) Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 61
08.04	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 61
09.04	Занятие 3 (на улице)	Игровые упражнения: равновесие – ходьба по скамейке, перешагивая через шнуры, кубики, бруски; прокатывание мяча между предметами; в прямом направлении; лазанье по доске на четвереньках, ползание под дугу.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 65



18.04	Занятия 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 31) Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 62
15.04	Занятия 2	<b>Закрепление</b> Закрепить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 65
	Занятия 3 (на улице)	Игровые упражнения: прыжки – прыжки через шнур, бруски; прыжки – заборчика; метание – прокатывание мяча в ворота; друг другу; лазание – проползание между кеглями, кубиками, ползание по доске, положенной на пол; по скамейке; равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 63
20.04	Занятия 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 32) Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 63
	Занятия 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 65
23.04	Занятия 3 (на улице)	Игровые упражнения: лазание под дугу (высота 50 см), ползание на четвереньках в прямом направлении, между предметами; равновесие – ходьба и бег по дорожке; прыжки с продвижением вперед на двух ногах; прыжки через шнур.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 65

## Май

### Программное содержание

Дата	Тема		Использованная литература
24.04	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 33) Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 65
20.04	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии в прыжках.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 69
20.04	Занятие 3 (на улице)	Занятие № 37 Повторить ходьбу с выполнением задания, задание в прыжках; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 66
04.05	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 34) Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 66
06.05	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 70
04.05	Занятие 3 (на улице)	Занятие №38 Упражнять в ходьбе с обозначением поворотов на «углах» зала (площадки); упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках в длину; развивать ловкость в заданиях с мячом.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 70

41.05	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 35) Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 67
18.05	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 71
41.05	Занятие 3 (на улице)	Занятие №39 Упражнять детей в ходьбе со сменной направления движения: в катании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание с опорой на ладони и ступни.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 68
18.05	Занятие 1	<b>Разучивание</b> (занятие № 36) Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание на равновесии.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 68
20.05	Занятие 2	<b>Закрепление</b> Закрепить умение в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание на равновесии	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 72
21.05	Занятие 3 (на улице)	Занятие №40 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; повторить лазание под пшур; развивать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Физическая культура в детском саду Л.И. Пензулаева Стр 72