

Автономная некоммерческая организация общеобразовательная организация  
«Прогимназия №14 «Журавушка» города Бугульмы  
(АНО ОО «Прогимназия №14»)

СОГЛАСОВАНА

Старший воспитатель

 Киселева Н.В.

«29» 08 2024 г.

ПРИНЯТА

на педагогическом совете

Протокол от

«29» 08 2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

и введена в действие

приказом директора

АНО ОО «Прогимназия №14»

№ 102-о/д от «29» 08 2024 г.

 Е.В.Безрукова



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
АНО ОО "Прогимназия №14"  
ИНН 1645023682  
Директор Безрукова Е.В.  
Действителен с 07.12.2022 по 07.03.2024

**Рабочая программа  
образовательной области «Физическое развитие»  
на 2024 – 2025 учебный год**

Разработчик:

Миннебаева Раиса Гаппасовна  
инструктор по физической культуре  
первой квалификационной категории

Бугульма, 2024

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа образовательной области «Физическое развитие» на 2024 – 2025 учебный год разработана на основании основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования АНО ОО «Прогимназия №14» в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования и ФОП ДО в целях реализации ОП ДО АНО ОО «Прогимназия №14», составлена в соответствии с Положением о рабочих программах учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) (дошкольное образование).

Основной целью Программы образовательной области «Физическое + занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

Забота о психическом и физическом здоровье детей

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия

Обеспечение психологически комфортной развивающей среды.

Формирование позитивного отношения детей к себе, к другим и миру в целом.

Способствование оптимизации эмоциональных отношений между родителями и детьми.

Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил.

Продолжение работы по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.

Способствование формированию правильной осанки.

Обеспечение рационального режима дня, сбалансированное, качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярно проветривать.

Развитие физических способностей через подвижные игры, утреннюю гимнастику.

Повышение компетентности родителей в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья детей.

## **Планируемые результаты образовательной области**

### **«Физическое развитие» Блок «Физическая культура»**

#### **К четырем годам:**

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

#### **К пяти годам:**

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

#### **К шести годам:**

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма

в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- ребёнок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение со взрослыми и сверстниками, проявляет сдержанность по отношению к незнакомым людям, при общении со взрослыми и сверстниками ориентируется на общепринятые нормы и правила культуры поведения, проявляет в поведении уважение и привязанность к родителям (законным представителям), демонстрирует уважение к педагогам, интересуется жизнью семьи и ДОО;

### **Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы**

#### **К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

## **Задачи образовательной работы по образовательным областям «Физическое развитие»**

### **От 3 лет до 4 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

#### **1) *Основная гимнастика* (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).**

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с

расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами,

поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

Музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

**Строевые упражнения:**

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) *Подвижные игры:* педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) *Спортивные упражнения:* педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

**Катание на санках:** по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

**Ходьба на лыжах:** по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

**Катание на трехколесном велосипеде:** по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

**Плавание:** погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

1) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной

деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

## 2) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

### **Планируемые результаты в раннем возрасте**

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам;
- охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;

### **Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательных областей**

«Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **Задачи воспитания в образовательных областях**

Образовательная область "Физическое развитие" соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.



Решение задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;

воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

#### **От 4 лет до 5 лет.**

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

- продолжать работу по укреплению физического и психического здоровья детей, закаливанию детского организма, учитывая имеющиеся условия, наполняемость группы, особенности состояния физического развития, здоровья детей, климатические и сезонные особенности региона;

#### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает

укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибаемая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; про-ползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; про-бегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; пере-бегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и

увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии,

педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полу-ёлочкой».

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в

колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

#### 5) **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

### **Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательных областей**

«Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастно-сообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **Задачи воспитания в образовательных областях**

Образовательная область "Физическое развитие" соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

Решение задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

формирование у ребёнка возрастно-сообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;

воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

**От 5 лет до 6 лет.**

### **Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и

соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги

скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднятие на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднятие рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднятие рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднятие рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднятие ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднятие и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя,



лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полу-пальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр,

которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полу-ёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

#### 5) **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами,

пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

**б) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

**Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательных областей**

«Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **Задачи воспитания в образовательных областях**

Образовательная область "Физическое развитие" соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

Решение задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;

воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

#### **От 6 лет до 7 лет.**

**Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического

воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям;

- удовлетворять естественную потребность детей в движении;

- совершенствовать технику езды на двухколесном велосипеде с разной скоростью, с изменением темпа, по кругу, по дорожке. Учить реагировать на дорожную ситуацию, вовремя притормозить, остановиться в обозначенном месте. Познакомить с понятием «тормозной путь». Способствовать формированию навыков, направленных на поддержание собственного здоровья и безопасности;

- предоставлять детям возможность кататься на самокате (на правой и левой ноге, по прямой, по кругу, с поворотами), скейтбордах, роликовых коньках. Доставлять детям радость от движения. Инструктировать детей об использовании средств защиты от травм (шлем, перчатки, наколенники, налокотники);

- предоставлять детям возможность кататься на лыжах, коньках, играть в хоккей. Заинтересовать детей занятиями зимними видами спорта;

- поддерживать самостоятельную организацию детьми игр народов Поволжья. Способствовать получению детьми положительных эмоций от двигательной активности. Поощрять умение справедливо оценивать результаты игры;

- поощрять умение варьировать и комбинировать татарские подвижные игры;

- создавать возможности для активного участия детей в играх-соревнованиях на национальном празднике «Сабантуй»: «Перетягивание палки», «Перетягивание каната», «Бой с мешками» и др.;

- познакомить с национальным видом спорта – «борьба на поясах» (кэряш);

- формировать представление о значении спорта в жизни человека.

Поддерживать определенные достижения в области физической культуры и спорта.

#### РЕКОМЕНДУЕМЫЙ СПИСОК ПОДВИЖНЫХ ИГР

- Игры с ходьбой и бегом: «Хлопушки», «Бездомный заяц», «Два Мороза», «Перехватчики», «Ловишки», «Ключи», «Скворечники», «Лиса».

- Игры с прыжками: «Скок-перескок», «Лягушата», «Стрекозы», «Воробьи», «Не оставайся на полу».

- Игры с ползанием и лазаньем: «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Кто первый?».

- Игры с метанием: «Передай мяч», «Кто самый меткий?», «Зайцы», «Мяч выше!», «Воробей».

- Эстафеты: «Меткий стрелок», «Стрекоза».
- Игры с элементами соревнования: «Кто быстрее?», «Красивые шары», «Поезд», «Сороконожки».
- Татарские народные игры: «Продаем горшки», «Займи место», «Жмурки», «Угадай и догони», «Мяч по кругу», «Снятие шапки», «Нас было двенадцать девочек», «Тимербай», «Хромая лиса» и др.
- Башкирские народные игры: «Скачки», «Шар на земле» и др.
- Русские народные игры: «Пустое место», «Третий лишний», «Золотые ворота», «Горелки», «Котел», «Я знаю...», «Свечи», «Классы» и др.
- Марийские народные игры: «Бой петухов», «Колышки» и др.
- Мордовские народные игры: «Мяч об узкую стенку», «Шлыган», «Клёк» и др.
- Удмуртские народные игры: «Удмуртские горелки», «Роняя полено», «Поляна – жердь», «Жаворонок» и др.
- Чувашские народные игры: «Выйдем, девочки, играть», «Волк или заяц?», «Икс», «Шарманка» и др.

#### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

1) **Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его

двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: про-бегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; в-бегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; про-бегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднятие и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекаладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней



гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двух шажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м);

упражнения комплексов гидро-аэробики в воде у бортика и без опоры.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

**б) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

**Дни здоровья:** проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

### **Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательных областей**

«Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **Задачи воспитания в образовательных областях**

Образовательная область "Физическое развитие" соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

Решение задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

## **Содержание образовательной области «Физическое развитие»**

### **Вторая младшая группа**

Образовательная область «Физическое развитие» включает в себя два блока: «Физическая культура» и «Здоровье».

**Блок «Физическая культура»** осуществляется во время занятий, в режимных моментах, в самостоятельной двигательной активности детей.

Основные формы работы с воспитанниками по блоку «Физическая культура»: занятия, образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной);

образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов;

самостоятельная деятельность детей;

взаимодействие с семьями

общее количество занятий: 72

количество занятий в неделю: 2

**деятельность одного занятия от 3 до 4 лет – 15 минут.**

Исходя из календаря рабочих и выходных дней на 2023-2024год (1 сентября текущего по 31 мая) количество часов, отведенных на образовательную область «Физическое развитие» - 72 часов.

### **Средняя группа**

Образовательная область «Физическое развитие» включает в себя два блока: «Физическая культура» и «Здоровье».

**Блок «Физическая культура»** осуществляется во время занятий, в режимных моментах, в самостоятельной двигательной активности детей.

Основные формы работы с воспитанниками блока «Физическая культура»: образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной);

образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов;

самостоятельная деятельность детей;

взаимодействие с семьями

общее количество занятий: 72

количество занятий в неделю: 2

**длительность одного занятия: средний возраст от 4 до 5 лет – 20 минут**

Формы контроля и возможные варианты его проведения: мониторинг проводится в форме эспресс - диагностики 2 раза в год (октябрь, апрель), с целью обеспечения возможности оценки динамики достижения детей, своевременной коррекции недостатков, сбалансированности методов, профилактики переутомления воспитанников и не нарушать ход образовательного процесса. Исходя из календаря рабочих и выходных дней на 2023-2024 год (1 сентября текущего по 31 мая) количество часов, отведенных на образовательную область «Физическое развитие» - 72 часов.

### **Старшая группа**

Образовательная область «Физическое развитие» включает в себя два блока: «Физическая культура» и «Здоровье»

. **Блок «Физическая культура»** осуществляется во время занятий, в режимных моментах, в самостоятельной двигательной активности детей.

Основные формы работы с воспитанниками блока «Физическая культура»: образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной);

образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов;

самостоятельная деятельность детей;

взаимодействие с семьями

общее количество занятий: 72

количество занятий в неделю 2 раза, проводится только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды;  
**длительность одного занятия: старший возраст от 5 до 6 лет – 25 минут**

Исходя из календаря рабочих и выходных дней на 2023-2024 год (1 сентября текущего по 31 мая) количество часов, отведенных на образовательную область «Физическое развитие» - 72 часов

### **Подготовительная группа.**

Образовательная область «Физическое развитие» состоит из двух блоков: «Физическая культура» и «Здоровье».

**Блок «Физическая культура»** интегрируется с образовательными областями:

- «Физическое развитие» в части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья.

- «Художественно- эстетическое развитие» - развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.
- «Познавательное развитие» -в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности.
- «Речевое развитие» -развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.
- «Социально- коммуникативное развитие» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности)

<b>Формы образовательной деятельности</b>			
образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной)	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
<b>Формы организации детей</b>			
Индивидуальные Подгрупповые Групповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные	Индивидуальные Подгрупповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные

Обсуждение проблемных ситуаций Наблюдение на прогулке за окружающим миром Беседы Игры Заучивание потешек скороговорок	На занятиях: Рассматривание картинок и иллюстрации Викторины Сюжетно- ролевые игры Ручной труд Минутки сказкотерапии Изготовление поделок Рисование	Игры настольно-печатные Рассматривание иллюстраций Сюжетно- ролевая игра Раскрашивание книжек-раскрасок по литературным произведениям продуктивная деятельность	Создание соответствующей предметно-развивающей среды Организация выставок Организация конкурсов Театрализованная деятельность
---	---	---	--

**Методы:** наглядный, словесный, игровой, практический

Формы контроля и возможные варианты его проведения: мониторинг проводится в форме эспресс - диагностики 2 раза в год (октябрь, апрель), с целью обеспечения возможности оценки динамики достижения детей, своевременной коррекции недостатков, сбалансированности методов, профилактики переутомления воспитанников и не нарушать ход образовательного процесса.

Блок «Физическая культура» проводится в форме занятий, осуществляется в режимных моментах, в разных видах организованной и самостоятельной деятельности детей.

Общее количество занятий - 72

количество занятий в неделю - 2 раза, проводится только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям, в форме игрового часа;

**длительность одного занятия - 30 минут.**

Исходя из календаря рабочих и выходных дней на 2023-2024 год (1 сентября текущего по 31 мая) количество часов, отведенных на образовательную область «Физическое развитие» - 72 часов



## Тематическое планирование

### Вторая младшая группа.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
1	Блок «Физическая культура»	75
	Ходьба и бег	12
	Прыжки	18
	Ползание, лазанье	18
	Катание, бросание, ловля, метание	15
	Координация, равновесие	5
	Спортивные упражнения	5

### Средняя группа

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
	Блок «Физическая культура»	72
	- Упражнения в ходьбе и равновесии	12
	- Упражнения в ползании, лазании	15
	- Упражнения в беге	16
	- Упражнения в прыжках	15
	- Упражнения в бросании, ловле, метании	5
	- Строевые упражнения	4
	- Спортивные игры	5

### Старшая группа

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
	Блок «Физическая культура»	72
	- Упражнения в ходьбе и равновесии	14

	- Упражнения в ползании, лазании	14
	- Упражнения в беге	16
	- Упражнения в прыжках	10
	- Упражнения в бросании, ловле, метании	8
	-Строевые упражнения	4
	-Спортивные игры	6

### Подготовительная группа

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
	Блок «Физическая культура»	72
	- Упражнения в ходьбе и равновесии	10
	- Упражнения в ползании, лазании	12
	- Упражнения в беге	10
	- Упражнения в прыжках	16
	- Упражнения в бросании, ловле, метании	12
	-Строевые упражнения	4
	-Спортивные игры	8

1

## Вторая младшая группа №3

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	Кол-во ч.	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1.	Ходьба и бег	«Здравствуйте, давайте знакомиться!»	1	Занятие – путешествие	<p>Двигательная активность</p> <p>Приучать детей действовать совместно; формировать умение сохранять правильную осанку в положении стоя, сидя, в движении; обеспечить профилактику нарушений осанки:</p> <p>-Ходьба и бег небольшими группами за воспитателем</p> <p>-ОРУ без предметов</p> <p>-упражнять ходьбу между двумя линиями, сохраняя равновесие</p> <p>- учить прыжки на двух ногах на месте с хлопками над головой.</p> <p>-упражнять проползание заданного расстояния на четвереньках</p> <p>-Подвижная игра «Бегите ко мне»</p>	Ребёнок будет ходить и бегать небольшими группами за воспитателем, уверенно ориентируясь в пространстве, проходить между двумя линиями, сохраняя равновесие	03.09 2024	
2.			1				06.09 2024	
3.	Прыжки	«Зайки вышли погулять»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность</p> <p>-Ходьба и бег небольшими группами, за воспитателем</p> <p>-ОРУ без предметов</p> <p>- повторить ходьбу между двумя линиями, сохраняя равновесие</p> <p>-упражнять проползание заданного расстояния на четвереньках до игрушки.</p>	Ребёнок будет энергично подпрыгивать на двух ногах на месте	10.09 2024	
4.			1				13.09 2024	

					<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить прыжкам на двух ногах слегка продвигаясь вперед.</li> <li>-Катание среднего мяча двумя руками воспитателю.</li> <li>-Подвижная игра «Пойдем в гости»</li> </ul>			
5.	Катание , бросание еловля, метание	«Праздник мяча»	1	Занятие, построенное на одном движении и	<ul style="list-style-type: none"> <li>Двигательная активность</li> <li>-Ходьба и бег небольшими группами</li> <li>-ОРУ с маленькими мячами</li> <li>- учить бросанию и ловле мяча двумя руками друг другу и воспитателю.</li> <li>-упражнять проползание в вертикальный обруч за игрушкой.</li> <li>- совершенствование прыжка на двух ногах с продвижением вперед.</li> <li>-Подвижная игра «Мой весёлый, звонкий мяч», малоподвижные игры «Найди мяч», «Надувай мяч»</li> </ul>	Ребенок сможет самостоятельно бросать и ловить мяч двумя слегка согнутыми в локтях руками	17.09	
6.			20.09				2024	
7.	Ползание, лазанье	«Мой домик»	1	Занятие - игра	<ul style="list-style-type: none"> <li>Двигательная активность, игровая</li> <li>-Ходьба и бег парами взявшись за руки.</li> <li>-ОРУ без предметов</li> <li>- упражнять подлезание под шнур и проползание заданного расстояния до игрушки на четвереньках.</li> <li>- учить прокатыванию мяча двумя руками друг другу.</li> <li>- Подвижная игра «Бегите к флажку» (добежать до флажка, подпрыгнуть и вернуться с прыжками на двух ногах) или</li> <li>-Подвижная игра «Найди свой домик»</li> </ul>	Ребёнок будет подлезать под шнур, опираясь на ладони и колени и правильно группироваться.	24.09.	
8.			27.09.				2024	

9.	Прыжки	«Мы едем в далёкие края»	1	Занятие - путешествия	<p>Двигательная активность</p> <p>-Ходьба и бег по кругу</p> <p>-повторение ходьбу и бег по ограниченной площади опоры</p> <p>- ОРУ с султанчиками.</p> <p>- повторить прыжки с продвижением вперед и подпрыгиванием до предмета подвешенного выше поднятой руки ребенка.</p> <p>- совершенствование подлезания под верёвку, не касаясь пола руками.</p> <p>- учить подбрасывание мяча двумя руками вверх снизу.</p> <p>-Подвижная игра «Птички в гнздышках»;</p> <p>малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</p>	Ребёнок сможет прыгать на двух ногах на месте, изменяя их положение (ноги вместе, ноги врозь)	01.10.2024	
10.			1				04.10.2024	
11.	Катание, бросание ловля, метание	«Фрукты, овощи люблю»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-повторить ходьбу на носочках, на пятках бег с остановкой на сигнал воспитателя.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги</p> <p>-ОРУ с мячами</p> <p>-Повторять прокатывание мячей под веревку и проползание за ним.</p> <p>- упражнять пролезание под верёвку (высота 50см) не касаясь руками пола.</p> <p>-Подвижная игра «У медведя во бору»</p>	Ребёнок будет самостоятельно прокатывать мяч по прямой траектории	08.10.2024	
12.			1				11.10.2024	
13.	Ползание лазанье	«По узенькой дорожке»	1	Занятие по единому	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-Ходьба и бег с остановкой на сигнал воспитателя</p>	Ребёнок будет энергично с опорой на ладони	15.10.2024	
14.			1					

		шагают наши ножки»		сюжету	-ОРУ без предметов - упражнять подлезание под дуги - учить ходьбе по уменьшенной площади опоры (между веревками расстояние 15 см) -Повторить прыжки из обруча в обруч. - повторить прокатывание мяча друг другу. -Подвижная игра «Бегите ко мне» (звонит колокольчик) подбежать к воспитателю и хлопнуть в ладошки.; малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»	и колени подлезать под дуги, правильно группируясь, затем выпрямляться и хлопать в ладони над собой	18.10.2024	
15	Катание, бросание ловля, метание	«Мышата»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба друг за другом держась за руки, бег по кругу друг за другом. -ОРУ с мячами - учить отталкиванию мяча при прокатывании друг другу (положение сидя) - повторить ползание на четвереньках по прямой. - повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. -Подвижная игра «Огуречик»	Ребёнок сможет энергично отталкивать мяч при прокатывании друг другу, выдерживая направление движения	22.10.2024	
16.			1				25.10.2024	
17.	Ходьба и бег	«Играем с мышонком»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба по сигналу (остановка, поворот, приседание) и бег в рассыпную ОРУ без предметов -повторить ходьбу по ограниченной площади	Ребёнок сможет ходить по ограниченной площади опоры	29.10.2024	
18.			1				01.11.2024	

					<p>опоры перешагивая через кубики; спрыгивание с низкого бревна на маты, мягко приземляться в прыжках.</p> <p>-повторить перепрыгивание через веревки, лежащие на полу.</p> <p>-учить прокатыванию мяча в воротца.</p> <p>-Подвижная игра «Мыши в кладовой»;</p> <p>-Малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</p>			
19.	Прыжки	«С кочки на кочку»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-Ходьба колонной по одному; Бег друг за другом, по сигналу остановка.</p> <p>-ОРУ в обручах</p> <p>-Повторить прыжки из обруча в обруч</p> <p>-учить прокатывание мяча друг другу</p> <p>-Подвижная игра «Птички в гнездышках»</p>	Ребёнок сможет прыгать из обруча в обруч, приземляясь на полусогнутые ноги	05.11.2024	
20.			1					
21.	Катание бросание ловля, метание	«Мы – ребята малыши, мы – ребята крепыши»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-Ходьба колонной по одному</p> <p>Бег заданном направлении</p> <p>-ОРУ с мячами</p> <p>- повторить ловлю мяча, брошенного воспитателем и обратно, бросание вверх, вниз, об пол</p> <p>-совершенствование ползание на четвереньках, подлезание под скамейку</p> <p>- учить прыжку в длину через 2 линии.</p> <p>-Подвижная игра «Карусель»</p>	Ребёнок будет ловить мяч, брошенный воспитателем и возвращать его назад	08.11.2024	
22.			1					12.11.2024
23.	Координация	«По лесной дорожке»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-Ходьба колонной по одному, бег</p>	Ребенок будет уверенно ходить	15.11.2024	

24.	равноесие		1		-Ору без предметов - повторить ходьбу по уменьшенной площади между шнурами перешагивая предметы. -учить ползанию на четвереньках прокатывая мяч головой по прямой. - совершенствование подбрасывание мяча вверх снизу двумя руками. -Подвижная игра «Шагаем по дорожке» «Тише едешь, дальше будешь». Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями.	по уменьшенной площади опоры между шнурами, сохраняя равновесие и держа голову прямо	19.11.2024	
25.	Ходьба и бег	«Цыплята	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба и бег в рассыпную, используя всю площадь зала; -ОРУ без предметов -повторить прыжки с продвижением вперед через две линии. -учить бросание малого мяча вдаль правой, левой рукой. -Подвижная игра «Наседка и цыплята»; малоподвижная игра «Лошадки»	Ребёнок будет ходить и бегать в рассыпную по всему залу, не наталкиваясь друг на друга	22.11.2024	
26.			1				26.11.2024	
27.	Катание , бросание ловля, метание	«Вместе весело шагать»	1	Занятие, построенное на одном движении и	Двигательная активность -Ходьба и бег в заданном направлении -ОРУ с мячами -учить бросание мяча из-за головы двумя руками на дальность. -Повторить прыжки с продвижением вперед на правой, на левой ноге. -совершенствование прокатывание мяча в	Ребёнок будет энергично бросать мяч из-за головы	29.11.2024	
28.			1				03.12.2024	



					воротца или друг другу через воротца. -Подвижная игра «Лохматый пес»			
29.	Катание , бросани е ловля, метание	«Птички»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег враспынную. -ОРУ с мячами -Бросание мяча двумя руками в корзину на меткость. -Повторить прыжки из обруча в обруч. -учить подлезание в обруч не касаясь обруча. -Подвижная игра «Птички и птенчики» Малоподвижная игра «Найди птенчика».	Ребёнок будет бросать мяч в корзину двумя руками снизу, вперёд и вверх	06.12.2024	
30.			1				10.12.2024	
31.	Ползани, лазанье	«День Рождения кота Василия»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность. Круговая тренировка. -Ходьба и бег по кругу. -ОРУ без предметов -Ходьба по доске. -повторить подлезание под дуги. -учить пролезание в туннель. -совершенствовать прыжки из обруча в обруч на двух ногах. -Подвижная игра «Воробышки»; малоподвижная игра «Угадай кого нет»	Ребёнок будет уверенно подлезать под шнур, делая шаг вперед, немного приседая, и перемещая вперед голову и туловище, а затем вторую ногу	13.12.2024	
32.			1				17.12.2024	
33.	Ходьба и бег	«Веселая карусель»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Перестроение. Ходьба сочетая с движениями рук. Бег с заданиями. -ОРУ без предметов. -учить ползанию на четвереньках по доске. -Повторить прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге.	Ребёнок сможет перестраиваться и ходить парами, прыгать на двух ногах с продвижением вперед; ходить по	20.12.2024	
34.			1				24.12.2024	

					-совершенствовать ловлю мяча, брошенного воспитателем -Подвижная игра «Кролики»	доске, сохраняя равновесие		
35.	Катание , бросание ловля, метание	«Смелые ребята»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба в сочетании движениями рук, бег с выполнением заданий. -ОРУ с кубиками. -учить прокатывание мяча вокруг предмета. -Повторить ползание на четвереньках по гимнастической доске. -Подвижные игры: «Мой весёлый звонкий мяч», Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»	Ребёнок будет прокатывать мяч вокруг предметов, наклонившись вперёд и согнув немного колени	27.12.2024	
36.			1					
37.	Катание , бросание ловля, метание	«Дружные ребята»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба со сменами направления. бег непрерывно 1 мин; -ОРУ с мячами -учить лазанию по гимнастической лестнице. -повторить метание малого мяча в горизонтальную цель правой, левой рукой. -совершенствование подпрыгивание на одной на другой ноге. -Подвижная игра «Кот и мыши»	Ребёнок сможет энергично прокатывать мяч под дугой, наклонившись вперёд и согнув немного колени	14.01.2025	
38.			1					
39.	Ползание, лазанье	«У нас в гостях лисички»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег с остановкой на сигнал воспитателя; ОРУ в обручах. -повторить подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	Ребёнок будет уверенно подлезать под шнур, делая шаг вперед, немного приседая, и	21.01.2025	
40.			1					

					-упражнять лазание по гимнастической стенке. - учить бросание малого мяча в корзинку. -Подвижная игра «Лиса в курятнике»	перемещая вперед голову и туловище, а затем вторую ногу		
41.	Прыжки	«Птичий двор»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба и бег с заданиями; -ОРУ с флажками -повторить ловля мяча, брошенного воспитателем. -упражнять прыжки из обруча в обруч. -учить хождению по канату. -Подвижная игра «Птички в гнёздышке» Игра на внимание «Нос, ухо, потолок»	Ребёнок будет прыгать из обруча в обруч, мягко приземляясь и эластично сгибая ноги	28.01.2025	
42.			1				31.01.2025	
43.	Катание, бросание ловля метание	«Весёлые ладошки»	1	Занятие, построенное на одном движении	Двигательная активность -Ходьба и бег колонной по одному, выполняя задание. -ОРУ с мячами -Повторить прокатывание мяча друг другу. -учить прыжку с высоты с приземлением на полусогнутые ноги. -совершенствовать ползание по гимнастической скамейке -Подвижная игра «Кот и воробушки».	Ребёнок будет энергично отталкивать мяч при прокатывании друг другу, выдерживая направление движения Приземление на полусогнутые ноги.	04.02.2025	
44.			1				07.02.2025	
45.	Ползание лазанье	«Радуга – дуга»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба переменным шагом через шнуры -Бег с выполнением заданий. -ОРУ без предметов	Ребёнок будет ползать на четвереньках по наклонному скату	11.02.2024	
46.			1				14.02.2025	

					-учить бросанию мяча через шнур. -Повторить ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. -Подвижная игра «Найди свой цвет»; -Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»	да конца, затем поворачиваться и сходить вниз		
47.	Координация, равновесие	«Ловкие кролики»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному, выполняя задания -Бег непрерывный в медленном темпе 1 мин. -ОРУ без предметов. -Повторить ползание в обруч, не касаясь руками пола - упражнять ходьбу по гимнастической скамейке. -учить ползанию на четвереньках, на животе. -совершенствовать ловлю мяча, брошенного воспитателем. -Подвижные игры: «Вправо-влево покружись, а потом «остановись» «Шагаем по дорожке»	Ребёнок будет ходить по гимнастической скамейке, держа прямо голову и спину и сохраняя равновесие	18.02.2025	
48.			1				21.02.2025	
49.	Прыжки	«Подводное царство»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба по доске перешагивая предметы, - бег по кругу. -ОРУ без предметов. - повторить перелезанию через гимнастическое бревно. -учить метанию в горизонтальную цель малого мяча от груди.	Ребёнок будет прыгать на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь руками	25.02.2025	
50.			1				28.02.2025	

					- совершенствовать прыжки в длину с места. -Подвижная игра «Рыбак и рыбки»			
51.	Катание	«В гостях у Зайки»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба между стойками, -бег без остановки 1мин. -ОРУ без предметов -повторить прыжки в длину с места. -учить метанию мешочков с песком правой и левой рукой. -учить отбиванию мяча одной рукой. -Подвижная игра «Зайка серенький сидит».	Ребёнок будет энергично метать мешочек с песком одной рукой от плеча вперёд-вверх	04.03.2025	
52.	бросание ловля, метание		1				11.03.2025	
53.	Катание	«Забавные воробышки»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба с перешагиванием через кубики. Бег в быстром темпе. -ОРУ без предметов - Повторить ползанию по скамейке на ладонях и коленях. -учить бросание мяча о пол, ловля двумя руками. -совершенствовать прыжки в длину с места через две линии. -Подвижная игра «Лови, бросай, упасть не давай».	Ребёнок будет бросать мяч о пол и ловить его кистями рук, не прижимая к груди	11.03.2025	
54.	бросание ловля, метание		1				14.03.2025	
55.	Ползание	«Мишки-Топтыжки»	1	Занятие, построенное на одном движении	Двигательная активность -Ходьба парами -Бег в медленном темпе 1 мин. -ОРУ без предметов -Повторить ползание по гимнастической скамейке	Ребёнок будет ползать по гимнастической скамейке, наклоняясь, опираясь на руки	18.03.2025	
56.	лазанье		1				21.03.2025	

					на четвереньках, на животе. -Пролезание в вертикально стоящий обруч. - учить метанию в вертикальную цель. -Подвижная игра «У медведя во бору»	и поочередно ставя на скамью одно и другое колено		
57.	Ходьба и бег	«Птичий двор»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег с изменением направления движения. -ОРУ без предметов -учить ходьбе по скамейке. -Повторить прыжки в длину с места. -учить бросанию мяча из-за головы. -Подвижная игра «Курочка-хохлатка»; малоподвижная игра «Где цыплёнок?»	Ребёнок будет ходить и бегать с изменением направления.	25.03.2025	
58.			1				28.03.2025	
59.	Прыжки и	«Тише, тише, кот на крыше»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному. -Бег враспынную -ОРУ с мячами -обучение прыжка с высоты. -повторить отбивание мяча об пол одной рукой. -совершенствовать лазание по гимнастической стенке. -Подвижная игра «Найди свой цвет»; малоподвижная игра «Пройди тихо»	Ребёнок будет прыгать в длину с места, целенаправленно подготавливаясь к прыжку и энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно	01.04.2025	
60.			1				04.04.2025	
61.	Катание, бросание ловля, метание	«Страна препятствий»	1	Занятие - путешествие	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег между стойками -ОРУ с мячами -учить подбрасыванию мяча вверх и ловля его двумя руками.	Ребёнок будет энергично подбрасывать мяч, и ловить его кистями рук, не	08.04.2025	
62.			1				11.04.2025	

					-Повторить ползание по доске. -закрепление метание в цель(мишень) -Подвижная игра «Мыши в кладовой»; малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»	прижимая к себе		
63.	Ползание и лазанье	«Мы – ребята малыши, мы – ребята крепыши»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег колонной по одному -ОРУ без предметов -учить лазанию по гимнастической стенке. -повторение ходьба по доске, формирующая правильную осанку. -проползание через туннели. -Подвижная игра «Воробьишки и автомобиль».	Ребёнок будет лазать по гимнастической стенке произвольным способом, захватывая рейку большим пальцем снизу, остальными сверху и ставя ногу на рейку серединой стопы	15.04.2025	
64.			1				18.04.2025	
65.	Прыжки	«Маленькие солнышки»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег по кругу -ОРУ без предметов -повторение ходьбы по повышенной опоре - учить прыжка в глубину -Подвижная игра «Мыши в кладовой»; малоподвижная игра «Найди дыplёнка»	Ребёнок будет прыгать в глубину, правильно отталкиваясь вперёд-вверх	22.04.2025	
66.			1				25.04.2025	
67.	Катание, бросание и ловля,	«Меткие мячики»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег в рассыпную -ОРУ с мячами -учить метанию мяча одной (удобной) рукой в	Ребёнок будет энергично метать мяч от плеча одной (удобной)	29.04.2025	
68.			1				06.05.2025	

	метание				наклонённую корзину. - упражнять пролезание в обруч. - повторить прыжки через предметы. -Подвижная игра «Огуречик, огуречик»; малоподвижная игра «Найди мышонка»	рукой в наклонённую корзину		
69	Катание , бросани е ловля, метание	«Весёлые ребята»	1	Сюжетно -игровое	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному, выполняя задания -Бег в рассыпную. -ОРУ с мячами -закрепление подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. -учить метанию небольшого мяча в вертикальную цель. -Подвижная игра «Дождик и солнышко»	Ребёнок сможет уверенно подбрасывать мяч невысоко над собой вверх и ловить его кистями рук, не прижимая к себе	13.05. 2025	
70.			1				16.05 2025	
71.	Спорти вные упражн ения	«Велогонщ ики»	1	Занятие, построен ное на одном движени и	Двигательная активность -Ходьба с переменным шагом -Бег в рассыпную -ОРУ без предметов - учить катанию на трёхколесном велосипеде самокате по прямой с поддержкой взрослого. -Подвижная игра «Найди свой домик»;	Ребёнок сможет кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой с поддержкой взрослого, равномерно вращая педали передней частью ступни	20.05 2025	
72.			1				23.05 2025	
73.	Катание , бросани	«Меткие мячики»		Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег в рассыпную -ОРУ с мячами	Ребёнок будет энергично метать мяч от плеча		
74			2				27.05. 2025-	



	е ловля, метание				-учить метанию мяча одной (удобной) рукой в наклонённую корзину. - упражнять пролезание в обруч. - повторить прыжки через предметы. -Подвижная игра «Огуречик, огуречик»; малоподвижная игра «Найди мышонка»	одной (удобной) рукой в наклонённую корзину	30.05.2025	
--	------------------	--	--	--	--	---	------------	--

1

2

### Вторая младшая группа №6

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	Количество	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1.	Ходьба и бег	«Здравствуйте, давайте знакомиться!»	1	Занятие –	Двигательная активность Приучать детей действовать совместно;	Ребёнок будет ходить и бегать небольшими группами за воспитателем, уверенно ориентируясь в пространстве, проходить между двумя линиями, сохраняя равновесие	04.09 2024	
2.			1	путешествие	формировать умение сохранять правильную осанку в положении стоя, сидя, в движении; обеспечить профилактику нарушений осанки: -Ходьба и бег небольшими группами за воспитателем -ОРУ без предметов -упражнять ходьбу между двумя линиями, сохраняя равновесие - учить прыжки на двух ногах на месте с хлопками над головой. -упражнять проползание заданного расстояния на четвереньках -Подвижная игра «Бегите ко мне»		05.09 2024	

3.	Прыжки	«Зайки вышли погулять»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность</p> <p>-Ходьба и бег небольшими группами, за воспитателем</p> <p>-ОРУ без предметов</p> <p>- повторить ходьбу между двумя линиями, сохраняя равновесие</p> <p>-упражнять проползание заданного расстояния на четвереньках до игрушки.</p> <p>- учить прыжкам на двух ногах слегка продвигаясь вперед.</p> <p>-Катание среднего мяча двумя руками воспитателю.</p> <p>-Подвижная игра «Пойдем в гости»</p>	Ребёнок будет энергично подпрыгивать на двух ногах на месте	11.09 2024	
4.			1				12.09 2024	
5.	Катание, бросание и ловля, метание	«Праздник мяча»	1	Занятие, построенное на одном движении и	<p>Двигательная активность</p> <p>-Ходьба и бег небольшими группами</p> <p>-ОРУ с маленькими мячами</p> <p>- учить бросанию и ловле мяча двумя руками друг другу и воспитателю.</p> <p>-упражнять проползание в вертикальный обруч за игрушкой.</p> <p>- совершенствование прыжка на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>-Подвижная игра «Мой весёлый, звонкий мяч», малоподвижные игры «Найди мяч», «Надууй мяч»</p>	Ребенок сможет самостоятельно бросать и ловить мяч двумя слегка согнутыми в локтях руками	18.09 2024	
6.			1				19.09 2024	
7.	Ползание, лазанье	«Мой домик»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-Ходьба и бег парами взявшись за руки.</p> <p>-ОРУ без предметов</p> <p>- упражнять подлезание под шнур и</p>	Ребёнок будет подлезать под шнур, опираясь на ладони и	25.09. 2024	
8.			1				26.09.	

					проползание заданного расстояния до игрушки на четвереньках. - учить прокатыванию мяча двумя руками друг другу. - Подвижная игра «Бегите к флажку» (добежать до флажка, подпрыгнуть и вернуться с прыжками на двух ногах) или -Подвижная игра «Найди свой домик»	колени и правильно группируясь.	2024	
9.	Прыжки	«Мы едем в далёкие края»	1	Занятие - путешествие	Двигательная активность -Ходьба и бег по кругу -повторение ходьбу и бег по ограниченной площади опоры - ОРУ с султанчиками. - повторить прыжки с продвижением вперед и подпрыгиванием до предмета подвешенного выше поднятой руки ребенка. - совершенствование подлезания под верёвку, не касаясь пола руками. - учить подбрасывание мяча двумя руками вверх снизу. -Подвижная игра «Птички в гнздышках»; малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»	Ребёнок сможет прыгать на двух ногах на месте, изменяя их положение (ноги вместе, ноги врозь)	02.10.2024	
10.			1				03.10.2024	
11.	Катание, бросание ловля, метание.	«Фрукты, овощи люблю»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -повторить ходьбу на носочках, на пятках бег с остановкой на сигнал воспитателя. ОРУ без предметов. при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги -ОРУ с мячами	Ребёнок будет самостоятельно прокатывать мяч по прямой траектории	09.10.2024	
12.			1				10.10.2024	

					-Повторять прокатывание мячей под веревку и проползание за ним. - упражнять пролезание под верёвку (высота 50см) не касаясь руками пола. -Подвижная игра «У медведя во бору»			
13.	Ползание лазанье	«По узенькой дорожке шагают наши ножки»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег с остановкой на сигнал воспитателя -ОРУ без предметов - упражнять подлезание под дуги - учить ходьбе по уменьшенной площади опоры (между веревками расстояние 15 см) -Повторить прыжки из обруча в обруч. - повторить прокатывание мяча друг другу. -Подвижная игра «Бегите ко мне» (звонит колокольчик) подбежать к воспитателю и хлопнуть в ладошки.; малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»	Ребёнок будет энергично с опорой на ладони и колени подлезать под дуги, правильно группируясь, затем выпрямляться и хлопать в ладони над собой	16.10.2024	
14.			1				17.10.2024	
15	Катание, бросание	«Мышата	1	Занятие по	Двигательная активность -Ходьба друг за другом держась за руки,	Ребёнок сможет энергично	23.10.2024	

16.	ловля, метание		1	единому сюжету	<p>бег по кругу друг за другом.</p> <p>-ОРУ с мячами</p> <p>- учить отталкиванию мяча при прокатывании друг другу (положение сидя)</p> <p>- повторить ползание на четвереньках по прямой.</p> <p>- повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>-Подвижная игра «Огуречик»</p>	отталкивать мяч при прокатывании друг другу, выдерживая направление движения	24.10.2024	
17.	Ходьба и бег	«Играем с мышонком»	1	Занятие по единому сюжету	<p>Двигательная активность</p> <p>-Ходьба по сигналу (остановка, поворот, приседание)</p> <p>и бег в рассыпную</p> <p>ОРУ без предметов</p> <p>-повторить ходьбу по ограниченной площади опоры перешагивая через кубики; спрыгивание с низкого бревна на маты, мягко приземляться в прыжках.</p> <p>-повторить перепрыгивание через веревки, лежащие на полу.</p> <p>-учить прокатыванию мяча в воротца.</p> <p>-Подвижная игра «Мыши в кладовой»;</p> <p>-Малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»</p>	Ребёнок сможет ходить по ограниченной площади опоры	30.10.2024	
18.			1				31.10.2024	
19.	Прыжки	«С кочки на кочку»	1	Занятие - игра	<p>Двигательная активность, игровая</p> <p>-Ходьба колонной по одному; Бег друг за другом, по сигналу остановка.</p>	Ребёнок сможет прыгать из обруча в обруч,	07.11.2024	
20.			1					

					-ОРУ в обручах -Повторить прыжки из обруча в обруч -учить прокатывание мяча друг другу -Подвижная игра «Птички в гнездышках»	приземляясь на полусогнутые ноги		
21.	Катание бросание	«Мы – ребята малыши, мы – ребята крепыши»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному Бег заданном направлении -ОРУ с мячами - повторить ловлю мяча, брошенного воспитателем и обратно, бросание вверх, вниз, об пол -совершенствование ползание на четвереньках, подлезание под скамейку - учить прыжку в длину через 2 линии. -Подвижная игра «Карусель»	Ребёнок будет ловить мяч, брошенный воспитателем и возвращать его назад	13.11.2024	
22.	ловля, метание		1				20.11.2024	
23.	Координация	«По лесной дорожке»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному, бег -Ору без предметов - повторить ходьбу по уменьшенной площади между шнурами перешагивая предметы. -учить ползанию на четвереньках прокатывая мяч головой по прямой. - совершенствование подбрасывание мяча вверх снизу двумя руками. -Подвижная игра «Шагаем по дорожке» «Тише едешь, дальше будешь». Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениями.	Ребенок будет уверенно ходить по уменьшенной площади опоры между шнурами, сохраняя равновесие и держа голову прямо	20.11.2024	
24.	равновесие		1				21.11.2024	
25.	Ходьба и	«Цыплята	1	Занятие	Двигательная активность	Ребёнок будет	27.11.	

	бег			по единому сюжету	-Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала; -ОРУ без предметов -повторить прыжки с продвижением вперед через две линии. -учить бросание малого мяча вдаль правой, левой рукой. -Подвижная игра «Наседка и цыплята»; малоподвижная игра «Лошадки»	ходить и бегать врассыпную по всему залу, не наталкиваясь друг на друга	2024 28.11. 2024	
26.			1					
27.	Катание, бросание	«Вместе весело шагать»	1	Занятие, построен ное на одном движени и	Двигательная активность -Ходьба и бег в заданном направлении -ОРУ с мячами -учить бросание мяча из-за головы двумя руками на дальность. -Повторить прыжки с продвижением вперед на правой, на левой ноге. -совершенствование прокатывание мяча в воротца или друг другу через воротца. -Подвижная игра «Лохматый пес»	Ребёнок будет энергично бросать мяч из-за головы	04.12 2024	
28.	ловля, метание		1					
29.	Катание, бросание	«Птички»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег врассыпную. -ОРУ с мячами -Бросание мяча двумя руками в корзину на меткость. -Повторить прыжки из обруча в обруч. -учить подлезание в обруч не касаясь обруча. -Подвижная игра «Птички и птенчики» Малоподвижная игра «Найди птенчика».	Ребёнок будет бросать мяч в корзину двумя руками снизу, вперёд и вверх	11.12. 2024	
30.	ловля, метание		1					
31.	Ползани,	«День	1	Занятие	Двигательная активность. Круговая	Ребёнок будет	18.12.	

	лазанье	Рождения кота Василия»		по единому сюжету	тренировка. -Ходьба и бег по кругу. -ОРУ без предметов -Ходьба по доске. -повторить подлезание под дуги. -учить пролезание в туннель. -совершенствовать прыжки из обруча в обруч на двух ногах. -Подвижная игра «Воробышки»; малоподвижная игра «Угадай кого нет»	уверенно подлезать под шнур, делая шаг вперед, немного приседая, и перемещая вперед голову и туловище, а затем вторую ногу	2024 19.12. 2024	
33.	Ходьба и бег	«Веселая карусель»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Перестроение. Ходьба сочетая с движениями рук. Бег с заданиями. -ОРУ без предметов. -учить ползанию на четвереньках по доске. -Повторить прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге. -совершенствовать ловлю мяча, брошенного воспитателем -Подвижная игра «Кролики»	Ребёнок сможет перестраиваться и ходить парами, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд; ходить по доске, сохраняя равновесие	25.12. 2024	
34.			1				26.12. 2024	
35.	Катание, бросание ловля, метание	«Смелые ребята»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба в сочетании движениями рук, бег с выполнением заданий. -ОРУ с кубиками. -учить прокатывание мяча вокруг предмета. -Повторить ползание на четвереньках по гимнастической доске. -Подвижные игры: «Мой весёлый звонкий мяч»,	Ребёнок будет прокатывать мяч вокруг предметов, наклонившись вперёд и согнув немного колени	09.01. 2025	
36.			1				15.01. 2025	



					Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»			
37.	Катание, бросание	«Дружные ребята»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба со сменами направления. бег непрерывно 1 мин; -ОРУ с мячами -учить лазанию по гимнастической лестнице. -повторить метание малого мяча в горизонтальную цель правой, левой рукой. -совершенствование подпрыгивание на одной на другой ноге. -Подвижная игра «Кот и мыши»	Ребёнок сможет энергично прокатывать мяч под дугой, наклонившись вперёд и согнув немного колени	16.01.2025	
38.	ловля, метание		1				22.01.2025	
39.	Ползание, лазанье	«У нас в гостях лисички»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег с остановкой на сигнал воспитателя; ОРУ в обручах. -повторить подлезание под шнур, не касаясь руками пола. -упражнять лазание по гимнастической стенке. - учить бросание малого мяча в корзинку. -Подвижная игра «Лиса в курятнике»	Ребёнок будет уверенно подлезать под шнур, делая шаг вперед, немного приседая, и перемещая вперед голову и туловище, а затем вторую ногу	23.01.2025	
40.			29.01.2025					
41.	Прыжки	«Птичий двор»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба и бег с заданиями; -ОРУ с флажками -повторить ловля мяча, брошенного воспитателем. -упражнять прыжки из обруча в обруч. -учить хождению по канату. -Подвижная игра «Птички в гнёздышке»	Ребёнок будет прыгать из обруча в обруч, мягко приземляясь и эластично сгибая ноги	30.01.2025	
42.			1				05.02.2025	

					Игра на внимание «Нос, ухо, потолок»			
43.	Катание, бросание	«Весёлые ладошки»	1	Занятие, построенное на одном движении и	Двигательная активность -Ходьба и бег колонной по одному, выполняя задание. -ОРУ с мячами -Повторить прокатывание мяча друг другу. -учить прыжку с высоты с приземлением на полусогнутые ноги. -совершенствовать ползание по гимнастической скамейке -Подвижная игра «Кот и воробушки».	Ребёнок будет энергично отталкивать мяч при прокатывании друг другу, выдерживая направление движения Приземление на полусогнутые ноги.	06.02.2025	
44.	ловля метание		1				12.02.2025	
45.	Ползание лазанье	«Радуга – дуга»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба переменным шагом через шнуры -Бег с выполнением заданий. -ОРУ без предметов -учить бросанию мяча через шнур. -Повторить ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. -Подвижная игра «Найди свой цвет»; -Малоподвижная игра «Угадай, чей голосок?»	Ребёнок будет ползать на четвереньках по наклонному скату да конца, затем поворачиваться и сходить вниз	13.02.2024	
46.			1				19.02.2025	
47.	Координация,	«Ловкие кролики»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному, выполняя задания -Бег непрерывный в медленном темпе 1 мин. -ОРУ без предметов. -Повторить ползание в обруч, не касаясь	Ребёнок будет ходить по гимнастической скамейке, держа прямо голову и спину и сохраняя равновесие	20.02.2025	
48.	равновесие		1				26.03.2025	

					руками пола - упражнять ходьбу по гимнастической скамейке. -учить ползанию на четвереньках, на животе. -совершенствовать ловлю мяча, брошенного воспитателем. -Подвижные игры: «Вправо-влево покружись, а потом «остановись» «Шагаем по дорожке»			
49.	Прыжки	«Подводное царство»	1	Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба по доске перешагивая предметы, - бег по кругу. -ОРУ без предметов. - повторить перелезанию через гимнастическое бревно. -учить метанию в горизонтальную цель малого мяча от груди. - совершенствовать прыжки в длину с места. -Подвижная игра «Рыбак и рыбки»	Ребёнок будет прыгать на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь руками	27.02.2025	
50.			1				05.03.2025	
51.	Катание, бросание ловля, метание	«В гостях у Зайки»		Занятие по единому сюжету	Двигательная активность -Ходьба между стойками, -бег без остановки 1мин. -ОРУ без предметов -повторить прыжки в длину с места. -учить метанию мешочков с песком правой и левой рукой. -учить отбиванию мяча одной рукой. -Подвижная игра «Зайка серенький сидит».	Ребёнок будет энергично метать мешочек с песком одной рукой от плеча вперёд-вверх	06.03.2025	
52.			1				12.03.2025	
53.	Катание,	«Забавные	1	Занятие -	Двигательная активность, игровая	Ребёнок будет	13.03.	

	бросание ловля, метание	воробышки	1	игра	-Ходьба с перешагиванием через кубики. Бег в быстром темпе. -ОРУ без предметов - Повторить ползанию по скамейке на ладонях и коленях. -учить бросание мяча о пол, ловля двумя руками. -совершенствовать прыжки в длину с места через две линии. -Подвижная игра «Лови, бросай, упасть не давай».	бросать мяч о пол и ловить его кистями рук, не прижимая к груди	2025 19.03. 2025	
55.	Ползание лазанье	«Мишки-Топтыжки»	1	Занятие, построен	Двигательная активность -Ходьба парами -Бег в медленном темпе 1 мин. -ОРУ без предметов -Повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, на животе. -Пролезание в вертикально стоящий обруч. - учить метанию в вертикальную цель. -Подвижная игра «У медведя во бору»	Ребёнок будет ползать по гимнастической скамейке, наклоняясь, опираясь на руки и поочерёдно ставя на скамью одно и другое колено	20.03. 2025	
56.			1	ное на одном движени и			26.03. 2025	
57.	Ходьба и бег	«Птичий двор»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег с изменением направления движения. -ОРУ без предметов -учить ходьбе по скамейке. -Повторить прыжки в длину с места. -учить бросанию мяча из-за головы. -Подвижная игра «Курочка-хохлатка»;	Ребёнок будет ходить и бегать с изменением направления.	27.03. 2025	
58.			1				02.04. 2025	

					малоподвижная игра «Где цыплёнок?»			
59.	Прыжки	«Тише, тише, кот на крыше»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному. -Бег враспынную -ОРУ с мячами -обучение прыжка с высоты. -повторить отбивание мяча об пол одной рукой. -совершенствовать лазание по гимнастической стенке. -Подвижная игра «Найди свой цвет»; малоподвижная игра «Пройди тихо»	Ребёнок будет прыгать в длину с места, целенаправленно подготавливаясь к прыжку и энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно	03.04.2025	
60.			1				09.04.2025	
61.	Катание, бросание ловля, метание	«Страна препятствий»	1	Занятие - путешествие	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег между стойками -ОРУ с мячами -учить подбрасыванию мяча вверх и ловля его двумя руками. -Повторить ползание по доске. -закрепление метание в цель(мишень) -Подвижная игра «Мыши в кладовой»; малоподвижная игра «Где спрятался мышонок?»	Ребёнок будет энергично подбрасывать мяч, и ловить его кистями рук, не прижимая к себе	10.04.2025	
62.			1				16.04.2025	
63.	Ползание лазанье	«Мы – ребята малыши, мы – ребята крепыши»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег колонной по одному -ОРУ без предметов -учить лазанию по гимнастической стенке. -повторение ходьба по доске, формирующая правильную осанку. -проползание через туннели.	Ребёнок будет лазать по гимнастической стенке произвольным способом, захватывая рейку	17.04.2025	
64.			1				23.04.2025	

					-Подвижная игра «Воробышки и автомобиль».	большим пальцем снизу, остальными сверху и ставя ногу на рейку серединой стопы		
65.	Прыжки	«Маленькие солнышки»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег по кругу -ОРУ без предметов -повторение ходьбы по повышенной опоре - учить прыжка в глубину -Подвижная игра «Мыши в кладовой»; малоподвижная игра «Найди цыплёнка»	Ребёнок будет прыгать в глубину, правильно отталкиваясь вперёд-вверх	24.04	
66.			1					30.04.
67.	Катание, бросание	«Метки мячики»	1	Занятие - игра	Двигательная активность, игровая -Ходьба и бег в рассыпную -ОРУ с мячами -учить метанию мяча одной (удобной) рукой в наклонённую корзину. - упражнять пролезание в обруч. - повторить прыжки через предметы. -Подвижная игра «Огуречик, огуречик»; малоподвижная игра «Найди мышонка»	Ребёнок будет энергично метать мяч от плеча одной (удобной) рукой в наклонённую корзину	07.05.	
68.	ловля, метание		1					014.05
69	Катание, бросание	«Весёлые ребята»	1	Сюжетно-игровое	Двигательная активность, игровая -Ходьба колонной по одному, выполняя задания -Бег в рассыпную. -ОРУ с мячами -закрепление подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Ребёнок сможет уверенно подбрасывать мяч невысоко над собой вверх и ловить его кистями рук, не	15.05.	
70.	ловля, метание		1					21.05

					-учить метанию небольшого мяча в вертикальную цель. -Подвижная игра «Дождик и солнышко»	прижимая к себе		
71.	Спортивные упражнения	«Велогонщики»	1	Занятие, построенное на одном движении	Двигательная активность -Ходьба с переменным шагом -Бег враспынную -ОРУ без предметов - учить катанию на трёхколесном велосипеде самокате по прямой с поддержкой взрослого. -Подвижная игра «Найди свой домик»;	Ребёнок сможет кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой с поддержкой взрослого, равномерно вращая педали передней частью ступни	22.05	
72.			1				28.05	
73.	Спортивные упражнения	«Забавные игры»	1	Занятие, построенное на одном движении	Двигательная активность -Ходьба с переменным шагом -Бег враспынную -ОРУ без предметов - учить катанию на трёхколесном велосипеде самокате по прямой с поддержкой взрослого. -Подвижная игра «Найди свой домик»;	Ребёнок сможет кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой с поддержкой взрослого, равномерно вращая педали передней частью ступни	29.05	

1

2

3

## Средняя группа № 7

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	Кол-во часов	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1.	Строевые упражнения (Перестроение в три звена из колонны по одному)	Веселые лягушатка	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ без предметов Подвижные игры: «Найди себе пару», «Ходьба в колонне по одному»	Ребенок сможет приложить волевые усилия в сохранении устойчивого равновесия на уменьшенной площади опоры; сможет энергично отталкиваться двумя ногами от пола (земли) и мягко приземляться при подпрыгивании.	02.09.24	
2.	Строевые упражнения (Перестроение в три звена из колонны по одному)	Веселые лягушатка	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ без предметов Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой Подвижная игра «Найди себе пару».	Ребенок сможет сохранить устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры в определенных видах упражнений. Проявит ловкость и быстроту в подвижной игре «Найди себе пару»	05.09.24	



3.	Строевые упражнения (Перестроение в три звена из колонны по одному)	Пробеги тихо	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ с флажками Подвижные игры «Пробеги тихо», и «Карлики и великаны»	Ребенок сможет самостоятельно перестраиваться по тройкам, энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх.	09.09.24	
4.	Строевые упражнения (Перестроение в три звена из колонны по одному)	Пробеги тихо	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ с мячом Подвижная игра «Найди пару»	Ребенок будет самостоятельно перестраиваться по тройкам, Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх.	12.09.24	
5.	Ловля мяча кистями рук	Наш веселый мяч	1	Занятие с одним пособием	Ходьба с мячами, бег с мячом в руках. ОРУ с мячом Ходьба «змейкой», подталкивая рукой мяч. «Ловкие ручки» - подбрасывание и ловля мяча на месте. Эстафетные соревнования с мячом. Подвижные игры «Ловишки с мячом», «Попади в ворота»	Ребенок проявит ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. Сможет бегать и ходить в увеличенном темпе. Прыгать с места и перекатывать мяч.	16.09.24	
6.	Ловля мяча кистями	Непослушные	1	Интегрирован	Ходьба с мячами друг за другом, руки с мячом вверх, за голову,	Ребенок расширит представления о свойствах	19.09.24	

	рук	мячи		ное занятие	вперед, на носочках, на пятках. Бег друг за другом, боковой галоп, ходьба, дыхательные упражнения. ОРУ с мячом Метание малых мячей. Подвижная игра «У кого меньше?» Малоподвижная игра «Найди мячик»	разного вида мячей. Сможет метать мячи правой рукой.		
7.	Ловля мяча кистями рук	Красный, жёлтый, голубой не угнаться за тобой.	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег с мячом ОРУ с мячом Перебрасывание мяча в парах Ходьба по гимнастической доске Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»	Ребенок будет сохранять равновесие при ходьбе на уменьшенной площади опоры. Ловить мяч кистями рук.	23.09.24	
8.	Ловля мяча кистями рук	Красный, жёлтый, голубой не угнаться за тобой.	1	Тренировочное занятие	Ходьба змейкой, бег по прямой. ОРУ с мячом Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе; ходьба по скамейке (в.-15см), перешагивая через кубики, руки на поясе; перебрасывание мяча в парах Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»	Ребенок сможет сохранять равновесие при ходьбе на уменьшенной площади опоры. Ловить мяч кистями рук.	26.09.24	
9.	Ловля мяча кистями рук	В гостях у кота Васьки	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег в колонне с изменением направления, бег между предметами, ходьба с перешагиванием через бруски,	Ребенок сможет бегать и ходить в увеличенном темпе. Будет развивать	30.09.2024	

					<p>ходьба в рассыпную. ОРУ с мячом Перебрасывание мяча через сетку Ходьба в обход предметов. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Подвижная игра «Найди свой цвет»</p>	<p>двигательные навыки и физические качества: координацию движений, ловкость, быстроту. Ловить мяч кистями рук.</p>		
10.	Ловля мяча кистями рук	В гостях у кота Васьки	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба змейкой, бег по прямой. ОРУ с мячом Ходьба по ребристой доске положенной на пол, руки на поясе; ходьба по скамейке (-15см), перешагивая через кубики, руки на поясе; перебрасывание мяча в парах Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»</p>	<p>Ребенок сможет сохранять равновесие при ходьбе на уменьшенной площади опоры. Ловить мяч кистями рук.</p>	03.10.24	
11.	Ловля мяча кистями рук	Цветные автомобили	1	Занятие - игра	<p>Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. Ловля мяча кистями рук. ОРУ без предметов Подвижные игры: «Найди себе пару», «Ходьба в колонне по одному»</p>	<p>Ребенок выполнит ряд основных видов движений с мячом в соответствии с образцом взрослого.</p>	07.10.24	
12.	Ловля мяча кистями рук	Цветные автомобили	1	Занятие - игра	<p>Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким</p>	<p>Ребенок сможет сохранить устойчивое равновесие на уменьшенной площади</p>	10.10.24	

		или			подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ без предметов Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой Подвижная игра «Найди себе пару».	опоры; энергично оттолкнуться двумя ногами от пола (земли) и мягко приземляться при подпрыгивании.		
13.	Ходьба	В гостях у Совушки	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. ОРУ с гимнастической палочкой Прокатывание обручей в ходьбе, прыжки на двух ногах. Подвижная игра «Совушка – Сова»	Ребенок попытается совершенствовать бег и ходьбу между предметами, совершая правильную технику. Научится ходить с выполнением заданий.	14.10.24	
14.	Ходьба	В гостях у Совушки	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. ОРУ с гимнастической палочкой Прокатывание обручей в ходьбе, прыжки на двух ногах. Подвижная игра «Совушка – Сова» Игра малой подвижности «Найди – промолчи»	Ребенок выполнит ряд основных видов движения в соответствии с образцом взрослого в беге и ходьбе между предметами, совершая правильную технику.	17.10.24	
15.	Ходьба	Веселая карусель	1	Занятие, построенное на	Ходьба обычная, на носочках, на пятках, на наружных сторонах стоп. Бег по кругу. ОРУ с гимнастической палкой Ходьба с выполнением заданий	У ребенка сформируются навыки ходьбы и бега в предложенном виде техники. Ребенок сможет следить за	21.10.24	

				одном движении	(присесть, изменить положение рук) Ходьба – соревнование вдоль границ. Подвижные игры «У медведя во бору», «Найди пару»	правильной осанкой, укреплять мышцы тела в данных видах упражнений с помощью взрослого. Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки.		
16.	Ходьба	Веселая карусель	1	Тренировочное занятие	Ходьба обычная, на носочках, на пятках, на наружных сторонах стоп. Бег по кругу. ОРУ с мячом Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук) Бег вдоль границ. Подвижные игры «Позвони в колокольчик», «Найди, где спрятана»	Ребенок попытается сформировать правильную осанку, укрепить мышцы тела через ряд определенных упражнений. Сможет развивать и укреплять двигательные умения и навыки в подвижных играх «Позвони в колокольчик», «Найди, где спрятана»	24.10.24	
17.	Ходьба	Мы водители	1	Круговая тренировка (с сопровождением инструктора и воспитателя)	Ходьба и бег по кругу с изменением направления. ОРУ под музыку парами. Перебрасывание набивного мяча Прыжки на 2-х ногах в классиках, затем трансформируют в круги (из мини-канатиков из киндеров) с мешочком, зажатым между колен – прыжки выполняют сразу 2-е детей, не сталкиваться.	Ребенок проявит творческую инициативу, придумывая способы выполнения упражнения. Ребенок сделает попытку развить глазомер, ловкость, чувство равновесия, силу с помощью предложенных физических упражнений.	28.10.24	

					Ходьба по скамейке, с разным положением рук: на плечах друг друга, на поясе, за руки, ходьба спиной вперед (страховка воспитателя) Подвижная игра «Машина едет – стоп»			
18.	Ходьба	Мы летчики	1	Занятие , построенное на одном движении	Ходьба обычная, на носочках, на пятках, на наружных сторонах стоп. Бег по кругу. ОРУ с гимнастической палкой Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук) Ходьба – соревнование вдоль границ. Подвижные игры «Самолеты», «Ловишки»	Ребенок сможет соблюдать правильную технику при ходьбе и беге в предложенных упражнениях. Будет формировать правильную осанку, укреплять мышцы тела. Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки.	31.10. 24	
19.	Ходьба	В гостях у мишки	1	Занятие по единому сюжету	Ходьба и бег по кругу между предметами, на носках, с чередованием с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Бег врассыпную, с остановкой на сигнал. ОРУ без предметов Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики; ползание по гимнастической скамейке на животе	Ребенок сможет ходить, бегать соблюдая правильную технику. Будет формировать правильную осанку, укреплять мышцы тела. Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки.	07.11. 24	

					<p>подтягиваясь руками, хват с боков; ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине; прыжки на двух ногах, до кубика (расстояние 3м)</p> <p>Подвижная игра «Убеги от медведя»</p>			
20.	Ходьба	«Ёжик, ёжик, ни головы, ни ножек»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба и бег по кругу с изменением направления.</p> <p>ОРУ без предмета</p> <p>Бросание мяча в корзину</p> <p>Ходьба с выполнением заданий</p> <p>Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола; прокатывание мяча по дорожке; ходьба по скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>Подвижная игра «Ловишки» Игра малой подвижности «Кто ушел?»</p>	<p>Ребенок сможет развивать ловкость и глазомер.</p> <p>Ребенок будет укреплять мышцы брюшного пресса и ног.</p>	11.11.24	
21.	Ходьба	Веселые воробушки	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба и бег по кругу между предметами, на носках, с чередованием, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Бег в рассыпную, с остановкой на сигнал.</p> <p>ОРУ с мячом</p> <p>Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе;</p>	<p>Ребенок сможет закрепить умения ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног.</p> <p>Энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте.</p>	14.11.24	

					<p>прыжки через бруски (взмах руками); ходьба по шнуру (по кругу).</p> <p>Прыжки через бруски; прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию.</p> <p>Подвижные игры «Лиса в курятнике», «Найдем цыпленка»</p>			
22.	Ходьба	Воробушек Чив	1	Занятие по единому сюжету	<p>Ходьба и бег по кругу между предметами, на носках, с чередованием с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Бег враспынную, с остановкой на сигнал.</p> <p>ОРУ без предметов</p> <p>Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики; ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками, хват с боков; ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине; прыжки на двух ногах, до кубика (расстояние 3м)</p> <p>Подвижная игра «Воробьи и кошка»</p>	<p>Ребенок будет соблюдать правильную технику при ходьбе и беге в определенном виде упражнений.</p> <p>Будет формировать правильную осанку, укреплять мышцы тела.</p> <p>Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки в подвижных играх.</p>	18.11.24	
23.	Упражнения	У	1	Занятие	Ходьба друг за другом, на носках,	Ребенок освоил навыки	21.11.	



	я в равновесии	ребяток порядок		- игра	на пятках, на внешней стороне стопы, «как солдатики, как пингвины», бег друг за другом, с изменением направления, спиной вперед. Ходьба. Построение в звеня. ОРУ с кеглей Ходьба по гимнастической скамейке. Метание мешочков в корзину, стоящую на полу.	устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, при метание мешочков в корзину, стоящую на полу.	24	
24.	Упражнения в равновесии	У ребяток порядок	1	Круговая тренировка	Остановка во время ходьбы и бега. ОРУ без предметов Ходьба по доске (ширина 20см). Ходьба по извилистой дорожке. Кружение на месте в одну сторону, после остановки и отдыха кружение в другую сторону. Прыжки через препятствия. Подвижная игра «Донеси – не урони»	В ряде предложенных физических упражнений ребенок способен проходить по узкой полосе, держать равновесие, совершать прыжки на двух ногах по сигналу.	25.11.24	
25.	Упражнения в равновесии	Путешествие на трамвае	1	Тренировочное занятие	Ходьба между линиями, бег по кругу с препятствиями. ОРУ с лентами Катание обруча друг другу между предметами Ходьба по гимнастической скамейке с обручем в руках (вперед). Прыжки с обручем между предметами.	Ребенок сможет прокатывать обруч между предметами друг другу. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, с обручем в руках. Прыгать на двух ногах.	28.11.24	

26.	Упражнения в равновесии	Путешествие на трамвае	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба друг за другом, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, «как солдатики, как пингвины», бег друг за другом, с изменением направления, спиной вперед. Ходьба. Построение в звенья.</p> <p>ОРУ с кубиками</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Метание мешочков в корзину, стоящую на полу.</p>	<p>Ребенок сохранит устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, при метании мешочков в корзину, стоящую на полу через рекомендуемые упражнения данной деятельности.</p>	02.12.24	
27.	Бег	В гостях у птицы	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке</p> <p>ОРУ с лентами</p> <p>Бег с поворотами на углах, со сменой ведущего, бег в рассыпную, с нахождением своего места в колонне.</p> <p>Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу; ползание на четвереньках по гимнастической стенке.</p> <p>Бег с перепрыгиванием через 5-6 набивных мячей.</p>	<p>У ребенка будет развиваться ловкость, наблюдательность в ряде предложенных упражнений.</p> <p>Ребенок сможет бегать в быстром темпе, не наталкиваясь друг на друга.</p>	05.12.24	

					Подвижная игра «Кто дальше бросит»			
28.	Бег	В гостях у птицы	1	Занятие - игра	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами. ОРУ без предметов</p> <p>Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой (3-4 раза). Бег с препятствиями. Подвижная игра «Найди пару»</p>	Ребенок овладеет техникой бега между предметами в ходе выполнения предложенных упражнений. Может развивать волевые качества через ряд физических упражнений и подвижную игру «Найди пару»	09.12.24	
29.	Бег	Смелые ребята	1	Занятие - игра	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке ОРУ с лентами</p> <p>Бег с поворотами на углах, со сменой ведущего, бег в рассыпную, с нахождением своего места в колонне. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). Подвижная игра «Бездомный заяц»</p>	Ребенок овладеет техникой бега между предметами. Разовьет физические данные. Может бегать в быстром темпе, не наталкиваясь друг на друга.	12.12.24	
30.	Бег	Смелые	1	Кругов	Ходьба в колонне по одному,	Ребенок овладеет техникой	16.12.	

		ребята		ая тренировка (под присмотром инструктора и воспитателя)	повороты по периметру зала. Ходьба на сочках, руки на поясе. Ходьба на пятках, руки за головой. Боковой галоп в чередовании с ходьбой, прямой галоп в чередовании с ходьбой. Легкий бег. ОРУ с кеглей Подползание под дугу. Бег с препятствиями. Бег с флажками (принцип эстафеты) Подвижная игра "Раз морозною зимой"	бега между предметами. Разовьет физические данные. Проявит способности бегать соблюдая правильную технику.	24	
31.	Бег	В гостях у кошечки	1	Занятие по карточкам с поддержкой инструктора и воспитателя	Ритмическая ходьба и бег под музыку. Бег «змейкой», подпрыгивание вверх. ОРУ с платочком Бег с эстафетным флажком. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Подтягивание по скамейке на животе. Перешагивание через бортик. Перебрасывание мяча друг другу. Пролезание под дугу. Подвижная игра "Догони"	Ребенок укрепит мышцы брюшной полости, рук, ног в ходе предложенных упражнений. Сможет следить за осанкой, бегать, используя правильную технику в предложенных упражнениях.	19.12. 24	
32.	Бег	В гостях у кошечки	1	Занятие - игра	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами.	Ребенок сможет овладеть техникой бега между предметами. Попытается	23.12. 24	

		и			ОРУ без предметов Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой (3-4 раза). Бег с препятствиями. Подвижная игра «Найди пару»	развить физические данные в ходе предложенных физических упражнений и подвижной игры.		
33.	Метание	Наш веселый мяч	1	Тренировочное занятие	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носочках; бег между предметами, в рассыпную, с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу, со сменой ведущего, с выполнением заданий. ОРУ с мячом Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5), ловля его руками; перебрасывание мячей друг другу (руки внизу) Подвижная игра «Снайперы»	Ребенок сможет совершенствовать навыки владения мячом (метание мяча на дальность, в вертикальную цель, в перебрасывании через препятствие), развивать двигательную активность.	26.12.24	
34.	Метание	Наш веселый мяч	1	Занятие - игра	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами. ОРУ без предметов Ходьба и бег между двумя линиями. Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом	Ребенок овладеет техникой бега между предметами. Попытается развивать физические данные через метание мяча в корзину.	09.01.25	

					вправо и влево в чередовании с небольшой паузой (3-4 раза). Метание мяча в корзину. Подвижные игры «Найди пару», «Кто лишний?»			
35.	Ползание, лазанье	Зимние игры	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носочках; бег между предметами, врассыпную, с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу, со сменой ведущего, с выполнением заданий. ОРУ с лентами	Через ползание ребенок разовьет и укрепит мускулатуру как крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины, живота), так и мелких мышц рук, предплечья и стопы.	13.01.25	
36.	Ползание, лазанье	Зимние игры	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала (ориентиры-кубики или кегли); ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне. ОРУ с косичкой Лазание по гимнастической стенке. Подлезание под дуги. Подвижная игра «Снежинки»	Ребенок сможет проявить силу, ловкость, смелость и координацию движений через упражнения в лазанье и ползание.	16.01.25	
37.	Ползание, лазанье	Страна препятствий	1	Занятие - игра	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала; ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с	Через ползание ребенок разовьет и укрепит мускулатуру как крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины,	20.01.25	

					поиском своего места в колонне. ОРУ с гимнастической палкой. Лазание по гимнастической стенке. Подлезание под дуги. Подвижная игра «Снежинки»	живота), так и мелких мышц рук, предплечья и стопы.		
38.	Ползание, лазанье	Страна препятствий	1	Занятие, построенное на одном движении	Ходьба и бег по кругу ОРУ с кеглей Ползание по скамейке, лазание по гимнастической стенке. Пролезание в обруч, пролезание в туннель. Подвижная игра «Ловишки с мячом»	Ребенок сделает попытку в развитии силы, ловкости, смелости и координации движений через упражнения в лазанье и ползание.	23.01.25	
39.	Прыжки	Я здоровее берегу, сам себя помогу	1	Круговая тренировка	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег. ОРУ с кеглей Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть желтую полосу (норматив 60 см). Подвижная игра «Кот и мыши»	Ребенок сможет энергично оттолкнуться от пола и мягко приземлиться на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Совершенствует двигательные умения и навыки в предложенных упражнениях и подвижной игре.	27.01.25	
40.	Прыжки	Самый смелый	1	Занятие - игра	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя, прыжки из обруча в обруч. ОРУ с мешочками с песком	Ребенок сможет совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении	30.01.25	

					<p>Прыжки «Достань до предмета» - подпрыгивание на месте на двух ногах.</p> <p>Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м). Способ - стойка на коленях, сидя на пятках.</p> <p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>предложенных упражнений.</p> <p>Ребенок сможет прыгать со скамейки, мягко приземляясь на две ноги.</p>		
41.	Прыжки	Мишка Топтышка	1	Занятие - игра	<p>Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя</p> <p>ОРУ с косичкой</p> <p>Прыжок по ровной дорожке,</p> <p>Прыжок в высоту</p> <p>Игровое задание «Достань до предмета». Прыжок с высоты</p> <p>Игровое задание: «Попрыгунчики»</p> <p>Игра малой подвижности: «Птицы на дереве»</p>	<p>Ребенок совершенствует двигательные умения и навыки.</p> <p>В результате предложенных игровых упражнений ребенок спрыгивает с высоты, прыгает с продвижением вперед, подпрыгивает вверх.</p>	03.02.25	
42.	Прыжки	Самый ловкий	1	Круговая тренировка	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег.</p> <p>ОРУ с кеглей</p> <p>Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть желтую полосу (норматив 60 см).</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	<p>В результате предложенных игровых упражнений ребенок овладеет техникой отталкивания от пола и мягкого приземления на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Сможет совершенствовать двигательные умения и навыки.</p>	06.02.25	



43.	Прыжки	Мишка Топтыш ка	1	Занятие - игра	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя ОРУ с косичкой Прыжок по ровной дорожке, Прыжок в высоту Игровое задание «Достань до предмета» Прыжок с высоты Игровое задание: «Попрыгунчики» Игра малой подвижности: «Птицы на дереве»	Ребенок будет совершенствовать двигательные умения и навыки. В результате выполнения физических упражнений определенного вида сложности, ребенок спрыгивает с высоты, прыгает с продвижением вперед, подпрыгивает вверх.	10.02. 25	
44.	Прыжки	Будь внимате льным	1	Кругов ая тренир овка	Построение, перестроение, повороты. Обычная ходьба, бег. Бег со сменой направления. ОРУ с мешочками с песком Ходьба по гимнастической скамейке с киданием мяча в обруч. Прыжки над предметами Бег по кругу с подпрыгиванием через обручи. Подвижная игра «Лиса в курытнике»	Ребенок освоит способ бега с препятствием, подпрыгивая через обручи. Ходить по гимнастической скамейке с киданием мяча в обруч в ходе игровых упражнений.	13.02. 25	
45.	Прыжки	Мы растем сильны ми и смелым и	1	Кругов ая тренир овка	Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу воспитателя. ОРУ с кеглей Ходьба по скамье. Пролезание в обруч правым и левым боком.	Ребенок сможет ходить и бегать, не опуская головы, делая свободные координированные движения рук и ног в игровых упражнениях.	17.02. 25	

					Перепрыгивание через брёвнышки. Прыжки по узенькой дорожке Подвижная игра «Быстро в круг»	Ребенок отработает навык прыжков через предметы в подвижной игре «Быстро в круг»		
46.	Прыжки	«Ловкие ребята»	1	Круговая тренировка	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег. ОРУ с кеглей Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Подвижная игра «Кот и мыши»	В предложенных физических упражнениях ребенок овладеет техникой прыжков на двух ногах с продвижением вперед. Будет совершенствовать двигательные умения и навыки в игре «Кот и мыши».	20.02.25	
47.	Прыжки	Зимние забавы	1	Круговая тренировка	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег. ОРУ с кеглей Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть желтую полосу (норматив 60 см).  Подвижная игра «Кот и мыши»	В предложенных физических упражнениях ребенок автоматизирует технику прыжков на двух ногах с продвижением вперед. Сможет совершенствовать двигательные умения и навыки в игре «Кот и мыши».	24.02.25	
48.	Прыжки	Мишка Топтыш	1	Занятие - игра	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя	Ребенок проявит двигательные умения и	27.02.25	

		ка			ОРУ с косичкой Прыжок по ровной дорожке, Прыжок в высоту Игровое задание «Достань до предмета» Прыжок с высоты Игровое задание: «Попрыгунчики» Игра малой подвижности: «Птицы на дереве»	навыки. Ребенок сможет легко спрыгивать с высоты, прыгать с продвижением вперед, подпрыгивать вверх с помощью предложенных упражнений.		
49.	Прыжки	Детские радости	1	Занятие - игра	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя ОРУ с косичкой Прыжок по ровной дорожке, Прыжок в высоту Игровое задание «Достань до предмета» Прыжок с высоты Игровое задание: «Попрыгунчики»	Ребенок сможет совершенствовать двигательные умения и навыки. Ребенок сможет спрыгивать с высоты, прыгать с продвижением вперед, подпрыгивать вверх в игровых упражнениях под контролем инструктора.	03.03.25	

50.	Прыжки	Детские радости	1	Круговая тренировка	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег.</p> <p>ОРУ с палкой</p> <p>Равновесие – ходьба по зимней дорожке.</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть ледяной барьер (норматив 60 см). Катание на лыжах</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	<p>Ребенок овладеет навыком ходьбы по зимней дорожке, легкому бегу с препятствием, прыжкам на двух ногах через игровые упражнения.</p> <p>Ребенок усовершенствует технику ходьбы на лыжах.</p>	06.03.25	
51.	Ритмическая гимнастика	«Веселые путешествия»	1	Круговая тренировка	<p>Легкий бег на носочках, руки на поясе.</p> <p>Продвижение вперед прыжками на двух ногах.</p> <p>Ходьба на носочках.</p> <p>Легкий бег на носочках.</p> <p>ОРУ Музыкально-ритмическая гимнастика: «Зима – красавица»</p> <p>Прыжки через препятствия (бревнышки)</p> <p>Ходьба по пенькам (пеньки)</p> <p>Ползание по скамейке (мостик над замерзшей рекой)</p> <p>Равновесие: ходьба по узкой доске</p> <p>Подвижная игра: «Снежинки – сугроб»</p>	<p>Ребенок сможет координировать движения с музыкой, передает в пластике характер музыки, игровой образ.</p> <p>Освоит прыжки через препятствия в данном виде упражнений.</p> <p>Ребенок освоит технику ползания по скамейке в упражнении «Мостик над замерзшей рекой»</p>	10.03.25	

52.	Ритмическая гимнастика	Воробьишки и автомобиль	1	Занятие - игра	<p>Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички»  ОРУ с лентами  Музыкальная игра "Эй, ты мишка лежебока..."  Ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти - «Мишки»  Прямой галоп - «Лошадки»  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики»  Легкий бег - «Мячики покатались»  Спокойная ходьба для восстановления дыхания.  Упражнения сидя и лежа в кругу «Петрушки»  Подвижная игра «Петрушка с погремушкой»</p>	<p>Ребенок освоит навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти в предложенных двигательных упражнениях. Ребенок освоит подскоки и ориентировку в пространстве через подвижные игры.</p>	13.03.25	
53.	Ритмическая гимнастика	В гостях у зайца	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два. Бег с препятствиями  ОРУ с косичкой в музыкальном сопровождении.  Прыжки через короткую скакалку  Ходьба по веревке прямо, ставя</p>	<p>Ребенок освоит технику прыжков через короткую скакалку; выполнения знакомых, разученных ранее упражнений под музыку (ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между</p>	17.03.25	

					ноги с носка. Ползание по скамейке. Пролезание в обруч в группировке. Подвижная игра «Ловишки».	предметами, пролезать в обруч в группировке.		
54.	Ритмическая гимнастика	В гостях у зайца	1	Занятие - игра	Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два. Бег с препятствиями ОРУ с платочком в музыкальном сопровождении. Ритмические упражнения «Подарим Зайцу танец» Прыжки через короткую скакалку (Заяц учит детей прыгать через скакалку). Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка. Ползание между набивными мячами. Пролезание в обруч в группировке. Подвижная игра «Ловишки».	Ребенок сделает попытку в освоении техники прыжков через короткую скакалку; сможет выполнять знакомые, разученные ранее упражнения под музыку (ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.	20.03.25	
55.	Ритмическая гимнастика	Ловкие ребята	1	Занятие - игра	Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички» ОРУ с лентами Музыкальная игра "Эй, ты мишка лежебока..."	У ребенка сформируются навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти. Ребенок	24.03.25	

					<p>Прямой галоп - «Лошадки»</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики»</p> <p>Легкий бег - «Мячики покатались»</p> <p>Упражнения сидя и лежа в кругу «Петрушки»</p> <p>Подвижная игра «Петрушка с погремушкой»</p>	<p>освоит подскоки и ориентировку в пространстве.</p>		
56.	Ритмическая гимнастика	Ловкие ребята	1	Занятие по единому сюжету	<p>ОРУ с музыкальным сопровождением: упражнения для глаз, упражнения для шейного позвонка, для туловища.</p> <p>Упражнения из положения, сидя и лежа. Упражнение на дыхание.</p> <p>Творческая игра спортивной направленности.</p> <p>Ползание по скамье различными способами.</p> <p>Прыжки из обруча в обруч</p> <p>Подвижные игры по инициативе детей.</p>	<p>Ребенок освоит простейшие элементы йоги через ряд упражнений, предложенных инструктором.</p> <p>Ребенок сможет проявить навыки ползанья на животе по скамье, кувырка вперед, перепрыгивания из обруча в обруч.</p>	27.03.25	
57.	Ритмическая гимнастика	Спортивные ребята	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два. Бег с препятствиями</p> <p>ОРУ с косичкой в музыкальном сопровождении.</p> <p>Прыжки через короткую скакалку</p>	<p>У ребенка сформируется умение прыгать через короткую скакалку; выполнять знакомые, разученные ранее упражнения под музыку (ритмическая гимнастика).</p>	31.03.25	

					Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка. Ползание по скамейке. Пролезание в обруч в группировке. Подвижная игра «Ловишки»	Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.		
58.	Ритмическая гимнастика	Меткие стрелки	1	Занятие по единому сюжету	Построение в шеренгу, ходьба по кругу с упражнениями под музыку ОРУ с музыкальным сопровождением: упражнения для глаз, упражнения для шейного позвонка, для туловища. Упражнения из положения, сидя и лежа. Упражнение на дыхание. Креативная гимнастика. (Творческая игра, направленная на развитие выдумки, творческой инициативы детей). Игропластика. (выразить свои эмоции, открытость и внутреннюю свободу.) Ползание по-пластунски по скамье Прыжки из обруча в обруч Кувырок через голову Подвижные игры по инициативе детей.	Ребенок сможет проявить навыки ползанья на животе по скамье, кувырка вперед, перепрыгивания из обруча в обруч.	03.04.25	
59.	Ритмическая	День здоровь	1	Тренировочно	Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в	Ребенок сможет прыгать через короткую скакалку;	07.04.25	



	гимнастика	я		е занятие	колонну по два. Бег с препятствиями ОРУ с косичкой в музыкальном сопровождении. Прыжки через короткую скакалку Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка. Ползание по скамейке. Пролезание в обруч в группировке. Подвижная игра «Ловишки».	выполнять знакомые, разученные ранее упражнения под музыку (ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.		
60.	Ритмическая гимнастика	«День здоровья»	1	Занятие - игра	Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички» ОРУ с лентами Музыкальная игра "Эй, ты мишка лежебока..." Ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти - «Мишки» Прямой галоп - «Лошадки» Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики» Легкий бег - «Мячики покатались» Спокойная ходьба для восстановления дыхания. Упражнения сидя и лежа в кругу «Петрушки»	У ребенка сформируются навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти. Ребенок освоит подскоки и ориентировку в пространстве.	10.04.25	

					Подвижная игра «Петрушка с погремушкой»			
61.	Ритмическая гимнастика	В гостях у кошки	1	Занятие по единому сюжету	Разминка: "Парад участников представления" Ходьба спортивным шагом; на носках, руки вытянуты вверх; ходьба с высоким подниманием колен; на внешней стороне ступни; ходьба с опорой на ладони и ступни. ОРУ с обручами в кругу (пластика). Прыжки из обруча в обруч Ритмические упражнения с мячами Упражнение на дыхание. Подвижная игра «Карусель»	Ребенок сделает попытку в укреплении осанки, развитии гибкости, выносливости, силы мышц живота и позвоночного столба при выполнении предложенных физических и игровых упражнений.	14.04.25	
62.	Ритмическая гимнастика	В гостях у кошки	1	Занятие по единому сюжету	Построение в шеренгу, ходьба по кругу с упражнениями под музыку ОРУ с музыкальным сопровождением: упражнения для глаз, упражнения для шейного позвонка, для туловища. Упражнения из положения, сидя и лежа. Упражнение на дыхание. Креативная гимнастика. Игропластика. Прыжки из обруча в обруч Кувырок через голову Подвижные игры по инициативе детей.	Ребенок сможет тренировать навыки ползанья на животе по скамье, кувырка вперед, перепрыгивания из обруча в обруч. Ребенок попытается выразить свои эмоции, открытость и внутреннюю свободу при выполнении упражнений игропластики.	17.04.25	
63.	Ритмическая гимнастика	«Цирко»	1	Занятие	Разминка: "Парад участников представления"	Ребенок сможет укреплять	21.04.	

	ая гимнастика	вая арена»		по едином у сюжету	представления" Ходьба спортивным шагом; на носках, руки вытянуты вверх; ходьба с высоким подниманием колен; на внешней стороне ступни; ходьба с опорой на ладони и ступни. ОРУ с обручами в кругу (пластика). Прыжки из обруча в обруч Ритмические упражнения с мячом Упражнение на дыхание. Подвижная игра «Карусель»	осанку в предложенных спортивных упражнениях. Попытается развить гибкость, выносливость, силы мышц живота и позвоночного столба через ритмические упражнения с мячом.	25	
64.	Ритмическая гимнастика	«Цирковая арена»	1	Тренировочное занятие	Ходьба гимнастическим шагом; на носках с поочередным подъемом рук от плеча вверх; перекатом с пятки на носок; приставным шагом. Бег с боковым галопом. Ходьба с восстановлением дыхания. ОРУ с гимнастической палкой Танцевальные упражнения Дыхательные упражнения с расслаблением Подвижная игра «Ловишки»	Ребенок проявит выносливость при высоких физических нагрузках, выдержку и внимание. Ребенок будет согласовывать движения с музыкой, развивать чувство ритма в ряде предложенных упражнений.	24.04. 25	
65.	Ритмическая гимнастика	Лошадки	1	Занятие - игра	Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички» ОРУ с лентами Музыкальная игра "Эй, ты мишка	Ребенок проявит навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на	28.04. 25	

					<p>лежебока..."</p> <p>Ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти - «Мишки»</p> <p>Прямой галоп - «Лошадки»</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики»</p> <p>Легкий бег - «Мячики покатались»</p> <p>Спокойная ходьба для восстановления дыхания.</p> <p>Упражнения сидя и лежа в кругу «Петрушки»</p> <p>Подвижная игра «Петрушка с погремушкой»</p>	<p>ступни и кисти. Ребенок освоит подскоки и ориентировку в пространстве.</p>		
66.	Ритмическая гимнастика	Лошадки	1	<p>Занятие по единому сюжету</p>	<p>Разминка: "Парад участников представления" Ходьба спортивным шагом; на носках, руки вытянуты вверх; ходьба с высоким подниманием колен; на внешней стороне ступни; ходьба с опорой на ладони и ступни.</p> <p>ОРУ с обручами в кругу (пластика).</p> <p>Прыжки из обруча в обруч</p> <p>Ритмические упражнения с мячами</p> <p>Упражнение на дыхание.</p> <p>Подвижная игра «Карусель»</p>	<p>Ребенок укрепит осанку в упражнениях, предложенных инструктором. Разовьет гибкость, выносливость, силы мышц живота и позвоночного столба через подвижную игру «Карусель» и игровые упражнения.</p>	05.05.25	
67.	Строевые упражнения	«Секреты здоровья»	1	<p>Тренировочные</p>	<p>Ходьба и бег со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в</p>	<p>Ребенок сможет самостоятельно перестраиваться по</p>	12.05.26	

		я»		занятие	полуприсяде. Бег по кругу с боковым галопом. ОРУ с обручем Метание в вертикальную цель правой и левой рукой; ползание на животе по гимнастической стенке, хват с боков. Перестроение в колонну по два Подвижная игра «Удочка»	тройкам, энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх.		
68.	Строевые упражнения	«Секреты Здоровья»	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ с кубиками Подвижные игры «Пробеги тихо», и «Карлики и великаны»	Ребенок проявит способность самостоятельно перестраиваться по тройкам, энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх.	15.05.25	
69.	Строевые упражнения	«Расцветай-ка»	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ без предметов Подвижные игры «Пробеги тихо», и «Карлики и великаны»	Ребенок сможет самостоятельно перестраиваться по тройкам, энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх.	19.05.25	
70.	Строевые	«Лес	1	Занятие	Обычная ходьба, ходьба на	Ребенок будет	22.05.	

	упражнения	проснулся»		по единому сюжету	носочках, на пяточках, на внешней и внутренней сторонах стоп. Бег по кругу, бег змейкой со сменой направления. ОРУ с лентами Построение в шеренгу. Построение детей в одну колонну по одному. Чередование прыжков с ходьбой. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах, перепрыгивание из обруча в обруч. Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. Метание.	совершенствовать свои двигательные умения. Проявит умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, энергично отталкиваться и приземляться в прыжках, ориентироваться в пространстве. У ребенка сформируется личная потребность в ежедневной двигательной активности.	25	
71.	Строевые упражнения	Набор в спортивную школу	1	Диагностическое занятие	Бег и ходьба по кругу со сменой направления и темпа ОРУ без предметов Бросание мяча из-за головы двумя руками (фронтально) Прокатывание мяча вперед из положения приседа "Катается колобок" (фронтально) Подвижная игра "Бросай- беги"	Ребенок проявит свои спортивные навыки и умения в заданиях и игровых упражнениях, рекомендуемых инструктором в данной деятельности.	26.05. 25	
72.	Строевые упражнения	Прием в школу	1	Диагностическое	Ходьба по залу в колонне на носках (мяч в двух руках над головой).	Ребенок проявит свои спортивные навыки и	29.05. 25	

	ния	космона втов		ое занятие	Ходьба в приседе (мяч катим двумя руками впереди). Бег с остановкой по сигналу инструктора. Перестроение в 2 колонны. Лазание по гимнастической стенке Прыжки с места, в длину. Подвижная игра «Море волнуется раз...»	умения в заданиях и игровых упражнениях, рекомендуемых инструктором в данной деятельности.		
--	-----	-----------------	--	---------------	---	--	--	--

1

2

3

### Средняя группа № 4

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	Кол-во часов	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1	Строевые упражнения Бег Ходьба прыжки	«Здравствуйте, давайте знакомиться!» «Исэнмесез. Таньш булуйк!»	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ с обручами -учить прыжкам на двух ногах -учить ползание на четвереньках по стойки и обратно	Ребенок сможет приложить волевые усилия в сохранении устойчивого равновесия на уменьшенной площади опоры; сможет энергично отталкиваться двумя ногами от пола (земли)	03.09 2024	

					-учить прокатывание мячей в произвольном направлении Подвижные игры: «Найди себе пару», «Ходьба в колонне по одному»	и мягко приземляться при подпрыгивании.		
2	Строевые упражнения Ходьба Бег прыжки	«Веселые лягушата» «Кунелле бакалар»	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ с обручами. Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой. -прокатывание мячей с сбиванием кегли. -ползание по наклонной доске. Подвижная игра «Найди себе пару».	Ребенок сможет сохранить устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры в определенных видах упражнений. Проявит ловкость и быстроту в подвижной игре «Найди себе пару»	04.09 2024	
3	Строевые упражнения Бег прыжки	Пробеги тихо «Тоныч чап»	1	Занятие - игра	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена. ОРУ с мячом.	Ребенок будет самостоятельно перестраиваться по тройкам, энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при	10.09 2024	



					<p>-Ползание по скамейке на четвереньках</p> <p>-прыжки на месте на двух ногах.</p> <p>-прокатывание обруча друг другу.</p> <p>Подвижная игра «Найди пару»</p>	подпрыгивании вверх.		
4	<p>Строевые упражнения</p> <p>(Перестроение в три звена из колонны</p> <p>Ползание</p> <p>Бег</p> <p>прыжки</p>	<p>«Весёлая прогулка к Белочке в лес».</p> <p>«Тиендэ кунакта!»</p>	1	<p>Занятие – мини поход</p>	<p>Введение организма в режим нагрузки. Ходьба и бег колонной, по одному и врассыпную. Перестроение в три звена.</p> <p>ОРУ без предметов</p> <p>-Ходьба между двумя линиями. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика.</p> <p>- Прыжки длину с места.</p> <p>Игровые упражнения: «Не пропусти мяч», «Не задень»</p> <p>Подвижная игра «Белочка и грибочки»</p>	<p>Ребенок сможет бегать и ходить в увеличенном темпе. Прыгать с места и перекатывать мяч.</p>	11.09 2024	
5	<p>Ловля мяча</p> <p>Ходьба</p> <p>Бег</p>	<p>Наш веселый мяч</p> <p>«Кунелле тупым!»</p>	1	<p>Занятие с одним пособием</p>	<p>Ходьба с мячами, бег с мячом в руках.</p> <p>ОРУ с мячом</p> <p>-Ходьба «змейкой», подталкивая рукой мяч.</p> <p>-«Ловкие ручки» - подбрасывание и</p>	<p>Ребенок проявит ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. Сможет бегать и ходить в увеличенном темпе. Прыгать с места и</p>	17.09 2024	

					<p>ловля мяча на месте.</p> <p>-Эстафетные соревнования с мячом.</p> <p>Подвижные игры «Ловишки с мячом», «Попади в ворота»</p>	<p>перекатывать мяч.</p>		
6	Ловля мяча кистями рук	«Волшебное колесо» «Тылсым-лы тэгэрмэч!»	1	Занятие – досуг по БДД	<p>Ходьба в обход предметов. (между стойками)</p> <p>ОРУ. Отгадывание загадок</p> <p>-Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.</p> <p>-Прыжки с места по сигналу.</p> <p>-Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»</p> <p>-Игровые упражнения на укрепление мышц рук, ног, брюшной полости.</p> <p>Подвижная игра «Светофор»</p>	<p>Ребенок усвоит сигналы светофора в подвижной игре. Сможет развивать двигательные навыки и физические качества: координацию движений, ловкость, быстроту через определенный ряд физических упражнений</p>	18.09 2024	
7	Ловля мяча кистями рук	Красный, жёлтый, голубой не угнаться за тобой. «Туп белэн	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба змейкой, бег по прямой.</p> <p>ОРУ с мячом</p> <p>-Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе;</p> <p>-ходьба по скамейке (в.-15см),</p>	<p>Ребенок сможет сохранять равновесие при ходьбе на уменьшенной площади опоры. Ловить мяч кистями рук.</p>	24.09 2024	

		уеннар!»			-перешагивая через кубики, руки на поясе; -перебрасывание мяча в парах Под. игра «Мой веселый звонкий мяч»			
8	Ловля мяча Подлезания Бег ходьба	«В гости к ёжику» «Керпедэ кунакта!»	1	Занятие по карточкам (с помощью инструктора по физической культуре и воспитателя)	Ритмическая ходьба с мячами под музыку, бег «змейкой», подпрыгивание вверх. ОРУ с мячом -Ползание по гимнастическому бревну на четвереньках. -Подтягивание по скамейке на животе. -Перешагивание через бортик. -Перебрасывание мяча друг другу. -Пролезание под дугу, толкая мяч вперед. -Подвижная игра "Возьми мяч"	Ребенок укрепит мышцы брюшной полости, рук, ног. Сможет следить за осанкой, ловить мяч кистями рук.	25.09 2024	
9	Ловля мяча кистями рук	В гостях у кота Васьки «Песи Васькада кунакта!»	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег в колонне с изменением направления, бег между предметами, ходьба с перешагиванием через бруски, ходьба в рассыпную. ОРУ с мячом	Ребенок сможет бегать и ходить в увеличенном темпе. Будет развивать двигательные навыки и	01.10 2024	

					<p>-Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>-Ходьба в обход предметов. -- Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.</p> <p>-Подвижная игра «Найди свой цвет»</p>	<p>физические качества: координацию движений, ловкость, быстроту. Ловить мяч кистями рук.</p>		
10	Ловля мяча кистями рук	«Цыплята» «Чебилэр!»	1	Занятие с одним пособием	<p>Ходьба с мячами, бег с мячом в руках.</p> <p>ОРУ с мячом</p> <p>-Ходьба «змейкой», подталкивая рукой мяч.</p> <p>-«Ловкие ручки» - подбрасывание и ловля мяча на месте.</p> <p>-Эстафетные соревнования с мячом.</p> <p>-Подвижные игры «Ловишки с мячом»,</p>	<p>Ребенок будет развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. Сможет бегать и ходить в увеличенном темпе при соблюдении определенных правил. Прыгать с места и перекатывать мяч.</p>	02.10 2024	
11	Ловля мяча кистями рук Пролезание прыжки	Цветные автомобили «Торле тосле автомобил-лэр!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба в колонне по одному, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне чередуя с ходьбой.</p> <p>перестроение в три звена.</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>-ползание между предметами змейкой.</p> <p>-прыжки через гимнастическую палку</p>	<p>Ребенок выполнит ряд основных видов движений с мячом в соответствии с образцом взрослого.</p>	08.10 2024	

					(лицом вперед, спиной вперед) -броски мяча друг другу снизу, из-за головы. Подвижные игры: «Мухи паук», «Ходьба в колонне по одному»			
12	Ловля мяча кистями рук прыжки	Цветные автомобили «Торле тосле автомобил-лэр!»	1	Занятие - игра	Ходьба чередуя с бегом, прыжками перестроение в три звена. ОРУ без предметов - Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой -перебрасывание мяча двумя руками из-за головы одной рукой через препятствия. -подлезания под дуги. Подвижная игра «Удочка».	Ребенок сможет сохранить устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; энергично оттолкнуться двумя ногами от пола (земли) и мягко приземляться при подпрыгивании.	09.10 2024	
13	Ходьба Бег Прыжки подлезания	В гостях у Совушки «Ябалакта кунакта!»	1	Тренировочное занятие	Ходьба и бег между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. ОРУ с гимнастической палочкой -Прокатывание обручей в ходьбе, -	Ребенок попытается совершенствовать бег и ходьбу между предметами, совершая правильную технику. Научится ходить с	15.10 2024	

					прыжки на двух ногах из обруча в обруч. -бросание мяча друг другу разными способами. Подвижная игра «Совушка – Сова»	выполнением заданий.		
14	Ходьба Бег Прыжки	«Гриб Боровик» «Гомбэ Буровик!»	1	Спортивный праздник «Нужно спортом заниматься»	Ходьба и бег в колонне с изменением направления. Бег между предметами, ходьба с перешагиванием через бруски. Ходьба в рассыпную с перестроением, по сигналу, в шеренгу. Перешагивание через шнуры, на пятках. Упражнение с листочками. Отгадывание загадок с выполнением движений. Подвижные игры – соревнования «Кто быстрее дойдет», «Перейти болото» «У кого длиннее змейка». Подвижная игра «День и ночь»	Ребенок сможет совершенствовать бег и ходьбу в колонне по одному с сохранением дистанции, с изменением направления. Ребенок прислушается к сигналу и выполнит четкое задание взрослого.	16.10 2024	
15	Ходьба Бег	Веселая карусель «Кунелле	1	Занятие, построенное на	Ходьба обычная, на носочках, на пятках, на наружных сторонах стоп. Бег по кругу. ОРУ с гимнастической палкой	У ребенка сформируются навыки ходьбы и бега в предложенном виде	22.10 2024	

	прыжки	карусель»		одном движен ии	-Ходьба – по канату, по веревке. Перебрасывание мяча друг другу разными способами. -подлезание под дуги. Подвижные игры «У медведя во бору»	техники. Ребенок сможет следить за правильной осанкой, укреплять мышцы тела в данных видах упражнений с помощью взрослого. Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки.		
16	Ходьба Подлезание	«Ёжик, ёжик, ни голова, ни ножек»	1	Занятие - игра	Ходьба и бег по кругу с изменением направления. ОРУ без предмета -Бросание мяча в корзину -Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола; -прокатывание мяча по дорожке; -ходьба по скамейке, перешагивая через кубики. Подвижная игра «Ловишки» Игра малой подвижности «Кто ушел?»	Ребенок попытается развить ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Ребенок будет укреплять мышцы брюшного пресса и ног через предложенные физические упражнения.	23.10 2024	
17	Ходьба	Мы	1	Кругова	Ходьба и бег по кругу с изменением	Ребенок проявит	29.10	

	Бег прыжки	водители «Без машина ертуче!»		я трениро вка (с сопрово ждение м инструк тора и воспита теля)	направления.  ОРУ под музыку парами.  -Перебрасывание набивного мяча  -Прыжки на 2-х ногах в классиках, затем трансформируют в круги (из мини-канатиков из киндеров) с мешочком, зажатым между колен – прыжки выполняют сразу 2-е детей, не сталкиваться.  -Ходьба по скамейке, с разным положением рук: на плечах друг друга, на поясе, за руки, ходьба спиной вперед (страховка воспитателя)  -Подвижная игра «Машина едет – стоп».	творческую инициативу, придумывая способы выполнения упражнения. Ребенок сделает попытку развить глазомер, ловкость, чувство равновесия, силу с помощью предложенных физических упражнений.	2024	
18	Ходьба Бег Прыжки подлезание	«Мы - медвежата»  «Без аю бабалары!»	1	Занятие - игра	Ходьба по линии, бег по кругу с изменением направления.  ОРУ с обручем  -Бросание мяча в корзину  -Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола;  -прокатывание мяча по дорожке; -  -ходьба по скамейке, перешагивая через	Ребенок сможет совершенствовать бег и ходьбу между предметами, совершая правильную технику.  Научится ходить с выполнением заданий.	30.10 2023	



					кубики. -Подвижная игра «Совушка» -Игра малой подвижности «Кто ушел?»			
19	Ходьба Бег Прыжки Пролезания	В гостях у мишки «Аюда кунакта!»	1	Занятие по едином у сюжета	Ходьба и бег по кругу между предметами, на носках, с чередованием с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Бег широким шагом, правым, левым боком.  ОРУ без предметов -Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики;  -ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками, хват с боков;  -ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине;  -прыжки на двух ногах, до кубика (расстояние 3м)  Подвижная игра «Убеги от медведя»	Ребенок сможет ходить, бегать соблюдая правильную технику.  Будет формировать правильную осанку, укреплять мышцы тела. Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки.	05.11 2024	
20	Ходьба Бег	«Ёжик, ёжик, ни головы, ни	1	Занятие - игра	Ходьба и бег по кругу с изменением направления.	Ребенок сможет развивать ловкость и глазомер.	12.11 2024	

	Прыжки	ножек» «керпе»			ОРУ без предмета -Бросание мяча в корзину -Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола; -прокатывание мяча по дорожке; -ходьба по скамейке, перешагивая через кубики. -Подвижная игра «Хитрая лиса» Игра малой подвижности «Кто ушел?»	Ребенок будет укреплять мышцы брюшного пресса и ног.		
21	Ходьба Бег прыжки	«Мы – весёлые игрушки» «Без кунелле уенчыклар!»	1	Занятие - игра	Ходьба колонной по одному с заданиями для рук. Бег с перешагиванием через шнуры. ОРУ с мячом -Ходьба между линиями, по веревке, по скамейке. -Перешагивание через набивной мяч. -Прыжки на месте на двух ногах. -Подвижные игры «Пустое место», «Найди пару»	Ребенок сможет закрепить умения ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте.	13.11 2024	
22	Ходьба	Воробушек	1	Занятие	Ходьба и бег по кругу между	Ребенок будет	19.11	

	Бег Прыжки	Чив «Чыпчык Чив!»		по едином у сюжету	предметами, на носках, с чередованием с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Бег в медленном темпе 1-2мин.  ОРУ без предметов -Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики; -ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками, хват с боков; -ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине; -прыжки на двух ногах, до кубика (расстояние 3м)  Подвижная игра «Воробьи и кошка»	соблюдать правильную технику при ходьбе и беге в определенном виде упражнений.  Будет формировать правильную осанку, укреплять мышцы тела. Развивать и укреплять свои двигательные умения и навыки в подвижных играх.	2024	
23	Упражнения в равновесии	«В гости к солнышку» «Кояшты кунакта!»	1	Тренир овочное занятие	Ходьба между линиями, по доске Бег по кругу с препятствиями, широким шагом.  ОРУ с лентами -Катание обруча друг другу между предметами - Ходьба по гимнастической скамейке с	В ходе предложенных упражнений, ребенок сможет прокатывать обруч между предметами партнеру. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, с	20.11 2024	

					<p>обручем в руках (вперед).</p> <p>Прыжки с обручем между предметами.</p> <p>Подвижная игра «Найди свой домик»</p>	<p>обручем в руках.</p> <p>Прыгать на двух ногах.</p>		
24	Упражнения в равновесии	У ребят порядок «Балаларда бетенеседэ тэртиптэ!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба друг за другом, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, «как солдатики, как пингвины», бег друг за другом, с изменением направления, спиной вперед.</p> <p>Ходьба. Бег с заданиями. Построение в звенья.</p> <p>ОРУ с кеглей</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Метание мешочков в корзину, стоящую на полу.</p> <p>-перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>Игровые упражнения «Эстафета парами»</p>	<p>Ребенок освоил навыки устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, при метании мешочков в корзину, стоящую на полу.</p>	26.11 2024	
25	Упражнения в равновесии	«Путешествие на поезде» «Поезда съехт!»	1	Занятие - путешествие	<p>Ходьба и бег с остановкой и сменой направления.</p> <p>ОРУ с гимнастической палкой</p> <p>-Равновесие-ходьба по скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку</p>	<p>Ребенок сможет совершенствовать свое умение сохранять устойчивое положение тела в разнообразных ситуациях и быстро его</p>	27.11 2024	

					<p>другой, руки на пояс.</p> <p>-Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (5 плоских обручей).</p> <p>-Метание в цель (в мишени)</p> <p>Подвижная игра «Мы веселые ребята»</p>	восстанавливать.		
26	Упражнения в равновесии	Путешествие на трамвае  «Трамвай-да съэхэт!»	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба друг за другом, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, «как солдатики, как пингвины», бег друг за другом, с изменением направления, спиной вперед.</p> <p>Бег на носках, правым, левым боком. Построение в звенья.</p> <p>ОРУ с кубиками</p> <p>-Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>-Метание мешочков в корзину, стоящую на полу.</p> <p>-Бросание мяча вверх, о землю и его ловля его двумя руками.</p> <p>-Подвижная игра «Мы веселые ребята»</p>	Ребенок сохранит устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, при метании мешочков в корзину, стоящую на полу через рекомендуемые упражнения данной деятельности.	03.12 2024	
27	Бег Ходьба	В гости к снеговикам	1	Занятие - квест	Ходьба в колонне друг за другом. Бег по кругу с изменением направления.	Ребенок способен к уважению личности друзей и проявлению	04.12 2024	

	Прыжки	«Без барабыз кунакка кар-бабайга!»			ОРУ с флажками -Бег с препятствиями. -Отбивание мяча от пола двумя руками. -Прыжки с поворотом вправо, влево, кругом. -Подвижная игра «Разложи овощи и фрукты по коробкам» -Малоподвижная игра «Тише едешь, дальше будешь»	внимания, проявляя эти качества в подвижных играх и игровых упражнениях. Разовьет стремление правильно выполнять задания по физической культуре.		
28	Бег Ходьба Прыжки пролезания	В гостях у птицы «Кышларда кунакта!»	1	Занятие - игра	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена.  ОРУ без предметов -Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). -Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой (3-4 раза). -Отбивание мяча об пол правой и левой рукой.	Ребенок овладеет техникой бега между предметами в ходе выполнения предложенных упражнений. Сможет развивать волевые качества через ряд физических упражнений и подвижную игру «Найди пару»	10.12 2024	

					Подвижная игра «День ночь» Малоподвижная игра на внимание «Делай как я»			
29	Бег Ходьба Прыжки ползания	«К нам пришел доктор Пилюлькин» «Безгэ килде табиб Пилюлькин!»	1	Занятие по единому сюжету	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; ходьба и бег в рассыпную. Построение в 3-4 круга. ОРУ с кубиками -Бег с поворотами на углах, со сменой ведущего, -Ползание по гимнастической скамейке. -Забрасывание мячей в корзину двумя руками от груди. -Подвижная игра со скакалкой «Быстро пробеги» «Удочка»	Ребенок разовьет умение пробегать под вращающейся скакалкой. Сможет забрасывать мяч в корзину двумя руками от груди движением локтей снизу вверх.	11.12 2024	
30	Бег Ходьба прыжки	«Смелые ребята» «Батыр балалар!»	1	Круговая тренировка (под присмотром инструктора и	Ходьба в колонне по одному, повороты по периметру зала. Ходьба на сочках, руки на поясе. Ходьба на пятках, руки за головой. Боковой галоп в чередовании с ходьбой, прямой галоп в чередовании с ходьбой. Легкий бег. ОРУ с кеглей «Круговая тренировка»	Ребенок овладеет техникой бега между предметами. Разовьет физические данные. Проявит способности бегать соблюдая правильную технику.	17.12 2024	

				воспитателя)	<p>-Прыжки из обруча в обруч</p> <p>-Ходьба по канату</p> <p>-Подлезание под дуги</p> <p>-Пролезание в обруч боком.</p> <p>Подвижная игра "Раз морозною зимой"</p>			
31	Бег Прыжки Ходьба	«Летчики» «Очучылар!»	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена.</p> <p>ОРУ с лентами</p> <p>-Метание «снежков» на дальность.</p> <p>-Прыжки через линию, 4-5 линий</p> <p>-Бросание мяча вверх о землю и его ловля двумя руками.</p> <p>-Подлезание в вертикальные обручи 3-4 обруча.</p> <p>-Подвижная игра «Самолеты»</p>	У ребенка сформируется навык броска мяча вдаль способом двумя руками из-за головы. Ребенок сможет практиковаться в беге по прямой.	18.12 2024	
32	Бег Прыжки	«В гостях у кошечки» «Песидэ кунакта!»	1	Занятие по карточкам с поддержкой	<p>Ритмическая ходьба и бег под музыку.</p> <p>Бег «змейкой», подпрыгивание вверх.</p> <p>ОРУ с гимнастической палкой.</p> <p>-Бег с эстафетным флажком.</p>	Ребенок укрепит мышцы брюшной полости, рук, ног в ходе предложенных упражнений. Сможет	24.12 2024	



				жкой инструк тора и воспита теля	-Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках., на животе. -Подтягивание по скамейке на животе. -Перешагивание через бортик. -Перебрасывание мяча друг другу. Подвижная игра "Два мороза"	следить за осанкой, бегать, используя правильную технику в предложенных упражнениях.		
33	Метание Ходьба Бег Прыжки	«В лес за елкой» «Чыршыга урманга!»	1	Занятие по едином у сюжету	Элементы спортивной ходьбы в колонне по одному с изменением темпа по звуковому сигналу. Бег в колонне по одному, обегая препятствия. ОРУ с кеглей -Прыжок в длину с прямого разбега (3—4 м). -Метание мяча в даль одной рукой. -Дидактическая игра «В заснеженном лесу». -Подвижные игры «Зима пришла», «Снайперы»	Ребенок сможет упражняться в метании на дальность снежков, развивая силу броска в предложенных упражнениях.	25.12 2024	
34	Метание Работа с	«Наш веселый	1	Тренир овочное	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носочках; бег между	Ребенок сможет совершенствовать	14.01 2025	

	мячом	мяч» «Безнен кунелле туп!»		занятие	предметами, в рассыпную, с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу, со сменой ведущего, с выполнением заданий.  ОРУ с мячом  -Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5), ловля его руками;  -перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)  Подвижная игра «Снайперы»	навыки владения мячом (метание мяча на дальность, в вертикальную цель, в перебрасывании через препятствие), развивать двигательную активность.		
35	Ползание Лазанье Подлезание	«Веселые кегли» «Кунелле кеглилар!»	1	Занятие, построенное на одном движении	Ходьба и бег по кругу  Бег в медленном темпе 2мин.  ОРУ с кеглей  -Ползание по скамейке.  -лазание по гимнастической стенке. - Пролезание в обруч,  -пролезание в туннель.  Подвижная игра «Ловишки с мячом»	Ребенок сможет проявить силу, ловкость, смелость и координацию движений через упражнения в лазанье и ползание.	15.01 2025	
36	Ползание, лазанье	Следопыты «Эзерлэуче-	1	Занятие, построенное	Ходьба и бег по кругу  ОРУ без предметов	Через ползание ребенок разовьет и укрепит мускулатуру как	21.01 2025	

	Метание Прыжки	лэр!»		нное на одном движен ии	-Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой. -ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. -прыжки ноги вместе ноги врозь. Подвижная игра «Два Мороза»	крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины, живота), так и мелких мышц рук, предплечья и стопы.		
37	Ползание лазанье	Страна препятствий «Киртэлэр доньсы!»	1	Занятие - игра	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала; ходьба и бег в рассыпную; по сигналу ОРУ с гимнастической палкой. -Лазание по гимнастической стенке. -Подлезание под дуги. -отбивание мяча об пол правой и левой рукой. Подвижная игра «Снежинки»	Через ползание ребенок разовьет и укрепит мускулатуру как крупных мышечных групп (плечевого пояса, спины, живота), так и мелких мышц рук, предплечья и стопы.	22.01 2025	
38	Ползание лазанье	Страна препятствий Киртэлэр доньсы!»	1	Занятие , построе нное на одном движен ии	Ходьба и бег по кругу ОРУ с кеглей -Ползание по скамейке. Разными способами. лазание по гимнастической стенке. -	Ребенок сделает попытку в развитии силы, ловкости, смелости и координации движений через упражнения в лазанье и ползание.	28.01 2025	

					<p>Пролезание в обруч, -Пролезание в туннель. Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>			
39	<p>Прыжки Ходьба Бег Работа с мячом</p>	<p>Я здоровье берегу, сам себе я помогу</p>	1	<p>Кругова я тренировка</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег.  ОРУ с кеглей  -Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, по гимнастическому бревну.  -Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть желтую полосу (норматив 60 см).  -отбивание мяча об пол правой и левой рукой.  Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	<p>Ребенок сможет энергично оттолкнуться от пола и мягко приземлиться на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Совершенствует двигательные умения и навыки в предложенных упражнениях и подвижной игре.</p>	29.01 2025	

40	Прыжки	Самый смелый «Ин Батыр!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя, прыжки из обруча в обруч.</p> <p>ОРУ с мешочками с песком</p> <p>-Прыжки «Достань до предмета» - подпрыгивание на месте на двух ногах.</p> <p>-Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м). Способ - стойка на коленях, сидя на пятках.</p> <p>- отбивание мяча правой и левой рукой в движении.</p> <p>Подвижная игра «Самолеты».</p>	<p>Ребенок сможет совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении предложенных упражнений.</p> <p>Ребенок сможет прыгать со скамейки, мягко приземляясь на две ноги.</p>	04.02 2025	
41	Прыжки Бег Метание	«Мишка - Топтышка»  «Аю Топтышка!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя</p> <p>Бег в среднем темпе 1-2 мин</p> <p>ОРУ без предмета</p> <p>-Прыжок по ровной дорожке,</p> <p>-Прыжок в высоту.</p> <p>-Игровое задание «Достань до предмета».</p> <p>Прыжок с высоты</p> <p>Игровое задание: «Попрыгунчики»</p>	<p>Ребенок совершенствует двигательные умения и навыки.</p> <p>В результате предложенных игровых упражнений ребенок спрыгивает с высоты, прыгает с продвижением вперед, подпрыгивает вверх.</p>	05.02 2025	

					Игра малой подвижности: «Птицы на дереве»			
42	Прыжки Равновесие	Самый ловкий «Ин житез!»	1	Круговая тренировка	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег.</p> <p>ОРУ с обручем.</p> <p>-Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>-Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть желтую полосу (норматив 60 см).</p> <p>-Метание малого мяча в вертикальную цель (мишени)</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	В результате предложенных игровых упражнений ребенок овладеет техникой отталкивания от пола и мягкого приземления на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Сможет совершенствовать двигательные умения и навыки.	11.02 2025	
43	Прыжки	Мишка Топтыжка «Аю Топтышка!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя.</p> <p>Бег обычный, бег правым, левым боком.</p> <p>ОРУ с малыми мячами.</p> <p>-Прыжок в высоту</p> <p>Игровое задание «Достань до предмета»</p>	<p>Ребенок будет совершенствовать двигательные умения и навыки.</p> <p>В результате выполнения физических упражнений определенного вида</p>	12.02 2025	

					<p>-Прыжок с высоты.</p> <p>-Метание малого мяча на дальность.</p> <p>Игровое задание: «Попрыгунчики»</p> <p>Игра малой подвижности: «Птицы на дереве»</p>	<p>сложности, ребенок спрыгивает с высоты, прыгает с продвижением вперед, подпрыгивает вверх.</p>		
44	<p>Прыжки</p> <p>Бег</p> <p>Ходьба</p>	<p>«Будь внимательным»</p> <p>«Ихтибар-лы бул!»</p>	1	<p>Круговая тренировка</p>	<p>Построение, перестроение, повороты. Обычная ходьба, бег. Бег со сменой направления.</p> <p>ОРУ с мешочками с песком.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с киданием мяча в обруч.</p> <p>Прыжки над предметами</p> <p>Бег по кругу с подпрыгиванием через обручи.</p> <p>Подвижная игра «Лиса в курятнике»</p>	<p>Ребенок освоит способ бега с препятствием, подпрыгивая через обручи. Ходить по гимнастической скамейке с киданием мяча в обруч в ходе игровых упражнений.</p>	18.02 2025	
45	<p>Прыжки</p>	<p>«Мы растем сильными и смелыми»</p> <p>«Без усэбез кочле хэм батыр!»</p>	1	<p>Круговая тренировка</p>	<p>Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу воспитателя.</p> <p>ОРУ с кеглей</p> <p>-Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.</p> <p>-Пролезание в обруч правым и левым</p>	<p>Ребенок сможет ходить и бегать, не опуская головы, делая свободные координированные движения рук и ног в игровых упражнениях.</p>	19.02 2025	

					<p>боком.</p> <p>-Перепрыгивание через брёвнышки.</p> <p>-Прыжки по узенькой дорожке.</p> <p>Подвижная игра «Охотники и зайцы»</p>	<p>Ребенок отработает навык прыжков через предметы в подвижной игре «Быстро в круг»</p>		
46	<p>Прыжки</p> <p>Равновесие</p> <p>Ходьба</p> <p>Бег</p>	<p>«Ловкие ребята»</p> <p>«Житез балалар!»</p>	1	<p>Круговая тренировка</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег.</p> <p>ОРУ с кеглей</p> <p>Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>-Прыжки через веревку на двух ногах вправо, влево с продвижением вперед.</p> <p>-прокатывание обруча друг другу.</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	<p>В предложенных физических упражнениях ребенок овладеет техникой прыжков на двух ногах с продвижением вперед. Будет совершенствовать двигательные умения и навыки в игре «Кот и мыши».</p>	25.02 2025	
47	<p>Прыжки</p> <p>Ходьба</p> <p>Бег</p>	<p>Зимние забавы</p> <p>«Кышкы уеннар!»</p>	1	<p>Круговая тренировка</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (40 см), легкий бег.</p> <p>ОРУ с кеглей</p> <p>Равновесие – ходьба по гимнастической</p>	<p>В предложенных физических упражнениях ребенок автоматизирует технику прыжков на двух ногах с продвижением вперед. Сможет</p>	26.02 2025	



					<p>скамейке с заданиями.</p> <p>-Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, нужно перепрыгнуть желтую полосу (норматив 60 см).</p> <p>-Метание малого мяча в вертикальную цель.</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши»</p>	<p>совершенствовать двигательные умения и навыки в игре «Кот и мыши».</p>		
48	Прыжки	«Кышкы уеннар!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя</p> <p>ОРУ без предметов.</p> <p>-Прыжок в высоту</p> <p>-Лазание по гимнастической лестнице.</p> <p>-Прыжок с высоты. (со скамейки на мягкое покрытие)</p> <p>-Прыжки в длину с места.</p> <p>Игровое задание: «Попрыгунчики»</p> <p>Игра малой подвижности: «Птицы на дереве»</p>	<p>Ребенок проявит двигательные умения и навыки.</p> <p>Ребенок сможет легко спрыгивать с высоты, прыгать с продвижением вперед, подпрыгивать вверх с помощью предложенных упражнений.</p>	04.03 2025	
49	Прыжки	«Детские радости» Балалар	1	Занятие - игра	<p>Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя</p>	<p>Ребенок сможет совершенствовать двигательные умения и</p>	05.03 2025	

		соенече!»			ОРУ с султанчиками. Полоса препятствий. -прыжки через обручи -пролезание в туннели -ходьба по канату правым и левым боком. -ползание по гимнастической скамейке на животе. Подвижная игра «Море волнуется»	навыки. Ребенок сможет спрыгивать с высоты, прыгать с продвижением вперед, подпрыгивать вверх в игровых упражнениях под контролем инструктора.		
50	Ритмическая гимнастика	«Веселое путешествие» «Кунелле сзяхэт!»	1	Круговая тренировка	Легкий бег на носочках, руки на поясе. Продвижение вперед прыжками на двух ногах. Ходьба на носочках. Легкий бег на носочках. ОРУ Музыкально-ритмическая гимнастика: «Зима – красавица» -Прыжки через препятствия (бревнышки) -Ходьба по пенькам (пеньки) Ползание по скамейке (мостик над замерзшей рекой) -Равновесие: ходьба по узкой доске -Подвижная игра: «Снежинки – сугроб»	Ребенок сможет координировать движения с музыкой, передает в пластике характер музыки, игровой образ. Освоит прыжки через препятствия в данном виде упражнений. Ребенок освоит технику ползания по скамейке в упражнении «Мостик над замерзшей рекой»	11.03 2025	

51	Ритмическая гимнастика	«Воробышки и автомобиль»  «Чыпчыклар хэм автомобиль!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички»</p> <p>ОРУ с лентами</p> <p>Музыкальная игра "Эй, ты мишка лежебока..."</p> <p>-Ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти - «Мишки»</p> <p>-Прямой галоп - «Лошадки»</p> <p>-Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики»</p> <p>-Легкий бег - «Мячики покатались»</p> <p>Спокойная ходьба для восстановления дыхания.</p> <p>-Подвижная игра «Петрушка с погремушкой»</p>	Ребенок освоит навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти в предложенных двигательных упражнениях. Ребенок освоит подскоки и ориентировку в пространстве через подвижные игры.	12.03 2025	
52	Ритмическая гимнастика	В гостях у зайца «Куянда кунакта!»	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два. Бег с препятствиями.</p> <p>ОРУ</p>	Ребенок освоит технику прыжков через короткую скакалку; выполнения знакомых, разученных ранее упражнений под музыку	18.03 2025	

					<p>Прыжки через короткую скакалку</p> <p>-Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка.</p> <p>-Ползание по скамейке.</p> <p>-Пролезание в обруч в группировке.</p> <p>-Прыжки через предметы с хлопком над головой.</p> <p>-Отбивание мяча правой и левой рукой.</p> <p>Подвижная игра «Ловишки с мячом».</p>	(ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.		
53	Ритмическая гимнастика	В гостях у зайца «Куянда кунакта!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два. Бег с препятствиями.</p> <p>ОРУ</p> <p>Ритмические упражнения «Подарим Зайцу танец»</p> <p>Прыжки через короткую скакалку (Заяц учит детей прыгать через скакалку).</p> <p>-Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка.</p> <p>-Ползание между набивными мячами.</p>	Ребенок сделает попытку в освоении техники прыжков через короткую скакалку; сможет выполнять знакомые, разученные ранее упражнения под музыку (ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.	19.03 2025	

					-Пролезание в обруч в группировке. Подвижная игра «Ловишки».			
54	Ритмическая гимнастика	Ловкие ребята «Хэйлэкэр балалар!»	1	Занятие - игра	Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички»  ОРУ с лентами  -Музыкальная игра "Эй, ты мишка лежебока..."  -Прямой галоп - «Лошадки»  -Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики»  Легкий бег - «Мячики покатались»  -Упражнения сидя и лежа в кругу «Петрушки»  -Подвижная игра «Петрушка с погремушкой»	У ребенка сформируются навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти. Ребенок освоит подскоки и ориентировку в пространстве.	25.03 2025	
55	Ритмическая гимнастика	Ловкие ребята «Хэйлэкэр балалар!»	1	Занятие по единому сюжету	ОРУ с музыкальным сопровождением: упражнения для глаз, упражнения для шейного позвонка, для туловища. Упражнения из положения, сидя и лежа. Упражнение на дыхание.	Ребенок освоит простейшие элементы йоги через ряд упражнений, предложенных	26.03 2025	

					<p>Творческая игра спортивной направленности.</p> <p>Ползание по скамье различными способами.</p> <p>Прыжки из обруча в обруч</p> <p>Подвижные игры по инициативе детей.</p>	<p>инструктором.</p> <p>Ребенок сможет проявить навыки ползания на животе по скамье, кувырка вперед, перепрыгивания из обруча в обруч.</p>		
56	Ритмическая гимнастика	Весна идет «ЯЗ килэ!»	1	<p>Тренировочное занятие</p> <p>Ходьба: гимнастическим шагом; на носках с поочередным подъемом рук от плеча вверх; перекатом с пятки на носок; приставным шагом боком, руки на поясе, при приставлении ноги присесть; руки на бедрах.</p> <p>Бег: с захлестом голени назад, руки вперед, кисть в кулак; боковой галоп, руки на поясе; с выбрасыванием ног вперед, руки на поясе; поскоки; легкий бег.</p> <p>ОРУ с гимнастической палкой.</p> <p>-Прыжки в длину с места.</p> <p>-Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>-Прыжки в высоту через стойки.</p>	<p>У ребенка проявится выносливость при высоких физических нагрузках. Выдержка и внимание.</p> <p>Ребенок освоит способы согласования движения с музыкой; чувство ритма через выполнение акробатических упражнений.</p>	01.04 2025		

					Подвижная игра «Ловишка с лентами»			
57	Ритмическая гимнастика	«Юные акробаты»	1	Занятие по единому сюжету	<p>Построение в шеренгу, ходьба по кругу с упражнениями под музыку</p> <p>ОРУ с музыкальным сопровождением: упражнения для глаз, упражнения для шейного позвонка, для туловища. Упражнения из положения, сидя и лежа. Упражнение на дыхание.</p> <p>Креативная гимнастика. (Творческая игра, направленная на развитие выдумки, творческой инициативы детей).</p> <p>Игропластика. (выразить свои эмоции, открытость и внутреннюю свободу.)</p> <p>Рисунок -смайлики из спортивного инвентаря</p> <p>-Ползание по-пластунски по матам</p> <p>-Прыжки из обруча в обруч</p> <p>-Кувырок через голову</p> <p>-Подвижные игры по инициативе детей.</p>	Ребенок сможет проявить навыки ползанья на животе по скамье, кувырка вперед, перепрыгивания из обруча в обруч.	02.04 2025	
58	Ритмическая гимнастика	«День здоровья» «Сэлэмэт-	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два.</p> <p>Бег с препятствиями</p>	Ребенок сможет прыгать через короткую скакалку; выполнять	08.04 2025	

		лек коне!»			ОРУ с султанчиками в музыкальном сопровождении. -Прыжки через короткую скакалку -Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка. -Ползание по скамейке разными способами. -Пролезание в обруч в группировке. Подвижная игра «Лохматый пес».	знакомые, разученные ранее упражнения под музыку (ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.		
59	Ритмическая гимнастика	«День здоровья» «Сэлэмэт-лек коне!»	1	Занятие - игра	Ходьба бодрая с пятки - «Солдатики», топающим шагом - «Матрешки», высоким шагом - «Петушок», на пятках - «Цыплята». Легкий бег — «Лисички» ОРУ с лентами -Ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти - «Мишки» -Прямой галоп - «Лошадки» -Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки на поясе — «Мячики» -Легкий бег - «Мячики покатались» Спокойная ходьба для восстановления	У ребенка сформируются навыки выполнения основных движений: бег, прямой галоп, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на четвереньках с опорой на ступни и кисти. Ребенок освоит подскоки и ориентировку в пространстве.	09.04 2025	



					дыхания. Подвижная игра «Дождик и солнышко»			
60	Ритмическая гимнастика	«В гостях у кошки» «Песидэ кунакта!»	1	Занятие по единому сюжету	Разминка: "Парад участников представления" Ходьба спортивным шагом; на носках, руки вытянуты вверх; ходьба с высоким подниманием колен; на внешней стороне ступни; ходьба с опорой на ладони и ступни. ОРУ с обручами в кругу (пластика). -Прыжки из обруча в обруч. -Ритмические упражнения с мячами. -Броски набивные мячи двумя руками из-за головы двумя руками. -Подвижная игра «Карусель».	Ребенок сделает попытку в укреплении осанки, развитии гибкости, выносливости, силы мышц живота и позвоночного столба при выполнении предложенных физических и игровых упражнений.	15.04 2025	
61	Ритмическая гимнастика	В гостях у кошки «Песидэ кунакта!»	1	Занятие по единому сюжету	Построение в шеренгу, ходьба по кругу с упражнениями под музыку ОРУ с музыкальным сопровождением: упражнения для глаз, упражнения для шейного позвонка, для туловища. Упражнения из положения, сидя и лежа. Упражнение на дыхание. -Креативная гимнастика. Игропластика	Ребенок сможет тренировать навыки ползанья на животе по скамье, кувырка вперед, перепрыгивания из обруча в обруч. Ребенок попытается выразить свои эмоции, открытость и	16.04 2025	

					<ul style="list-style-type: none"> <li>-Прыжки из обруча в обруч</li> <li>-Кувырок через голову</li> <li>-Метание в вертикальную цель.</li> <li>-Подвижные игры по инициативе детей.</li> </ul>	внутреннюю свободу при выполнении упражнений игропластики.		
62	Ритмическая гимнастика	«Спортивные ребята»	1	Тренировочное занятие	<p>Ходьба по кругу с упражнениями под музыку, перестроение в колонну по два. Бег с препятствиями.</p> <p>ОРУ с в музыкальном сопровождении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Прыжки через короткую скакалку</li> <li>-Ходьба по веревке прямо, ставя ноги с носка.</li> <li>-Ползание по скамейке разными способами.</li> <li>-Пролезание в обруч в группировке.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Удочка».</p>	Ребенок сможет прыгать через короткую скакалку; выполнять знакомые, разученные ранее упражнения под музыку (ритмическая гимнастика). Ползать змейкой между предметами, пролезать в обруч в группировке.	22.04 2025	
63	Ритмическая гимнастика	«Цирковая арена» «Цирк аренасы!»	1	Занятие по единому сюжету	<p>Разминка: "Парад участников представления" Ходьба спортивным шагом; на носках, руки вытянуты вверх; ходьба с высоким подниманием колен; на внешней стороне ступни; ходьба с опорой на ладони и ступни.</p>	Ребенок сможет укреплять осанку в предложенных спортивных упражнениях. Попытается развить гибкость, выносливость,	23.04 2025	

					ОРУ с обручами в кругу (пластика). Прыжки из обруча в обруч Ритмические упражнения с мячом Упражнение на дыхание. Подвижная игра «Карусель»	силы мышц живота и позвоночного столба через ритмические упражнения с мячом.		
64	Ритмическая гимнастика	«Цирковая арена» «Цирк арены!»	1	Тренировочное занятие	Ходьба гимнастическим шагом; на носках с поочередным подъемом рук от плеча вверх; перекатом с пятки на носок; приставным шагом. Бег с боковым галопом.  ОРУ -Лазание по гимнастической стенке. -прыжки через короткую скакалку -метание в вертикальную цель. Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Ребенок проявит выносливость при высоких физических нагрузках, выдержку и внимание.  Ребенок будет согласовывать движения с музыкой, развивать чувство ритма в ряде предложенных упражнений.	29.04 2025	
65	Ритмическая гимнастика Прыжки Метание	«Лошадки» «Атлар!»	1	Занятие по единому сюжету	Разминка: Ходьба спортивным шагом; на носках, руки вытянуты вверх; ходьба с высоким подниманием колен; на внешней стороне ступни; ходьба с опорой на ладони и ступни.  ОРУ с обручами в кругу (пластика).	Ребенок укрепит осанку в упражнениях, предложенных инструктором. Разовьет гибкость, выносливость, силы мышц живота и позвоночного столба	30.05 2025	

					<p>-Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>-Прыжки с высоты.</p> <p>-Метание мяча в горизонтальную цель (в корзины.)</p> <p>Подвижная игра «Карусель»</p>	<p>через подвижную игру «Карусель» и игровые упражнения.</p>		
66	<p>Ритмическая гимнастика</p> <p>Ходьба</p> <p>Бег</p>	<p>«Танцующие ребята»</p> <p>«Биюще балалар!»</p>	1	<p>Тренировочное занятие</p>	<p>Ходьба гимнастическим шагом; на носках с поочередным подъемом рук от плеча вверх; перекатом с пятки на носок; приставным шагом. Бег с боковым галопом.</p> <p>ОРУ с султанчиками</p> <p>-Ходьба по бревну.</p> <p>Броски мяча друг другу снизу двумя руками.</p> <p>-Перешагивание через барьеры.</p> <p>Подвижные игры «Лохматый пес», «Море волнуется раз»</p>	<p>Ребенок разовьет выносливость при высоких физических нагрузках. Выдержку и внимание.</p> <p>Ребенок будет согласовывать движения с музыкой, развивать чувство ритма.</p>	06.05 2025	
67	<p>Строевые упражнения</p> <p>Метание</p>	<p>«В гости к ручейку»</p> <p>«Чишмэгэ кунакка!»</p>	1	<p>Занятие по единому</p>	<p>Обычная ходьба, ходьба на носочках, на пяточках, на внешней и внутренней сторонах стоп.</p> <p>Бег по кругу, бег змейкой со сменой</p>	<p>Ребенок сможет совершенствовать свои двигательные умения. Закрепить умения ходить и бегать с</p>	07.05 2025	

	Прыжки			сюжету	<p>направления.</p> <p>ОРУ с лентами</p> <p>-Чередование прыжков с ходьбой.</p> <p>-Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>-Прыжки на двух ногах, перепрыгивание из обруча в обруч.</p> <p>-Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>-Метание малого мяча в цель.</p> <p>Подвижная игра «Огуречик»</p>	<p>согласованными движениями рук и ног, энергично</p> <p>отталкиваться и</p> <p>приземляться в</p> <p>прыжках,</p> <p>ориентироваться в</p> <p>пространстве.</p> <p>Формировать личную</p> <p>потребность в</p> <p>ежедневной двигательной активности.</p>		
68	<p>Строевые упражнения</p> <p>Прыжки</p> <p>Метание</p>	<p>«Лес проснулся</p> <p>«Урман уяна!»</p>	1	<p>Занятие по единому сюжету</p>	<p>Обычная ходьба, ходьба на носочках, на пяточках, на внешней и внутренней сторонах стоп.</p> <p>Бег по кругу, бег змейкой со сменой направления.</p> <p>ОРУ с лентами</p> <p>Построение в шеренгу. Построение детей в одну колонну по одному.</p> <p>-Чередование прыжков с ходьбой.</p>	<p>Ребенок будет совершенствовать свои двигательные умения. Проявит умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, энергично отталкиваться и приземляться в прыжках,</p>	13.05 2025	

					<p>-Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>-Прыжки на двух ногах, перепрыгивание из обруча в обруч. -Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши».</p>	ориентироваться в пространстве. У ребенка сформируется личная потребность в ежедневной двигательной активности.		
69	Строевые упражнения Бег Метание Прыжки Лазание	Котята и щенята «Песилэр хэм кычыклар!»	1	Занятие - игра	<p>Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием колен, перестроение в три звена.</p> <p>ОРУ с флажками</p> <p>-Прыжки в длину с места.</p> <p>-Бег на быстроту 10 м.</p> <p>Подвижные игры «Мухи и паук», и «Карлики и великаны»</p>	Ребенок сможет самостоятельно перестраиваться по тройкам, энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх.	14.05 2025	
70	Строевые упражнения Метание	Набор в спортивную школу «Спорт-мэктэбенэ»	1	Диагностическое занятие	<p>Бег и ходьба по кругу со сменой направления и темпа</p> <p>ОРУ без предметов</p> <p>-Бросание мяча из-за головы двумя</p>	Ребенок проявит свои спортивные навыки и умения в заданиях и игровых упражнениях, рекомендуемых инструктором в данной	20.05 2025	

	Бег	жиенабыз!»			руками (фронтально) -Прокатывание мяча вперед из положения приседа "Катается колобок" (фронтально) -Лазание по гимнастической стенке. -Подвижная игра "Бросай- беги"	деятельности.		
71	Строевые упражнения Прыжки Лазание Ходьба Бег	Прием в школу космонавтов «Космонавт мэктэбе!»	1	Диагностическое занятие	Ходьба по залу в колонне на носках (мяч в двух руках над головой). Ходьба в приседе (мяч катим двумя руками впереди). Бег с остановкой по сигналу инструктора. Перестроение в 2 колонны. Лазание по гимнастической стенке Прыжки с места, в длину. Подвижная игра «Море волнуется раз...»	Ребенок проявит свои спортивные навыки и умения в заданиях и игровых упражнениях, рекомендуемых инструктором в данной деятельности.	21.05 2025	
72-73	Строевые упражнения Метание Бег	Набор в спортивную школу «Спорт-мэктэбенэ жиенабыз!»	1	Диагностическое занятие	Бег и ходьба по кругу со сменой направления и темпа ОРУ без предметов -Бросание мяча из-за головы двумя руками (фронтально)	Ребенок проявит свои спортивные навыки и умения в заданиях и игровых упражнениях, рекомендуемых инструктором в данной	27.05 2025 28.05 2025	

					<p>-Прокатывание мяча вперед из положения приседа "Катается колобок" (фронтально)</p> <p>-Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>-Подвижная игра "Бросай- беги"</p>	деятельности.		
--	--	--	--	--	---	---------------	--	--

1

### Старшая группа №9

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	К /ч	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1-2	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Здравствуйте, давайте знакомиться!»	2	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>-Прокатывание набивных мячей</p> <p>-Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза по 10 прыжков) в чередовании с ходьбой.</p> <p>- Ползание на четвереньках змейкой между предметами.</p> <p>Подвижная игра “Ловишки”</p>	<p>Ребенок сможет ходить по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс (3-4 раза) прыгать на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола.</p> <p>Перебрасывать мячи друг другу, стоя в шеренгах, бросая мяч</p>	03.09. 06.09. 2024г.	



						двумя руками снизу		
3-4	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Здоровячки»	2	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Ходьба и бег между предметами; ходьба на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1.Прыжки на двух ногах – «Достань до предмета»</p> <p>2.Броски малого мяча вверх двумя руками.</p> <p>3.Бег в среднем темпе до 1,5 минуты.</p> <p>Подвижная игра «День – ночь»»</p>	<p>Ребенок будет ходить и бегать между предметами; ходить на носках; бросать мяч вверх</p>	10.09 13.09. 2024г.	
5-6	Упражнения в ползании, лазании равновесие	«Праздник мяча»	2	Занятие - соревнование	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин.; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>2.Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо.</p> <p>3.броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его с</p>	<p>Ребенок будет ходить с высоким подниманием колен, бегать продолжительностью до 1 мин; ползать по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; подбрасывать мяч вверх.</p>	17.09 20.09. 2024г.	

					хлопком в ладоши. Игра с мячом «Мяч об стенку» Подвижная игра «Удочка»			
7-8	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки	«Веселые пингвины»	2	Занятие - соревнование	Двигательная, игровая. Формировать навыки ходьбы и бега с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; пролезание в обруч боком, не задевая его за край. Основные виды движений. 1.Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке. 2.Равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку. 3.Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, - как пингвины. Подвижная игра «Мы веселые ребята»	Ребенок сможет ходить и бегать с изменением темпа движения по сигналу воспитателя	24.09 27.09. 2024г	
9-10	Упражнения в беге Прыжки Ходьба	«Веселые птицы»	2	Занятие - соревнование	Двигательная. игровая Способствовать формированию двигательной активности в беге, в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. Основные виды движений. 1.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. 2.Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого.	Ребенок сможет бегать и ходить приставным шагом по гимнастической скамейке; прыгать и перебрасывать мяч	01.10. 2024г. 04.10. 2024	

					3.Броски мяча двумя руками, стоя в шеренгах. Подвижная игра «Перелет птиц»		
11-12	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	"Друзей имею много я, они со мной везде, всегда"	2	Занятие - игра	Двигательная. Игровая Формировать умение совершать поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. Основные виды движений. 1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. 2.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. 3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Игра "Самый близкий друг"; пальчиковая игра "Друг"; игровая-эстафета "Кто быстрее?!"	Ребенок сможет совершать поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; бегать с преодолением препятствий. в прыжках с высоты	08.10 11.10. 2024г.
13-14	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Метание	«Путешествие по родному краю»	2	Сюжетно – игровое физкультурное занятие.	Двигательная. Игровая. Активизировать ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. Основные виды движений. 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	Ребенок сможет ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом метать мяч в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м. Будет	15.10 18.10. 2024г.

					2. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м 3. Ползание на четвереньках между предметами Подвижная игра «Парные перебежки» «Челночный бег»	применять умение ползать на четвереньках между предметами		
15-16	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	«В гостях у сказки»	2	Сюжетно-игровое занятие	Двигательная. Игровая. Активизировать двигательные навыки в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; формировать умение равновесие в прыжках. Сохранять и укреплять физическое здоровье детей, повышать тренированность организма через комплекс физических упражнений -Прыжки разными способами. -Ползание на четвереньках, толкая мяч головой. -Броски мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками Подвижная игра «Гуси – лебеди» “Летят гуси”.	Ребенок сможет двигаться в ходьбе парами; лазать в обруч; у ребенка сформируется умение держать равновесие в прыжках.	22.10 25.10. 2024г.	
17-18	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	«В здоровом теле здоровый дух»	2	Сюжетно-игровое занятие	Двигательная. Игровая Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. ОРУ с мячом. Основные виды движений	Ребенок сможет ходить с высоким подниманием колен; держать равновесие, перебрасывать мячи в шеренгах.	29.10 01.11. 2024г.	

					<p>1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной.</p> <p>2.Прыжки на правой и левой ноге поочередно.</p> <p>3.Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах.</p>			
19-20	Упражнения в ходьбе и равновесия прыжки	«Путешествие в страну здоровья»	2	Сюжетно – игровое занятие	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки по переменно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Прыжки с продвижением вперед.</p> <p>2.Переползание на животе по гимнастической скамейки.</p> <p>3.Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>Подвижная игра “Белки на дереве, собаки на земле!”</p>	Ребенок будет двигаться активно в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами, прыжках с продвижением вперед, переползание на животе по гимнастической скамейке, ведению мяча, продвижению вперед шагом.	05.11. 08.11. 2024г.	
21-22	Упражнения в ходьбе и равновесии	«Веселые дорожки»	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе с изменением темпа движения, в беге</p>	Ребенок будет ходить с изменением темпа движения, бегать между предметами,	12.11 20.11. 2024г.	

					<p>между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.</p> <p>ОРУ</p> <p>Основные виды движения:</p> <p>1. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>2. Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>3. Равновесие и ходьба по гимнастической скамейки боком, приставным шагом.</p> <p>Подвижная игра “Удочка”</p>	сформирует умение держать равновесие		
23-24	Упражнения в ходьбе и равновесии	Здоровый образ жизни"	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая.</p> <p>Систематизировать ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p>Основные виды движения</p> <p>1. Лазанье – подлезание под шнур не касаясь руками пола.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейки с мешочками на голове.</p> <p>3. Прыжки на правой и левой ноге до предметов.</p> <p>Подвижная игра «Кто быстрее?»</p>	Ребенок будет ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове, соблюдая равновесие, прыгать на правой и левой ноге до предметов.	15.11 19.11. 2024г.	
25-26	Упражнения в беге Прыжки Лазание	«Олимпийские надежды»	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.</p>	Ребенок будет держать в беге правильную дистанцию друг от друга ходить по наклонной доске боком, руки в стороны,	22.11 26.11. 2024г.	

					<p>Основные виды движений:</p> <p>1.Равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансирует; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через бруски</p> <p>3.Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую.</p> <p>Подвижная игра «Охотник и зайцы»</p>	свободно переходить на гимнастическую скамейку, ходить боком, приставным шагом, руки на пояс. Прыгать на двух ногах через бруски.		
27-28	Упражнения в беге Прыжки Ползание	«Вместе весело шагать»	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброски мяча.</p> <p>Основные виды движения:</p> <p>1.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге.</p> <p>2.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	Ребенок сможет бегать по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; прыгать попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; ползать на четвереньках между предметами, и перебрасывать мяч.	29.11. 03.12. 2024г.	
29-30	Упражнения в бросании,	«Лесные жители»	2	Занятие – сюжетн	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Формировать у детей умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять</p>	Ребенок будет ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, ходить и	06.12 10.12. 2024г.	

	ловле и метании			ая игра	<p>в ходьбе и беге врассыпную; повторить ползание по гимнастической скамейки; формировать умение сохранять устойчивое равновесие.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки.</p> <p>3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>Подвижная игра «Бездомный заяц»</p>	бегать врассыпную; ползать по гимнастической скамейке		
31-32	Упражнения в ходьбе и равновесии	«День рождения кота Василия»	2	Занятие – сюжетная игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Создавать условия для развития подвижной активности детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.</p> <p>ОРУ с лентами.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1.Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская рейку.</p> <p>2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.</p> <p>Прыжки на двух ногах между предметами.</p>	Ребенок ходить и бегать по кругу, взявшись за руки, бегать врассыпную, лазать на гимнастическую стенку, не пропуская рейку	13.12 17.12. 2024г.	



					Подвижная игра «Ловишки с лентами»			
33-34	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ходьба	«Веселая карусель»	2	Занятие – сюжетная игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Систематизировать двигательную активность детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Ходьба по наклонной доске, балансируя руками.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах между набивными мячами.</p> <p>3. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах.</p> <p>Подвижная игра «Карусели»</p>	Ребенок будет ходить и бегать между предметами, не задевая их; удерживать равновесие на наклонной доске; прыгать с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо	20.12 24.02. 2024г.	
35	Упражнения в ходьбе и равновесии	«Веселые зайцы»	2	Занятие - сказка	<p>Двигательная.</p> <p>Предложить ходьбу и бег по кругу; формировать навыки прыжков в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Прыжки в длину с места</p> <p>2. Проползание под дугами на четвереньках, отталкивая мяч.</p>	Ребенок сможет ходить и бегать по кругу; прыгать в длину с места; ползать на четвереньках и прокатывать мяч головой.	27.12. 2024г.	

					3.Перелезание через вертикальные обручи правым, левым, парами. Подвижная игра “Заяц и лиса”			
36-37	Упражнения в бросании, ловле и метании	«Веселый мяч»	2	Занятие -квест	Двигательная. Игровая Предложить упражнение в перебрасывании мяча друг другу; ходьбу и бег между предметами; повторить задания в равновесии. Основные виды движений 1.Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах. 2.Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе. Подвижная игра «Мы веселые ребята»	Ребенок сможет перебрасывать мяч друг другу; ходить и бегать между предметами; перешагивать через набивные мячи	10.01 14.01. 2025г.	
38-39	Упражнения в ходьбе и равновесии Ходьба Прыжки Лазание	«В гостях у лисички»	2	Занятие - сказка	Двигательная. Игровая Создавать условия для формирования правильной ходьбы и бега по кругу; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек. 1.Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Лазание на гимнастическую стенку одноименным способом, спуск, не пропуская реек 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь	Ребенок сможет правильно ходить и бегать по кругу; прыгать на двух ногах продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, ноги вместе. Лазить на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	17.01 21.01. 2025г.	

					вперед прыжком ноги врозь, ноги вместе. Подвижная игра “Хитрая лиса”			
40-41	Спортивные упражнения	«Проказы Бабы Яги»	2	Занятие – сюжетная игра	Двигательная. Игровая Создавать условия для формирования правильной ходьбы и бега по кругу; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек. 1. Прыжки на мягкое покрытие. 2. Перебрасывание мяча разными способами. 3. Броски мяча в корзину. Подвижная игра “Хитрая лиса” “Охотники и зайцы”	Ребенок ходить на лыжах скользящим шагом, уметь играть с клюшкой и шайбой, удерживать равновесие при скольжении по ледяной дорожке	24.01. 28.01. 2025г.	
42-43	Упражнения в прыжках	«Весёлые ладошки»	2	Игры - соревнования	Двигательная. Формировать навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбы и бега в рассыпную; упражнять в лазании под дугу и отбивании мяча об пол. Основные виды движений 1. Прыжки в длину с места. 2. Отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3. Лазание – подлезание под дугу. Подвижная игра «Мы веселые ребята» «Совушка»	У ребенка сформируются навыки отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом, лазания под дугу	31.01 04.02. 2025г.	

44-45	Упражнения в бросании, ловле и метании	«В гости к витаминам»	2	Занятие - путешествие	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Формировать навыки метания в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>2. Лазанье по гимнастической стенке приставным шагом.</p> <p>3. Перешагивание, перепрыгивание через шнур.</p> <p>Подвижная игра «Два Мороза»</p>	У ребенка сформируются навыки метания в цель, лазанья под палку и перешагивание через нее	07.02. 11.02. 2025г.	
46-47	Упражнения в ползании лазанье Метание Бег	«Ловкие кролики»	2	Занятие - квест	<p>Двигательная. Игровая. Формировать навыки лазания на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в непрерывном беге; повторить задания в прыжках и с мячом.</p> <p>ОРУ с маленькими мячами.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Лазание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижением по 4-ой рейке</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, гимнастическому бревну</p> <p>3. Метание в горизонтальную цель.</p> <p>Игровое упражнение «Веселые соревнования»</p>	Ребенок сможет лазить на гимнастическую стенку, не пропуская реек, сохранять равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в непрерывном беге; прыгать с мячом	14.02. 18.02. 2025г.	

48 49	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки	"Будь сильным, ловким, смелым!"	2	Занятие -квест	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; навыков ходьбы по канату с мешочком на голове; тренироваться в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Равновесие, ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2.Прыжки из обруча в обруч</p> <p>3.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола</p>	Ребенок будет перестраиваться в колонну по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; сформирует навык ходьбы по канату с мешочком на голове, прыгать и перебрасывать мяч	21.02. 25.02 2025	
505 1	Упражнения в прыжках Метание Ползание Прыжки	«Колобок»	2	Занятие - сюжетная игра	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Формировать навык прыжка в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, формировать двигательную активность ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; формировать в ползании между предметами.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Прыжки в высоту с разбега.</p> <p>2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча.</p> <p>3.Ползание по-пластунски на матах.</p>	Ребенок сможет прыгать в высоту с разбега, бегать по кругу с изменением направления движения и враспынную; метать мешочком в цель, ползать между предметами.	28.02 04.03. 2025г.	

					Подвижная игра “Догонялки”			
52-53	Упражнения в ползании, лазании	Двое из ларца – одинаковых с лица»	2	Занятие -игра	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Тренировать в ползании по гимнастической скамейке, повторить ходьбу со сменой темпа движения.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейки боком, приставным шагом.</p> <p>3. Прыжки вправо, влево через шнур.</p> <p>Подвижная игра «Удочка».</p>	Ребенок сможет ползать по гимнастической скамейке, ходить со сменой темпа движения, прыгать вправо, влево через шнур.	07.03 11.03. 2025г.	
54-55	Строевые упражнения Метание Ползание Равновесие	Веселые медвежата»	2	Занятие -сказка	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Тренировать детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель, в лазание и равновесии.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Метание мешочков в горизонтальную мишень способом от плеча.</p> <p>2. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно.</p> <p>Подвижная игра “Найди стул” “Медведь и пчелы”</p>	Ребенок сформирует навыки ходьбы с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании мешочков в горизонтальную мишень способом от плеча, ползанию на четвереньках между предметами, перешагивания через набивные мячи попеременно правой и левой ногой	14.03 18.03. 2025г.	

56-57	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Метание	«Домик в деревне»	2	Занятие - путешествие	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Тренировать в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, активизировать ходьбу и бег по кругу; тренироваться в прыжках и метании.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>3. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.</p> <p>Подвижная игра «Гуси -лебеди»</p>	Ребенок сможет ходить по гимнастической скамейке, руки в стороны, прыгать через бруски, бросать мяч двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	21.03. 25.03 2025г.	
58-59	Упражнения в прыжках	«Весенние ручейки»	2	Занятие -квест	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Разучить прыжки с короткой скалкой; повторить ходьбу и бег между предметами; тренировать в прокатывании обручей.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1. Прыжки через короткую скалку на месте, вращая ее вперед</p> <p>2. Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах</p> <p>3. Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>Подвижная игра «Караси и щука»</p>	Ребенок сможет прыгать через короткую скалку на месте, вращая ее вперед, прокатывать обручи друг другу, стоя в шеренгах, пролезать в обруч прямо и боком.	28.03. 01.04. 2024г.	
60-61	Упражнения в бросании, ловле и метании	«Страна препятствий»	2	Занятие - соревнование	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Продолжать развивать метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; содействовать формированию двигательной активности в ходьбе и беге</p>	Ребенок сможет метать мешочки в вертикальную мишень способом от плеча, ползать по прямой,	04.04. 08.04. 2025г.	

					<p>колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1. Метание мешочков в вертикальную мишень способом от плеча.</p> <p>2. Ползание по прямой, затем подлезание под скамейку.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, с мешочком на голове.</p> <p>Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>затем переползать через скамейку, ходить и бегать в колонне по одному, с остановкой по команде воспитателя</p>		
62-63	Упражнения в ползании, лазании. Прыжки Равновесие	«Народные подвижные игры»	2	<p>Занятие – сюжетные игры</p> <p>Двигательная, игровая.</p> <p>Активизировать навыки лазания на гимнастическую стенку; навыки ходьбы и бега между предметами; тренировать в сохранении равновесия и прыжках.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1. Лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз не пропуская реек.</p> <p>2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.</p> <p>3. Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. стенку произвольным способом и спуск вниз не пропуская реек.</p> <p>Подвижная игра “Колечко.” “Веселые</p>	<p>Ребенок сможет лазать на гимнастическую стенку; ходить по канату боком приставным шагом, руки на пояс, прыгать через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед</p>	11.04 15.04. 2025г.		



					ребята”», «Прятки»			
64-65	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки	«Маленькие солнышки»	2	Занятие -квест	<p>Двигательная, игровая. Содействовать формированию двигательной активности детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом</p> <p>Основные виды движений. 1. Равновесия – ходьба, по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, разложенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед. 3. Броски мяча о стену и ловля его. Подвижная игра «Мышеловка»</p>	Ребенок сможет ходить и бегать с поворотом в другую сторону по команде воспитателя, ходить по гимнастической скамейке, перешагивать через набивные мячи, разложенные на расстоянии двух шагов, руки на поясе. Прыгать на двух ногах продвигаясь вперед, бросать мяч о стену	18.04. 22.04. 2025г.	
66-67	Упражнения в прыжках Ползание Прыжки	«Ручеек перешагнём и дальше пойдём»	1	Занятие -квест	<p>Двигательная, игровая. Формирование навыков прыжка в длину; формировать спортивные навыки в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; тренировать в перебрасывании мяча</p> <p>Основные виды движений 1. Прыжки в длину с места, с разбега. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя</p>	Ребенок сможет прыгать в длину с разбега, перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, ползать по прямой на ладонях и ступнях по медвежьей	25.05. 29.04. 2025г.	

					руками от груди. 3.Ползание по прямой на ладонях и ступнях по медвежьим Подвижная игра “Белки на дереве, собака на земле” “Прыжки через канат”			
68 69	Упражнения в бросании, ловле и метании. Лазание Равновесие	«Весёлые ребята»	1	Занятие - сюжетная игра	Двигательная, игровая. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; содействовать формированию двигательной активности в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную Основные виды движений 1.Броски мяча об пол одной рукой и его ловля двумя руками. 2.Лазание – пролезание правым и левым боком в группировке. 3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейки боком, приставным шагом. Подвижная игра «Пустое место».	Ребенок сможет бросать мяч об пол одной рукой и его ловить двумя руками, бегать между предметами колонной по одному и в рассыпную.	06.05. 13.05. 2025г.	
70- 71	Упражнения в ползанье, лазанье	«Водоем»	2	Занятие - игра	Двигательная, игровая. Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с изменением темпа движения; повторить прыжки между предметами. Основные виды движений 1.Ползание по гимнастической скамейки на животе, подтягиваясь двумя руками. 2.Бег 30 м на результат.	Ребенок сможет ползать по гимнастической скамейке на животе; прыгать между предметами, ходить с перешагиванием через набивные мячи.	16.05. 20.05. 2025г.	

					3.Прыжки в длину с места. Подвижная игра “Рыбак и рыбки”			
72 73 74	Строевые упражнения	«ГТОшки»	1	Занятие - квест	Бег по кругу с изменением направления. ОРУ с флажками -Челночный бег. -Подтягивание на низкой перекладине. -Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за голову.	Ребенок сможет проявить уважение к своим друзьям в ходе игровых упражнений. Сделает попытку в правильном выполнении задания по физической культуре.	23.05 2025г. 27.05 30.05. 2025	

1

2

### Старшая группа № 8

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	К /ч	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1-2	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Здравствуйте, давайте знакомиться!»	2	Занятие – игра	Двигательная, игровая Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. Основные виды движений -Прокатывание набивных мячей -Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза)	Ребенок сможет ходить по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс (3-4 раза) прыгать на двух	02.09. 05.09. 2024г.	

					по 10 прыжков) в чередовании с ходьбой. - Ползание на четвереньках змейкой между предметами.  Подвижная игра “Ловишки”	ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола. Перебрасывать мячи друг другу, стоя в шеренгах, бросая мяч двумя руками снизу		
3-4	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Здоровячки»	2	Занятие – игра	Двигательная, игровая Ходьба и бег между предметами; ходьба на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх. Основные виды движений. 1.Прыжки на двух ногах – «Достань до предмета» 2.Броски малого мяча вверх двумя руками. 3.Бег в среднем темпе до 1,5 минуты. Подвижная игра «День – ночь»»	Ребенок будет ходить и бегать между предметами; ходить на носках; бросать мяч вверх	09.09 12.09. 2024г.	
5-6	Упражнения в ползанье, лазанье равновесие	«Праздник мяча»	2	Занятие-соревнование	Двигательная, игровая Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин.; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Основные виды движений. 1.Ползание по гимнастической скамейке с	Ребенок будет ходить с высоким подниманием колен, бегать продолжительностью до 1 мин; ползать по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; подбрасывать мяч	16.09 19.09. 2024г.	

					<p>опорой на ладони и колени.</p> <p>2.Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо.</p> <p>3.броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши. Игра с мячом «Мяч об стенку»</p> <p>Подвижная игра «Удочка»</p>	вверх.		
7-8	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки	«Веселые пингвины»	2	Занятие-соревнование	<p>Двигательная, игровая. Формировать навыки ходьбы и бега с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; пролезание в обруч боком, не задевая его за край.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1.Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке.</p> <p>2.Равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие – бруски или кубики, сохраняя правильную осанку.</p> <p>3.Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, - как пингвины.</p> <p>Подвижная игра «Мы веселые ребята»</p>	Ребенок сможет ходить и бегать с изменением темпа движения по сигналу воспитателя	23.09 26.09. 2024г	
9-10	Упражнения в беге Прыжки Ходьба	«Веселые птицы»	2	Занятие-соревнование	<p>Двигательная. игровая</p> <p>Способствовать формированию двигательной активности в беге, в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.</p>	Ребенок сможет бегать и ходить приставным шагом по гимнастической скамейке; прыгать и перебрасывать мяч	30.09. 2024г. 03.10. 2024	

					<p>Основные виды движений.</p> <p>1.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на пояс.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого.</p> <p>3.Броски мяча двумя руками, стоя в шеренгах.</p> <p>Подвижная игра «Перелет птиц»</p>			
11-12	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	"Друзей имею много я, они со мной везде, всегда"	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Формировать умение совершать поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1.Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>3.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках</p> <p>Игра "Самый близкий друг"; пальчиковая игра "Друг"; игровая-эстафета "Кто быстрее?!"</p>	Ребенок сможет совершать поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; бегать с преодолением препятствий. в прыжках с высоты	07.10 10.10. 2024г.	
13-14	Упражнения в ходьбе и равновесии	«Путешествие по родному	2	Сюжетно – игровое физкультур	<p>Двигательная. Игровая. Активизировать ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и</p>	Ребенок сможет ходить по гимнастической	14.10 17.10. 2024г.	

	Прыжки Метание	краю»		урное занятие.	<p>глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. Основные виды движений.</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом</p> <p>2. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м</p> <p>3. Ползание на четвереньках между предметами</p> <p>Подвижная игра «Парные перебежки» «Челночный бег»</p>	скамейке боком приставным шагом метать мяч в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2м. Будет применять умение ползать на четвереньках между предметами		
15-16	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	«В гостях у сказки»	2	Сюжетно игровое занятие	<p>Двигательная. Игровая. Активизировать двигательные навыки в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; формировать умение равновесие в прыжках.</p> <p>Сохранять и укреплять физическое здоровье детей, повышать тренированность организма через комплекс физических упражнений</p> <p>-Прыжки разными способами.</p> <p>-Ползание на четвереньках, толкая мяч головой.</p> <p>-Броски и мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками</p> <p>Подвижная игра «Гуси – лебеди» “Летят гуси”.</p>	Ребенок сможет двигаться в ходьбе парами; лазать в обруч; у ребенка сформируется умение держать равновесие в прыжках.	21.10 24.10. 2024г.	
17-18	Упражнения в ходьбе и равновесии	«В здоровом теле	2	Сюжетно-игровое занятие	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая</p>	Ребенок сможет ходить с высоким подниманием колен;	28.10 31.10. 2024г.	

	Прыжки Ползание	здоровый дух»			<p>координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. ОРУ с мячом. Основные виды движений</p> <p>1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. 2.Прыжки на правой и левой ноге поочередно. 3.Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах.</p>	<p>держат равновесие, перебрасывать мячи в шеренгах.</p>		
19-20	Упражнения в ходьбе и равновесия прыжки	«Путешествие в страну здоровья»	2	<p>Сюжетно – игровое занятие</p> <p>Двигательная. Игровая Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки по переменно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами. Основные виды движений</p> <p>1.Прыжки с продвижением вперед. 2.Переползание на животе по гимнастической скамейки. 3.Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом. Подвижная игра “Белки на дереве, собаки на земле!”</p>	<p>Ребенок будет двигаться активно в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами, прыжках с продвижением вперед, переползание на животе по гимнастической скамейке, ведению мяча, продвижению вперед шагом.</p>	07.11. 11.11. 2024г.		



21-22	Упражнения в ходьбе и равновесии	«Веселые дорожки»	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.</p> <p>ОРУ</p> <p>Основные виды движения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</li> <li>2. Пролезание в обруч прямо и боком.</li> <li>3. Равновесие и ходьба по гимнастической скамейки боком, приставным шагом.</li> </ol> <p>Подвижная игра «Удочка»</p>	Ребенок будет ходить с изменением темпа движения, бегать между предметами, сформирует умение держать равновесие	14.11 18.11. 2024г.	
23-24	Упражнения в ходьбе и равновесии	Здоровый образ жизни"	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая. Систематизировать ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p>Основные виды движения</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лазанье – подлезание под шнур не касаясь руками пола.</li> <li>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейки с мешочками на голове.</li> <li>3. Прыжки на правой и левой ноге до предметов.</li> </ol> <p>Подвижная игра «Кто быстрее?»</p>	Ребенок будет ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове, соблюдая равновесие, прыгать на правой и левой ноге до предметов.	21.11 25.11. 2024г.	
25-26	Упражнения в беге Прыжки	«Олимпийские надежды»	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по</p>	Ребенок будет держать в беге правильную	28.11 02.12. 2024г.	

	Лазание				<p>наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.</p> <p>Основные виды движений:</p> <p>1.Равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно балансирует; переход на гимнастическую скамейку, ходьба боком, приставным шагом, руки на пояс.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через бруски</p> <p>3.Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую.</p> <p>Подвижная игра «Охотник и зайцы»</p>	<p>дистанцию друг от друга ходить по наклонной доске боком, руки в стороны, свободно переходить на гимнастическую скамейку, ходить боком, приставным шагом, руки на пояс.</p> <p>Прыгать на двух ногах через бруски.</p>		
27-28	Упражнения в беге Прыжки Ползание	«Вместе весело шагать»	2	Занятие - игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброски мяча.</p> <p>Основные виды движения:</p> <p>1.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге.</p> <p>2.Броски мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>	<p>Ребенок сможет бегать по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; прыгать попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; ползать на четвереньках между предметами, и перебрасывать мяч.</p>	05.12. 09.12. 2024г.	

29-30	Упражнения в бросании, ловле и метании	«Лесные жители»	2	Занятие – сюжетная игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Формировать у детей умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ходьбе и беге враспынную; повторить ползание по гимнастической скамейки; формировать умение сохранять устойчивое равновесие.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки.</p> <p>3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>Подвижная игра «Бездомный заяц»</p>	Ребенок будет ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, ходить и бегать враспынную; ползать по гимнастической скамейке	12.12 16.12. 2024г.	
31-32	Упражнения в ходьбе и равновесии	«День рождения кота Василия»	2	Занятие – сюжетная игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Создавать условия для развития подвижной активности детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.</p> <p>ОРУ с лентами.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1.Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская рейку.</p> <p>2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.</p>	Ребенок ходить и бегать по кругу, взявшись за руки, бегать враспынную, лазать на гимнастическую стенку, не пропуская рейку	19.12 23.12. 2024г.	

					Прыжки на двух ногах между предметами. Подвижная игра «Ловишки с лентами»			
33-34	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ходьба	«Веселая карусель»	2	Занятие – сюжетная игра	Двигательная. Игровая Систематизировать двигательную активность детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Основные виды движений 1. Ходьба по наклонной доске, балансируя руками. 2. Прыжки на двух ногах между набивными мячами. 3. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах. Подвижная игра «Карусели»	Ребенок будет ходить и бегать между предметами, не задевая их; удерживать равновесие на наклонной доске; прыгать с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо	26.12 09.01. 2025г.	
35	Упражнения в ходьбе и равновесии	«Веселые зайцы»	2	Занятие - сказка	Двигательная. Предложить ходьбу и бег по кругу; формировать навыки прыжков в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Основные виды движений 1. Прыжки в длину с места 2. Проползание под дугами на четвереньках, отталкивая мяч.	Ребенок сможет ходить и бегать по кругу; прыгать в длину с места; ползать на четвереньках и прокатывать мяч головой.	13.01. 2025г.	

					3.Перелезание через вертикальные обручи правым, левым, парами. Подвижная игра “Заяц и лиса”			
36-37	Упражнения в бросании, ловле и метании	«Веселый мяч»	2	Занятие - квест	Двигательная. Игровая Предложить упражнение в перебрасывании мяча друг другу; ходьбу и бег между предметами; повторить задания в равновесии. Основные виды движений 1.Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах. 2.Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке. 3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе. Подвижная игра «Мы веселые ребята»	Ребенок сможет перебрасывать мяч друг другу; ходить и бегать между предметами; перешагивать через набивные мячи	16.01 20.01. 2025г.	
38-39	Упражнения в ходьбе и равновесии Ходьба Прыжки Лазание	«В гостях у лисички»	2	Занятие - сказка	Двигательная. Игровая Создавать условия для формирования правильной ходьбы и бега по кругу; упражнять в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек. 1.Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Лазание на гимнастическую стенку одноименном способом, спуск, не пропуская реек 3.Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, ноги вместе.	Ребенок сможет правильно ходить и бегать по кругу; прыгать на двух ногах продвигаясь вперед прыжком ноги врозь, ноги вместе. Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	23.01 27.01. 2025г.	

					Подвижная игра “Хитрая лиса”			
40-41	Спортивные упражнения	«Проказы Бабы Яги»	2	Занятие – сюжетная игра	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Создавать условия для формирования правильной ходьбы и бега по кругу; упражнять в равновесии и прыжках.</p> <p>Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</p> <p>1. Прыжки на мягкое покрытие.</p> <p>2. Перебрасывание мяча разными способами.</p> <p>3. Броски мяча в корзину.</p> <p>Подвижная игра “Хитрая лиса” “Охотники и зайцы”</p>	Ребенок ходить на лыжах скользящим шагом, уметь играть с клюшкой и шайбой, удерживать равновесие при скольжении по ледяной дорожке	30.01. 03.02. 2025г.	
42-43	Упражнения в прыжках	«Весёлые ладошки»	2	Игры - соревнования	<p>Двигательная.</p> <p>Формировать навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбы и бега в рассыпную; упражнять в лазании под дугу и отбивании мяча об пол.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>3. Лазание – подлезание под дугу.</p> <p>Подвижная игра «Мы веселые ребята» «Совушка»</p>	У ребенка сформируются навыки отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках, отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом, лазания под дугу	06.02 10.02. 2025г.	

44-45	Упражнения в бросании, ловле и метании	«В гости к витаминам»	2	Занятие - путешествие	<p>Двигательная. Игровая</p> <p>Формировать навыки метания в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>2. Лазанье по гимнастической стенке приставным шагом.</p> <p>3. Перешагивание, перепрыгивание через шнур.</p> <p>Подвижная игра «Два Мороза»</p>	У ребенка сформируются навыки метания в цель, лазанья под палку и перешагивание через нее	13.02. 17.02. 2025г.	
46-47	Упражнения в ползании лазанье Метание Бег	«Ловкие кролики»	2	Занятие-квест	<p>Двигательная. Игровая. Формировать навыки лазания на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в непрерывном беге; повторить задания в прыжках и с мячом.</p> <p>ОРУ с маленькими мячами.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Лазание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижением по 4-ой рейке</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, гимнастическому бревну</p> <p>3. Метание в горизонтальную цель.</p> <p>Игровое упражнение «Веселые соревнования»</p>	Ребенок сможет лазить на гимнастическую стенку, не пропуская реек, сохранять равновесия при ходьбе на повышенной опоре; в непрерывном беге; прыгать с мячом	20.02. 24.02. 2025г.	

48 49	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки	"Будь сильным, ловким, смелым!"	2	Занятие-квест	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; навыков ходьбы по канату с мешочком на голове; тренироваться в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Равновесие, ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2.Прыжки из обруча в обруч</p> <p>3.Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола</p>	Ребенок будет перестраиваться в колонну по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; сформирует навык ходьбы по канату с мешочком на голове, прыгать и перебрасывать мяч	27.02. 03.03 2025	
5051	Упражнения в прыжках Метание Ползание Прыжки	«Колобок»	2	Занятие-сюжетная игра	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Формировать навык прыжка в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, формировать двигательную активность ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; формировать в ползании между предметами.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Прыжки в высоту с разбега.</p> <p>2.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча.</p> <p>3.Ползание по-пластунски на матах.</p>	Ребенок сможет прыгать в высоту с разбега, бегать по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; метать мешочком в цель, ползать между предметами.	06.03 10.03. 2025г.	



					Подвижная игра “Догонялки”			
52-53	Упражнения в ползании, лазании	Двое из ларца – одинаковых с лица»	2	Занятие-игра	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Тренировать в ползании по гимнастической скамейке, повторить ходьбу со сменой темпа движения.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейки боком, приставным шагом.</p> <p>3. Прыжки вправо, влево через шнур.</p> <p>Подвижная игра «Удочка».</p>	Ребенок сможет ползать по гимнастической скамейке, ходить со сменой темпа движения, прыгать вправо, влево через шнур.	13.03 17.03. 2025г.	
54 55	Строевые упражнения Метание Ползание Равновесие	Веселые медвежата»	2	Занятие - сказка	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Тренировать детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель, в лазание и равновесии.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Метание мешочков в горизонтальную мишень способом от плеча.</p> <p>2. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно.</p> <p>Подвижная игра “Найди стул” “Медведь и пчелы”</p>	Ребенок сформирует навыки ходьбы с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании мешочков в горизонтальную мишень способом от плеча, ползанию на четвереньках между предметами, перешагивания через набивные мячи попеременно правой и левой ногой	20.03 24.03. 2025г.	

56-57	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Метание	«Домик в деревне»	2	Занятие-путешествие	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Тренировать в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, активизировать ходьбу и бег по кругу; тренироваться в прыжках и метании.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>3. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.</p> <p>Подвижная игра «Гуси -лебеди»</p>	Ребенок сможет ходить по гимнастической скамейке, руки в стороны, прыгать через бруски, бросать мяч двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	27.03 2025г.	
58-59	Упражнения в прыжках	«Весенние ручейки»	2	Занятие-квест	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Разучить прыжки с короткой скалкой; повторить ходьбу и бег между предметами; тренировать в прокатывании обручей.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1. Прыжки через короткую скалку на месте, вращая ее вперед</p> <p>2. Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах</p> <p>3. Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>Подвижная игра «Караси и щука»</p>	Ребенок сможет прыгать через короткую скалку на месте, вращая ее вперед, прокатывать обручи друг другу, стоя в шеренгах, пролезать в обруч прямо и боком.	03.04. 06.04. 2024г.	
60-61	Упражнения в бросании, ловле и метании	«Страна препятствий»	2	Занятие-соревнование	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Продолжать развивать метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; содействовать формированию двигательной активности в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по</p>	Ребенок сможет метать мешочки в вертикальную мишень способом от плеча, ползать по прямой, затем	10.04. 13.04. 2025г.	

				команде воспитателя; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. Основные виды движений. 1. Метание мешочков в вертикальную мишень способом от плеча. 2. Ползание по прямой, затем подлезание под скамейку. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, с мешочком на голове. Подвижная игра «Удочка»	переползать через скамейку, ходить и бегать в колонне по одному, с остановкой по команде воспитателя .		
62	Упражнения в ползании, лазании. Прыжки Равновесие	«Народные подвижные игры»	2	Занятие – сюжетные игры Двигательная, игровая. Активизировать навыки лазания на гимнастическую стенку; навыки ходьбы и бега между предметами; тренировать в сохранении равновесия и прыжках. Основные виды движений. 1. Лазание на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз не пропуская реек. 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс. стенку произвольным способом и спуск вниз не пропуская реек. Подвижная игра «Колечко.» «Веселые ребята»», «Прятки»	Ребенок сможет лазать на гимнастическую стенку; ходить по канату боком приставным шагом, руки на пояс, прыгать через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед	17.04. 2025г.	

63-64	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки	«Маленькие солнышки»	2	Занятие-квест	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Содействовать формированию двигательной активности детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>1. Равновесия – ходьба, по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, разложенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед.</p> <p>3. Броски мяча о стену и ловля его.</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка»</p>	<p>Ребенок сможет ходить и бегать с поворотом в другую сторону по команде воспитателя, ходить по гимнастической скамейке, перешагивать через набивные мячи, разложенные на расстоянии двух шагов, руки на поясе.</p> <p>Прыгать на двух ногах продвигаясь вперед, бросать мяч о стену</p>	21.04. 24.04. 2025г.	
65-66	Упражнения в прыжках Ползание Прыжки	«Ручеёк перешагнём и дальше пойдём»	1	Занятие-квест	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Формирование навыков прыжка в длину; формировать спортивные навыки в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; тренировать в перебрасывании мяча</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1. Прыжки в длину с места, с разбега.</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди.</p> <p>3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях по медвежьим лапам</p>	<p>Ребенок сможет прыгать в длину с разбега, перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, ползать по прямой на ладонях и ступнях по медвежьим лапам</p>	28.04. 05.05. 2025г.	

					Подвижная игра “Белки на дереве, собака на земле” “Прыжки через канат”			
67 68	Упражнения в бросании, ловле и метании. Лазание Равновесие	«Весёлые ребята»	1	Занятие-сюжетная игра	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; содействовать формированию двигательной активности в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Броски мяча об пол одной рукой и его ловля двумя руками.</p> <p>2.Лазание – пролезание правым и левым боком в группировке.</p> <p>3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейки боком, приставным шагом.</p> <p>Подвижная игра «Пустое место».</p>	Ребенок сможет бросать мяч об пол одной рукой и его ловить двумя руками, бегать между предметами колонной по одному и в рассыпную.	12.05. 15.05. 2025г.	
69-70	Упражнения в ползанье, лазанье	«Водоем»	2	Занятие-игра	<p>Двигательная, игровая.</p> <p>Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с изменением темпа движения; повторить прыжки между предметами.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Ползание по гимнастической скамейки на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>2.Бег 30 м на результат.</p> <p>3.Прыжки в длину с места.</p> <p>Подвижная игра “Рыбак и рыбки”</p>	Ребенок сможет ползать по гимнастической скамейке на животе; прыгать между предметами, ходить с перешагиванием через набивные мячи.	19.05. 22.05. 2025г.	
71-72	Строевые		1	Занятие -	Бег по кругу с изменением направления.	Ребенок сможет	26.05	

	упражнения	«ГТОшки»		квест	ОРУ с флажками -Челночный бег. -Подтягивание на низкой перекладине. -Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за голову.	проявить уважение к своим друзьям в ходе игровых упражнений. Сделает попытку в правильном выполнении задания по физической культуре.	29.05 2025г.	
--	------------	----------	--	-------	---	--	-----------------	--

1

2

### Подготовительная группа № 5

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	К /ч	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1.	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	Здравствуйте давайте знакомиться!	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Содействовать формированию сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке прямо; в ходьбе и беге в колонне по одному, враспынную, умение выполнять действия по сигналу. Основные движения. -Повторить ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. -упражнять прыжки на двух ногах на	Ребенок сможет: -сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке прямо; - выполнять действия по сигналу при ходьбе и беге в колонне по одному и враспынную.	02.09 2024	

					месте, с продвижением вперед. -учить перебрасывание мяча друг другу снизу. Игровое упражнение «Хлопушки»			
2.	Упражнения в беге Прыжки Равновесие	«Ловкачи и силачи»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию бега в колонне по одному с изменением направления; при прыжках, энергично отталкиваться двумя ногами от пола в длину с места (не менее 120 см). Основные виды движения; -учить прыжки в длину с места. -повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. - повторить ходьбу по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Скок-перескок»	Ребенок сможет: -бегать в колонне по одному с изменением направления; - прыгать, энергично отталкиваясь двумя ногами от пола в длину с места (не менее 120 см).	04.09.2024	
3.	Спортивные игры	«Мы волейболисты»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Перебрасывать двумя руками мяч в сетку, закреплённую на высоте не менее 1,7 м от пола; формировать навык сохранения равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке боком. -учить подбрасывание мяча вверх двумя руками, выполнить хлопки 1-4 и ловля двумя руками. -перебрасывание мяча через сетку. -ознакомление правилами игры	Ребенок сможет: - перебрасывать двумя руками мяч в сетку, закреплённую на высоте не менее 1,7 м от пола; - держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком.	09.09.2024	

					«Пионербол» Подвижная игра «Мяч через сетку».		
4.	Упражнения в прыжках	«Весёлые зайцы»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка энергично, отталкиваться двумя ногами от пола, прыгнуть с места с продвижением вперед в длину не менее 120 см. - повторить прыжки из обруча в обруч -упражнять ползание на четвереньках по гимнастической скамейке -учить прыжку в длину с места. Подвижная игра «Хитрая лиса».	Ребенок сможет энергично отталкиваться двумя ногами от пола и прыгать с места с продвижением вперед в длину не менее 120 см	11.09.2024
5.	Упражнения в ползании, лазании	«Путешествие в лес»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. -повторить проползание на животе под гимнастической палкой. -учить выполнению перебрасывания мяча друг другу. Подвижная игра «Перелет птиц»	Ребенок сможет ползать по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.	16.09.2024
6.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Игры с осенними листьями»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Содействовать развитию навыка перебрасывания, подбрасывания мяча двумя руками и отбивания от пола, ведение мяча одной рукой, поочередно: правой и левой рукой на	Ребенок сможет перебрасывать и подбрасывать мяч двумя руками, отбивать от пола одной рукой поочередно правой и левой рукой на месте более 10 раз	18.09.2024



					<p>месте более 10 раз.</p> <p>-учить ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>-повторить прыжки на двух ногах на месте.</p> <p>-учить перебрасыванию мяча друг другу.</p> <p>Подвижная игра «Кто самый меткий?»</p>		
7.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Мой весёлый звонкий мяч»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию навыка метания вдаль: принимать правильное и. п. выполнять замах для увеличения силы броска метать левой рукой разными способами мяч (диаметром 6-8 см) в горизонтальную цель (32 x 32 см) с расстояния не менее 1,5 м (научится попадать не менее двух раз подряд)</p> <p>-учить выполнению броска мяча в корзину.</p> <p>- повторить прыжки разными способами с продвижением вперед.</p> <p>-Подвижная игра «Путешествие за мячом» «Кого назвали -тот ловит мяч»</p>	Ребенок сможет метать левой рукой разными способами мяч (диаметром 6-8 см) в горизонтальную цель (32 x 32 см) с расстояния не менее 1,5 м (сможет попадать не менее двух раз подряд)	23.09.2024
8.	Упражнения в прыжках	«День рыбака»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Формировать навык прыжков на двух ногах с мешочками между коленями и</p>	Ребенок сможет: - перебрасывать мяч снизу двумя руками 3-4 м;	25.09.2024

					<p>ходьбе;</p> <p>-учить перебрасывать мяч друг другу снизу двумя руками расстояние 3-4</p> <p>-повторить ползание по гимнастической скамейке (на животе, на спине)</p> <p>-подвижная игра «Веселые лягушки».</p> <p>-м/подвижная игра «Пингвин».</p>	<p>- прыгать и ходить с мешочком между коленями, на двух ногах.</p>		
9.	Упражнения в ходьбе	«Семейный день»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Способствовать развитию навыка перешагивания через бруски с мешочком на голове длиной 3 м;</p> <p>-пролезания в обруч в группировке боком.</p> <p>-учить технике метания в вертикальную цель.</p> <p>-повторить перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>-упражнять прыжки из обруча в обруч, через обруч.</p> <p>Подвижная игра «<i>Бездомный заяц</i>»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- перешагивать через бруски с мешочком на голове длиной 3 м;</p> <p>-пролезать в обруч в группировке, боком и прямо.</p>	30.09.2024	
10.	Упражнения в прыжках	«Ждём гостей»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию ловкости и устойчивому равновесию в прыжках с продвижением вперед на одной ноге при отбивании мяча от пола не менее 5 м.</p> <p>-повторить прыжки через канат вправо, влево.</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>-устойчиво прыгать при продвижении вперед на одной ноге, сохраняя равновесие;</p> <p>- отбивать мяч от пола не менее 5 м.</p>	02.10.2024	

					-учить отбиванию мяча правой левой рукой, с продвижением вперед. -Подвижная игра «Лягушата»			
11.	Спортивные игры	«Баскетболлисты»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая -Формировать умение бросать мяч в сетку (высота центра мишени — 1,5 м) попадать не менее двух раз подряд; -ходить разными способами: широким и мелким шагом, с изменением направления. -игровое упражнение; «Школа мяча» -Подвижная игра «Перемени предмет»	Ребенок сможет: -бросать мяч в сетку - высотой центра мишени — 1,5 м; -ходить широкими, мелким и приставными шагами.	07.10.2024	
12.	Спортивные игры	«День футболиста»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Формировать умение владеть мячом и выполнять различные задания: проход с ведением мяча змейкой между кеглями; движение в парах с передачей мяча. Подвижная игра «Ловишки с мячом» -учить введение мяча змейкой. -повторить передачу мяча в парах. - упражнять бросание мяча верх, об пол, его ловля двумя руками. Игровые упражнения; «Школа мяча»	Ребенок сможет владеть мячом и выполнять различные задания: - проход с ведением мяча змейкой между кеглями; -движение в парах с передачей мяча.	09.10.2024	
13.	Упражнения в беге	«Всемирный день улыбки»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать челночный бег (от трех до пяти раз по 10 м; -повторить перешагивание через шнуры 20 см;	Ребенок сможет: -бегать от трех до пяти раз по 10 м; - перешагивать через шнуры 20 см;	14.10.2024	

					<p>- развивать навык ползания на четвереньках между предметами, -упражнять подлезания под дугу прямо и боком. -повторить броски мяча верх. об пол, его ловля двумя руками. Игровые упражнения; «Чье звено скорее соберется». <i>Татарская народная игра: «Продаем горшки»</i></p>	<p>- ползать на четвереньках между предметами; - подлезать под дугу прямо и боком</p>		
14.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Мы тоже можем так!»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая -Совершенствовать навык детей выполнять метание мешков вдаль высота центра мишени — 1,5 м: принимать правильное и. п. сочетать замах с броском. -упражнять перебрасывание мяча друг другу через сетку. -учить ползанию на животе по скамейке, подтягиваясь руками. -совершенствовать броски мяча верх, об под, его ловля двумя руками. Игровое упражнение; «Чье звено скорее соберется». -Подвижная игра «Мяч выше!»</p>	Ребенок сможет метать мешки вдаль высота центра мишени — 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд)	16.10.2024	
15.	Упражнения в ползании, лазании	«Путешествие в лес»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;</p>	Ребенок сможет: -ползать по-пластунски по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;	21.10.2024	

					<ul style="list-style-type: none"> <li>-упражнять ходьба по канату боком.</li> <li>-учить перебрасывание мяча через сетку.</li> <li>-повторить прыжки с преодолением барьеров.</li> <li>- Подвижная игра «Ловля обезьян»</li> </ul>	- ходить по канату боком.		
16.	Упражнения в прыжках	«Один день с доктором Градусником»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Развивать умение спрыгивать со скамейки высотой не более 40 см на полусогнутые ноги;</li> <li>- умение бросать мяч двумя руками от груди,</li> <li>-повторить перебрасывать его друг другу руками из-за головы (расстояние 3-4 м)</li> <li>-совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на спине.</li> <li>- Подвижная игра «Стрекозы»</li> </ul>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-спрыгивать со скамейки на полусогнутые ноги;</li> <li>-бросать мяч двумя руками от груди и перебрасывать его друг другу руками из-за головы.</li> </ul>	23.10.2024	
17.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Путешествие по миру»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию навыка метать в горизонтальную цель мячиков (диаметром 6-8 см) высота центра мишени — 1,5 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-упражнять прыжки на двух ногах через препятствия (кубики);</li> <li>-повороты во время ходьбы по сигналу.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Кто самый меткий?»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- метать в горизонтальную цель;</li> <li>-поворачиваться во время ходьбы по сигналу;</li> <li>- прыгать на двух ногах через препятствия (кубики);</li> </ul>	28.10.2024	

18.	Строевые упражнения	«День обруча»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать освоению перестроений в колонны по два;</p> <p>- учить ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики;</p> <p>- упражнять пролезание в обруч боком.</p> <p>- круговая тренировка.</p> <p>-Подвижная игра «Кто самый меткий?»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>-перестраиваться в колонну по два;</p> <p>-ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики; - пролезать в обруч боком.</p>	30.10.2024	
19.	Упражнения в прыжках	«Горячее место»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать у детей скорость, ориентировку в пространстве во время бега с захлестом голени назад.</p> <p>Подвижная игра «Ловишка, бери ленту»</p> <p>-Формировать навык прыжка на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед.</p> <p>-упражнять в прыжках с максимальным вращением вокруг оси своего тела.</p> <p>-учить лазанию по гимнастической стенке.</p> <p>-Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>Развивать скорость, ориентировку в пространстве во время бега с захлестом голени назад.</p> <p>Совершать прыжки с максимальным вращением вокруг оси своего тела.</p>	11.11.2024	
20.	Упражнения в прыжках	«Давай тебе жить дружно»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Формировать навык прыжка на левой и правой ноге попеременно с</p>	<p>Ребенок сможет ловко прыгать на левой и правой ноге попеременно с продвижением</p>	13.11.2024	

		»			<p>продвижением вперёд; ходьбы с остановкой по сигналу, развивать ловкость</p> <p>- учить перекатывать обруч друг другу.</p> <p>-упражнять прыжки из обруча в обруч, через обруч.</p> <p>Игра «Классики»</p>	вперёд и ходить с остановкой по сигналу.		
21.	Строевые упражнения	«В гостях у Снежной королевы»	1	Занятие – квест	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать навык перестроения в колонну по два ходьбы с высоким подниманием коленей;</p> <p>- познакомить с техникой ведения мяча с продвижением вперёд на расстояние 1,5м.</p> <p>-учить перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно.</p> <p>-упражнять ползание на животе под гимнастическую палку, высота 30см.</p> <p><i>Татарская народная игра «Нас было двенадцать девочек»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>-при ходьбе в колонне перестраиваться по два;</p> <p>-ходить с высоким подниманием коленей;</p> <p>- вести мяч с продвижением вперёд на расстояние 1,5м.</p>	18.11.2024	
22.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Быстроногие»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать навык сохранения равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры(бревну)</p> <p>-повторение ходьбы по бревну</p> <p>-упражнять ползание по скамейке разными заданиями.</p> <p>-Прыжки с преодолением препятствий.</p>	Ребенок сможет сохранять равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры (бревну).	20.11.2024	

					(барьеры, набивные мячи, бруски) -учить метанию в горизонтальную цель. -Подвижная игра «Щука и караси»		
23.	Упражнения в прыжках Лазание Прыжки	«День загадок»	1	Занятие – игра-	Двигательная, игровая -Способствовать развитию двигательной активности в прыжках на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед; - учить лазанию по гимнастической стенке разными способами. -повторить ползание по скамейке на животе; ходьбу змейкой. - совершенствование броска мяча в корзину. <i>Башкирская народная игра «Шар на земле»</i>	Ребенок сможет: - прыгать на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед на 5 м; - ползать по скамейке на животе; -ходить змейкой.	25.11.2024
24.	Упражнения в беге	«Встречные перебежки»	1	Занятие-игра	Двигательная, игровая Совершенствовать навык сохранения скорости бега и быстрого изменения темпа, направления движения: со сменой ведущего, рассыпную, змейкой. -круговая тренировка. 1.повторить прыжки из обруча в обруч 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 3. Ходьба по канату правым левым боком.	Ребенок сможет сохранять собственную скорость бега и быстрого изменения темпа, направления движения.	27.11.2024



					4.Пролезание в обруч. 5. Туннель. Подвижная игра «Ключи»			
25.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Герб РФ»	1	Занятие – соревнование	Двигательная, игровая Беседа. Гос. символы и исторические события страны. Совершенствовать ходьбу с остановкой по сигналу; -упражнять подлезание под шнур боком и прямо; - развивать быстроту движений, ловкость. <i>Эстафета «Стрекоза».</i> 1.эстафета с флагом. 2.собери пазлы (герб РФ, Татарстана) 3. пролезание под дуги.	Ознакомление детей гос. символами страны. Ребенок будет иметь представление о гос. Символах страны, содержание ценностей и смыслов, заложенных в государственных символах».	02.12.2024	
26.	Упражнения в беге	«Зимние забавы»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции; --развивать навык лазания по гимнастической стенке; - упражнять бег в рассыпную и по кругу с поворотом в другую сторону. -Подвижная игра «Чья команда победит». -учить подтягиванию на низкой перекладине. -парные перебежки. -повторение перекатывания обруча	Ребенок сможет: - бегать в колонне по одному с сохранением дистанции; -лазать по гимнастической стенке; -бегать в рассыпную и по кругу, с поворотом в другую сторону.	04.12.2024	

					друг другу. -Подвижная игра « <i>Два Мороза</i> »			
27.	Упражнения в ползании, лазании	«Спорт о м занима емся – здоровь я набирае мся»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Развивать навык лазания по гимнастической стенке; -совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции; бег в медленном темпе 1-3 мин. -умение держать равновесие в прыжках. Прыжки ноги вместе, ноги врозь, с поворотами в движении. -упражнять подлезание под веревку, не касаясь руками пола (в группировке) -Подвижная игра «Хитрая лиса»	- лазать по гимнастической стенке; -бегать в колонне по одному с сохранением дистанции; -прыгнуть и удержать равновесие.	09.12.2024	
28.	Упражнения В метании В беге В прыжках	«Мы веселы е ребята»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка Меткости -Метание в цель. (мишень) Расстояние 2-3 м. -метание набивного мяча двумя руками из-за головы на дальность; -учить отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. -повторить пролезание в обруч разными способами. Подвижная игра « <i>Зайцы</i> »	Ребенок сможет: -	11.12.2024	

29.	Упражнения в ползании и лазании	«Цветочный рай»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Развивать навык лазания по гимнастической стенке разными способами, не пропуская реек;</p> <p>-упражнять ходьбу по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>- совершенствование подлезание под дугу разными способами.</p> <p>- Подвижная игра «Два Мороза»</p>	<p>- лазать по гимнастической стенке разными способами, не пропуская реек;</p> <p>- ходить по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p>	16.12.2024	
30.	Упражнения в ползании, лазании.	«Круглый год»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Содействовать развитию навыка ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</p> <p>-учить подбрасыванию мяча вверх двумя руками, затем ловить после хлопка.</p> <p>-упражнять прыжки через набивные мячи.</p> <p>- <i>Русская народная игра: «Пустое место»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</p> <p>-подбрасывать мяч вверх двумя руками, затем ловить после хлопка.</p>	18.12.2024	
31.	Упражнения в ползании, лазании	«Игры с Дедом Морозом и Сантой Клаусом»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Совершенствовать навык ползания на четвереньках между предметами;</p> <p>-учить ползанию по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>Подвижная игра «Два Мороза»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- ползать на четвереньках между предметами;</p> <p>-ползать по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p>	23.12.2024	
32.	Упражнения	«Игры		Сюжетное	Двигательная, игровая	Ребенок сможет:	25.12.	

	ения в ползанье, лазанье	с Дед Морозом и Санта Клаусом»		занятие	Совершенствовать в лазании по гимнастической стенке; -учить в прыжках через скакалку; в умении сохранять равновесие в прыжках. Подвижная игра «Ловишки-перебежки».	- лазать по гимнастической стенке; - прыгать через скакалку; -прыгать, сохраняя равновесие.	2024	
33.	Упражнения в прыжках	«Любимая зима»	1	Занятие – соревнование	Двигательная, игровая Способствовать развитию умения прыгать в обруч, расположенный на высоте 20 см. от пола; - упражнять в ходьбе и беге парами, соблюдая границы зала. -Челночный бег. -упражнять подтягивание на низкой перекладине. Подвижная игра «Чья команда победит».	Ребенок сможет: - прыгать в обруч, расположенный на высоте 20 см. от пола; -ходить и бегать парами, соблюдая границы зала.	13.01.2025	
34.	Спортивные игры	«Мы – силачи»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка ходьбы и бега между конусами; -ходьбу с мешочком на голове; -закрепить забрасывания мяча в кольцо на высоте 1,5 м -упражнять прыжки с преодолением барьеров. <i>Чувашская народная игра: «Выйдем, девочки, играть»</i>	Ребенок сможет: - ходить и бегать между конусами; -ходить с мешочком на голове; -забрасывать мяч в кольцо на высоте 1,5 м.	15.01.2025	
35.	Спортив	Спорти	1	Занятие	Двигательная, игровая	Ребенок сможет:	20.01.	

	ные игры	вный досуг «Зимние забавы»		соревнование	Формировать навык забрасывания мяча в кольцо на высоте 1,5 м; развивать навык ведения мяча в прямом направлении менее 5 м. -Эстафеты с мячом. Подвижная игра «Удочка»	- забрасывать мяч в кольцо на высоте 1,5м; - развивать навык введения мяча в прямом направлении не менее 5 м.	2025	
36.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«День народных игр»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая -Совершенствовать навык ходьбы по наклонной доске 1,5 м ходьба с мешочком на голове. -Упражнения на развитие гибкости (гимнастические коврики) - Подвижная игра "Перехватчики»	Ребенок сможет: - ходить по наклонной доске; - ходить с мешочком на голове.	22.01 2025	
37.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«День народных игр»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая -Развивать навык метания мешочков в вертикальную цель 1,5 м левой рукой; - совершенствовать подбрасывании мяча одной рукой и ловлей двумя руками. -учить прыжкам вверх с глубокого приседа. -упражнять спрыгивание с высоты 30см на полусогнутые ноги. <i>Русская народная игра: «Третий лишний»</i>	Ребенок сможет: - метать мешочек в вертикальную цель (1,5м) левой рукой; -подбрасывать мяч одной рукой и ловить двумя руками.	27.01. 2025	
38.	Упражнения в прыжках	«В стране мультф	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Совершенствовать умение в прыжках с ноги на ногу;	Ребенок сможет: - прыгать с ноги на ногу; -ходить с мешочком на голове в	29.01. 2025	

		ильмов »			-учить ходьбе с мешочком на голове в полу-приседе; - упражнять прыжки в длину. -«Поймай мяч» передача мяча друг другу, расстояние 2 метра. -Подвижная игра «Добеги и прыгни».	полу приседе; -прыгать в длину с разбега.		
39.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«В стране мультфильмов»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая -Развивать навык бросания мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 20 раз); -повторять отбивания мяча об пол (два раза по 5 м) -пролезание под шнур правым, левым боком. -упражнение в равновесии- ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с перешагиванием через кубики. Подвижная игра «Воробей».	Ребенок сможет: - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками (не менее 20 раз); - отбивать мяч об пол (два раза по 5 м).	03.02.2025	
40.	Упражнения в ползании, лазании	«Мы – ребята крепыши»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка лазания по гимнастической стенке, -упражнять ходьбу по гимнастической скамейке с мешочком на голове. -учить прыжкам через короткую скакалку разными способами. -Подвижная игра «Кто первый?»	Ребенок сможет: - лазать по гимнастической стенке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; - прыгать с ноги на ногу между кеглями, поставленными в ряд.	05.02.2025	
41.	Упражнения в бросании	«День моряка»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Развитие навыка метания мешочка в горизонтальную цель (обруч) правой	- метать мешочки в обруч правой рукой длина 1,5м; -бросать мяч в корзину с	10.02.2025	

	и, ловле, метании				рукой длина 1,5м; - Закрепление навыка энергичного отталкивания ногами от пола в прыжках. - Развитие ловкости и глазомера при повторении упражнения в броске мяча. Подвижная игра «Не урони мешочек».	хлопками и поворотами.		
42.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Внимание наша Армия самая сильная»	1	Занятие – игра	Способствовать развитию ходить с заданиями; сохранять равновесие при кружении с закрытыми глазами; - умение прыгать через канат вправо-влево на двух ногах. -разучивание прыжки с подскоками. -перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах, двумя руками от груди. <i>Марийская народная игра: «Бой петухов»,</i>	Ребенок сможет: -ходить с заданиями; - сохранять равновесие при кружении с закрытыми глазами; - прыгать через канат вправо-влево на двух ногах.	12.02.2025	
43.	Упражнения в прыжках	«Встреча весны»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать умение прыгать через бруски; - повторить навык лазания по гимнастической стенке; -закрепить отбивание мяча правой и левой рукой. -Подвижная игра «Воробыи»	Ребенок сможет: - прыгать через бруски; навык лазания по гимнастической стенке; активизироваться в отбивании мяча	17.02.2025	
44.	Упражнения в ползанье лазанье	«Масленица»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка ползания по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь двумя	Ребенок сможет ползать на четвереньках между предметами, пролезать под дугой прямо и боком.	19.02.2025	

					<p>руками и отталкиваясь ногами,          -повторить пролезания под дугой прямо и боком;          -закрепить метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.          - <i>Русская народная игра: «Золотые ворота»</i></p>			
45.	Строевые упражнения	«День народных игр»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая          Формировать навык ходьбы в колонне по одному поворотом в другую сторону, по сигналу;          -ходьба по канату с мешочком на голове прямо.          -упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков, лазание по гимнастической стенке.          Подвижная игра «Донеси мешочек».</p>	<p>Ребенок сможет:          - ходить по канату с мешочком на голове прямо;          -ходить в колонне по одному с поворотом, в другую сторону по сигналу.</p>	24.02.2025	
46.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«День дружбы»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая          Способствовать развитию умения перебрасывать мяч с отскоком от пола; ходьбы по канату боком приставным шагом.          -учить лазанию по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.          -закрепить перебрасыванию мяча разными способами.          - <i>Мордовская народная игра: «Мяч об</i></p>	<p>Ребенок сможет:          - перебрасывать мяч с отскоком от пола;          -ходить по канату боком приставным шагом.</p>	26.02.2025	



					узкую стенку»,			
47.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Уютный дом»	1	Занятие-игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию навыка перекидывания мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; перебрасывание мяча в шеренге с расстояния 1,5 м</p> <p>-повторить упражнения в равновесии и прыжках.</p> <p>-Подвижная игра <i>Передай мяч</i> - Игровые эстафеты <i>«Меткий стрелок»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>-перекидывать мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке;</p> <p>-перебрасывать мяч в шеренге с расстояния 1,5 м.</p>	03.03.2025	
48.	Упражнения в ползании, лазании	«День обруча»	1	Занятие-игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Формировать навык лазания по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт;</p> <p>развивать ходьбу и бег между предметами.</p> <p>-упражнять упражнения в равновесии-ходьба по скамейке с мешочком на голове.</p> <p><i>Русская народная игра «Котел»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт;</p> <p>-ходить и бегать между предметами.</p>	05.03.2025	
49.	Строевые упражнения	«День пирога»	1	Занятие соревнования	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию умения перестраиваться в колонну по два, ходьбы в колонне по одному, на сигнал – поворот в другую сторону, - прыжки из обруча в обруч;</p> <p>-упражнение на равновесие – ходьба</p>	<p>Ребенок сможет</p> <p>- прыгать из обруча в обруч; - шагать в колонне по одному, на сигнал – поворачиваться в другую сторону, перестраиваться в колонну по два.</p>	10.03.2025	

					по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись. Подвижная игра «Ключи».			
50.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Веселые мартышки»	1	Занятие соревнование	Двигательная, игровая Развивать навык перебрасывания мяча друг другу; совершенствовать забрасывание мяча из-за головы в корзину, -упражнять ходьбу по канату с мешочком на голове. <i>Удмуртская народная игра «Роняя полено»,</i>	Ребенок сможет: - ходить по канату с мешочком на голове; -перебрасывать мяч друг другу; -забрасывать мяч в корзину.	12.03.2025	
51.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«День дружных»	1	Занятие соревнование	Двигательная, игровая Формировать умение перебрасывания мяча с отскоком от пола и ловлю двумя руками с хлопком в ладоши. -упражнять метание мешочков в горизонтальную цель. -повторить ходьбу с выполнение заданий и ползание. <i>Удмуртская народная игра Поляна – жердь»</i>	Ребенок сможет перебрасывать мяч с отскоком от пола и ловить двумя руками с хлопком в ладоши.	17.03.2025	
52.	Упражнения в ходьбе и равновесии, прыжках,	«День смеха»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка ходьбы с высоким подниманием коленей; - упражнять прыжки со скакалкой. -повторение упражнения в прыжках, ползании, задания с мячом.	Ребенок сможет ходить с высоким подниманием коленей и прыгать на скакалке.	19.03.2025	

	ползани и				<i>Чувашская народная игра «Волк или заяц?»</i>			
53.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Мы – космонавты»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Развивать навык бросания мяча о стену; -повторить прыжках в длину с разбега; -упражнять лазание «по-медвежьи». <i>Марийская народная игра «Кольшки»</i>	Ребенок сможет: - бросать мяч о стену; -прыгать в длину с разбега; -лазать «по-медвежьи».	24.03. 2025	
54.	Упражнения в ползание, лазание	«Перелет птиц»	1	Занятие соревнования	Двигательная, игровая -упражнять детей в беге на скорость -повторить игровые упражнения с прыжками. - <i>Удмуртская народная игра «Жаворонок»</i>	Ребенок сможет.	26.03. 2025	
55.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Космическое путешествие»	1	Занятие – квест	Двигательная, игровая Формировать умение ходьбы по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов на середине с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; - упражнять прыжки из обруча в обруч на двух ногах боком; -повторить подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля двумя после отскока от пола. -Подвижная игра «Горелки»	Ребенок сможет: - ходить по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов на середине с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; - прыгать из обруча в обруч на двух ногах боком; -подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить двумя, после отскока от пола.	31.03. 2025	
56.	Упражнения в прыжках	«День скакалки»		Занятие – игра	Двигательная, игровая -Совершенствовать прыжки через скакалку на месте и с продвижением	Ребенок сможет: - прыгать через скакалку на месте и с продвижением вперед;	02.04. 2025	

					<p>вперёд;</p> <p>-Повторение ведение мяча в разных направлениях.</p> <p>-упражнять в лазанье.</p> <p><i>Татарская народная игра «Угадай и догони»,</i></p>	- вести мяч в разных направлениях.		
57.	Упражнения в бросании, ловле, метании	«Есть у нас весёлый шарик»	1	Занятие – квест	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать навык энергичного отталкивания большого шара при метании вдале расстояние 3-4 м, обратить внимание на траекторию броска.</p> <p>-повторить игровые упражнения в ходьбе и беге.</p> <p>-формировать умение сохранять устойчивое равновесие.</p> <p>- <i>Татарская народная игра «Мяч по кругу»,</i></p>	Ребенок сможет энергично отталкивать большой шар при метании вдале на расстояние 3-4 м, обращая внимание на траекторию броска.	07.04.2025	
58.	Упражнения в ползании, лазанье	«Путешествие в Страну спорта»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать умение перелезания по гимнастической стенке с одного пролета на другой по диагонали;</p> <p>- умение ходить по канату боком приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>-развивать ловкость при выполнении игровых заданий с мячом, прыжками.</p> <p>- <i>Игра с элементами соревнования «Кто быстрее?»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- перелезать по гимнастической стенке с одного пролета на другой по диагонали;</p> <p>ходить по канату боком приставным шагом, с мешочком на голове.</p>	09.04.2025	

59.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Секреты человеческого тела»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать навык ходьбы по гимнастической скамейке лицом, боком, перешагивая через набивные мячи 1 кг;</p> <p>--повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед через большой обруч.</p> <p>-упражнять детей в перебрасывании мяча друг другу.</p> <p>- <i>Игра с элементами соревнования «Красивые шары»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- ходить по гимнастической скамейке лицом, боком, перешагивая через набивные мячи 1 кг;</p> <p>-прыгать на двух ногах с продвижением вперед через большой обруч.</p>	14.04.2025	
60.	Упражнения в прыжках	«Стань сильным»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Содействовать развитию навыка детей в прыжках в высоту с разбега, в правильном приземлении, сохраняя равновесие.</p> <p>- <i>Татарская народная игра «Займи место»</i></p>	<p>Ребенок сможет прыгать в высоту с разбега, правильно приземляться, сохраняя равновесие.</p>	16.04.2025	
61.	Упражнения в прыжках	«Мы – дети России»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать прыжки в длину с разбега не менее 150 см,</p> <p>- упражнять подлезание под дугу «попластунски»,</p> <p>-упражнять забрасывание мяча в кольцо из-за головы.</p> <p>-<i>Русская народная игра «Горелки»,</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- прыгать в длину с разбега не менее 150 см;</p> <p>-подлезать под дугу «попластунски»;</p> <p>- забрасывать мяч в кольцо из-за головы.</p>	21.04.2025	
62.	Упражнения в	«День здоровья»	1	Занятие квест	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Совершенствовать навык выполнения</p>	<p>Ребенок сможет подлезать с ходу в быстром темпе под дугу.</p>	23.04.2025	

	ползанье , лазанье	я»			подлезания под дугу с ходу и в быстром темпе. -повторить бег на скорость. -повторить метание мешочков на дальность способом от плеча. <i>Татарская народная игра«Тимербай»</i>			
63.	Упражнения в ползанье , лазанье	«Международный день семьи»	1	Занятие соревнование	Двигательная, игровая Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на животе, в ходьбе с перешагиванием через мячи; - упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону. -повторить упражнения с мячом и прыжки. - формировать умение сохранить устойчивое равновесие. <i>Башкирская народная игра «Скачки»</i>	Ребенок сможет: - ходить и бегать в паре с поворотом в другую сторону; - ползать по гимнастической скамейке на животе; - ходить с перешагиванием через мячи.	28.04.2025	
64.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Туристы»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Развивать умение в перебрасывании мяча друг другу расстояние 3-4 м; бросание мяча о стену ловить двумя руками. -повторить игровые упражнения в ходьбе и беге с выполнением заданий. -упражнять в равновесии и прыжках - <i>Чувашская народная игра«Шарманка»</i>	Ребенок сможет: - перебрасывать мяч соседу на расстояние 3-4 м; -бросать мяч о стену и ловить двумя руками.	30.05.2025	
65.	Упражнения в	«Туристы»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая -повторить прыжки с продвижением	Ребенок сможет прыгать с продвижением вперед, с ноги на		

	прыжках				<p>вперёд, с ноги на ногу, на двух ногах закреплять ходьбу и бег с поворотом в другую сторону</p> <p>-упражнять в умении сохранять устойчивое положение при ходьбе по повышенной опоре,</p> <p>-в прыжках с продвижением вперед на одной ноге.</p> <p>-в бросании малого мяча.</p> <p>-подвижная игра «Совушка»</p>	<p>ногу, на двух ногах и закреплять ходьбу и бег с поворотом в другую сторону.</p>		
66.	Упражнения в беге	«Волшебные ножки»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Формировать умение бегать выбрасывая прямые ноги вперед;</p> <p>-упражнять прыжки через длинную скакалку по одному.</p> <p>-повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием.</p> <p>-Подвижная игра «Наседка и коршун»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- бегать выбрасывая прямые ноги вперед;</p> <p>-прыгать через длинную скакалку по одному.</p>	05.05.2025	
67.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Мы отважные ребята»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать навык ходьбы приставным шагом по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>-повторить упражнения в равновесии.</p> <p>-развивать точность движений при перебрасывании мяча друг другу в движении.</p> <p><i>Татарская народная игра «Снятие шапки»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- ходить по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове.</p>	07.05.2025	
68.	Упражнения	«Сумей»	1	Занятие –	Двигательная, игровая	Ребенок сможет прыгать,		





## Подготовительная группа №10

1  
2  
3

№ п/п	Раздел	Тема образовательного предложения	К /ч	Тип образовательного предложения	Основные виды деятельности, содержание	Планируемые результаты	Дата	Примечание
1.	Упражнения в ходьбе и равновесии Прыжки Ползание	Здравствуйте давайте знакомиться!	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Содействовать формированию сохранения устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке прямо; в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную, умение выполнять действия по сигналу.</p> <p>Основные движения.</p> <p>-Повторить ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</p> <p>-упражнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед.</p> <p>-учить перебрасывание мяча друг другу снизу.</p> <p>Игровое упражнение «Хлопушки»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>-сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке прямо;</p> <p>- выполнять действия по сигналу при ходьбе и беге в колонне по одному и в рассыпную.</p>	04.09 2024	
2.	Упражнения в беге Прыжки	«Ловкачи и силачи»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию бега в колонне по одному с изменением направления; при прыжках, энергично</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>-бегать в колонне по одному с изменением направления;</p> <p>- прыгать, энергично</p>	06.09. 2024	

	Равноесие				отталкиваться двумя ногами от пола в длину с места (не менее 120 см). Основные виды движения; -учить прыжки в длину с места. -повторить перебрасывание мяча друг другу из-за головы. - повторить ходьбу по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Скок-перескок»	отталкиваясь двумя ногами от пола в длину с места (не менее 120 см).		
3.	Спортивные игры	«Мы волейболисты»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Перебрасывать двумя руками мяч в сетку, закреплённую на высоте не менее 1,7 м от пола; формировать навык сохранения равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке боком. -учить подбрасывание мяча вверх двумя руками, выполнить хлопки 1-4 и ловля двумя руками. -перебрасывание мяча через сетку. -ознакомление правилами игры «Пионербол» Подвижная игра «Мяч через сетку».	Ребенок сможет: - перебрасывать двумя руками мяч в сетку, закреплённую на высоте не менее 1,7 м от пола; - держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком.	11.09.2024	
4.	Упражнения в прыжках	«Весёлые зайцы»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка энергично, отталкиваться двумя ногами от пола, прыгнуть с места с продвижением вперед в длину не	Ребенок сможет энергично отталкиваться двумя ногами от пола и прыгать с места с продвижением вперед в длину не менее 120 см	13.09.2024	

					<p>менее 120 см.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить прыжки из обруча в обруч</li> <li>-упражнять ползание на четвереньках по гимнастической скамейке</li> <li>-учить прыжку в длину с места.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p>			
5.	Упражнения в ползание, лазание	«Путешествие в лес»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторить проползание на животе под гимнастической палкой.</li> <li>-учить выполнению перебрасывания мяча друг другу.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Перелет птиц»</p>	Ребенок сможет ползать по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.	18.09.2024	
6.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Игры с осенними листьями»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Содействовать развитию навыка перебрасывания, подбрасывания мяча двумя руками и отбивания от пола, ведение мяча одной рукой, поочередно: правой и левой рукой на месте более 10 раз.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-учить ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</li> <li>-повторить прыжки на двух ногах на месте.</li> <li>-учить перебрасыванию мяча друг другу.</li> </ul>	Ребенок сможет перебрасывать и подбрасывать мяч двумя руками, отбивать от пола одной рукой поочередно правой и левой рукой на месте более 10 раз	20.09.2024	

					Подвижная игра «Кто самый меткий?»			
7.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Мой весёлый звонкий мяч»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию навыка метания вдаль: принимать правильное и. п. выполнять замах для увеличения силы броска метать левой рукой разными способами мяч (диаметром 6-8 см) в горизонтальную цель (32 х 32 см) с расстояния не менее 1,5 м (научится попадать не менее двух раз подряд)</p> <p>-учить выполнению броска мяча в корзину.</p> <p>- повторить прыжки разными способами с продвижением вперед.</p> <p>-Подвижная игра «Путешествие за мячом» «Кого назвали -тот ловит мяч»</p>	Ребенок сможет метать левой рукой разными способами мяч (диаметром 6-8 см) в горизонтальную цель (32 х 32 см) с расстояния не менее 1,5 м (сможет попадать не менее двух раз подряд)	25.09.2024	
8.	Упражнения в прыжках	«День рыбака»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Формировать навык прыжков на двух ногах с мешочками между коленями и ходьбе;</p> <p>-учить перебрасывать мяч друг другу снизу двумя руками расстояние 3-4</p> <p>-повторить ползание по гимнастической скамейке (на животе, на спине)</p> <p>-подвижная игра «Веселые лягушки».</p> <p>-м/подвижная игра «Пингвин».</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- перебрасывать мяч снизу двумя руками 3-4 м;</p> <p>- прыгать и ходить с мешочком между коленями, на двух ногах.</p>	27.09.2024	

9.	Упражнения в ходьбе	«Семейный день»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Способствовать развитию навыка перешагивания через бруски с мешочком на голове длиной 3 м;</li> <li>-пролезания в обруч в группировке боком.</li> <li>-учить технике метания в вертикальную цель.</li> <li>-повторить перебрасывание мяча друг другу.</li> <li>-упражнять прыжки из обруча в обруч, через обруч.</li> </ul> <p>Подвижная игра «<i>«Бездомный заяц»</i>»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перешагивать через бруски с мешочком на голове длиной 3 м;</li> <li>-пролезать в обруч в группировке, боком и прямо.</li> </ul>	02.10.2024	
10.	Упражнения в прыжках	«Ждём гостей»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию ловкости и устойчивому равновесию в прыжках с продвижением вперед на одной ноге при отбивании мяча от пола не менее 5 м.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторить прыжки через канат вправо, влево.</li> <li>-учить отбиванию мяча правой левой рукой, с продвижением вперед.</li> </ul> <p>-Подвижная игра «<i>«Лягушата»</i>»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-устойчиво прыгать при продвижении вперед на одной ноге, сохраняя равновесие;</li> <li>- отбивать мяч от пола не менее 5 м.</li> </ul>	04.10.2024	
11.	Спортивные игры	«Баскетболы»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Формировать умение бросать мяч в сетку (высота центра мишени — 1,5 м) попадать не менее двух раз подряд;</li> <li>-ходить разными способами: широким</li> </ul>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-бросать мяч в сетку - высотой центра мишени — 1,5 м;</li> <li>-ходить широкими, мелким и приставными шагами.</li> </ul>	09.10.2024	

					и мелким шагом, с изменением направления. -игровое упражнение; «Школа мяча» -Подвижная игра «Перемени предмет»		
12.	Спортивные игры	«День футболиста»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Формировать умение владеть мячом и выполнять различные задания: проход с ведением мяча змейкой между кеглями; движение в парах с передачей мяча. Подвижная игра «Ловишки с мячом» -учить введение мяча змейкой. -повторить передачу мяча в парах. - упражнять бросание мяча верх, об пол, его ловля двумя руками. Игровые упражнения; «Школа мяча»	Ребенок сможет владеть мячом и выполнять различные задания: - проход с ведением мяча змейкой между кеглями; -движение в парах с передачей мяча.	11.10.2024
13.	Упражнения в беге	«Всемирный день улыбки»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать челночный бег (от трех до пяти раз по 10 м; -повторить перешагивание через шнуры 20 см; - развивать навык ползания на четвереньках между предметами, -упражнять подлезания под дугу прямо и боком. -повторить броски мяча верх. об пол, его ловля двумя руками. Игровые упражнения; «Чье звено скорее соберется».	Ребенок сможет: -бегать от трех до пяти раз по 10 м; - перешагивать через шнуры 20 см; - ползать на четвереньках между предметами; - подлезать под дугу прямо и боком	16.10.2024

					<i>Татарская народная игра: «Продаем горшки»</i>			
14.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Мы тоже можем так!»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Совершенствовать навык детей выполнять метание мешков вдаль высота центра мишени — 1,5 м: принимать правильное и. п. сочетать замах с броском.</p> <p>-упражнять перебрасывание мяча друг другу через сетку.</p> <p>-учить ползанию на животе по скамейке, подтягиваясь руками.</p> <p>-совершенствовать броски мяча верх, об под, его ловля двумя руками.</p> <p>Игровое упражнение; «Чье звено скорее соберется».</p> <p>-Подвижная игра «Мяч выше!»</p>	Ребенок сможет метать мешки вдаль высота центра мишени — 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд)	18.10.2024	
15.	Упражнения в ползании, лазании	«Путешествие в лес»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;</p> <p>-упражнять ходьба по канату боком.</p> <p>-учить перебрасывание мяча через сетку.</p> <p>-повторить прыжки с преодолением барьеров.</p> <p>- Подвижная игра «Ловля обезьян»</p>	Ребенок сможет: -ползать по-пластунски по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; - ходить по канату боком.	23.10.2024	
16.	Упражнения в	«Один день с	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-Развивать умение спрыгивать со</p>	Ребенок сможет: -спрыгивать со скамейки на	25.10.2024	

	прыжках	доктор ом Градус ником			скамейки высотой не более 40 см на полусогнутые ноги; - умение бросать мяч двумя руками от груди, - повторить перебрасывать его друг другу руками из-за головы (расстояние 3-4 м) - совершенствовать ползание по гимнастической скамейке на спине. - Подвижная игра « <i>Стрекозы</i> »	полусогнутые ноги; - бросать мяч двумя руками от груди и перебрасывать его друг другу руками из-за головы.		
17.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Путешествие по миру»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка метать в горизонтальную цель мячиков (диаметром 6-8 см) высота центра мишени — 1,5 м; - упражнять прыжки на двух ногах через препятствия (кубики); - повороты во время ходьбы по сигналу. Подвижная игра « <i>Кто самый меткий?</i> »	Ребенок сможет: - метать в горизонтальную цель; - поворачиваться во время ходьбы по сигналу; - прыгать на двух ногах через препятствия (кубики);	30.10. 2024	
18.	Строевые упражнения	«День обруча»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать освоению перестроений в колонны по два; - учить ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики; - упражнять пролезание в обруч боком. - круговая тренировка.	Ребенок сможет: - перестраиваться в колонну по два; - ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики; - пролезать в обруч боком.	01.11. 2024	



					-Подвижная игра «Кто самый меткий?»			
19.	Упражнения в прыжках	«Горячее место»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать у детей скорость, ориентировку в пространстве во время бега с захлестом голени назад.</p> <p>Подвижная игра «Ловишка, бери ленту»</p> <p>-Формировать навык прыжка на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед.</p> <p>-упражнять в прыжках с максимальным вращением вокруг оси своего тела.</p> <p>-учить лазанию по гимнастической стенке.</p> <p>-Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>Развивать скорость, ориентировку в пространстве во время бега с захлестом голени назад.</p> <p>Совершать прыжки с максимальным вращением вокруг оси своего тела.</p>	08.11.2024	
20.	Упражнения в прыжках	«Давайте жить дружно»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Формировать навык прыжка на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед; ходьбы с остановкой по сигналу, развивать ловкость</p> <p>- учить перекатывать обруч друг другу.</p> <p>-упражнять прыжки из обруча в обруч, через обруч.</p> <p>Игра «Классики»</p>	<p>Ребенок сможет ловко прыгать на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед и ходить с остановкой по сигналу.</p>	13.11.2024	
21.	Строевы	«В	1	Занятие –	Двигательная, игровая	Ребенок сможет:	15.11.	

	е упражне ния	гостях у Снежно й королев ы»		квест	Совершенствовать навык перестроения в колонну по два ходьбы с высоким подниманием коленей; - познакомить с техникой ведения мяча с продвижением вперед на расстояние 1,5м. -учить перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно. -упражнять ползание на животе под гимнастическую палку, высота 30см. <i>Татарская народная игра «Нас было двенадцать девочек»</i>	-при ходьбе в колонне перестраиваться по два; -ходить с высоким подниманием коленей; - вести мяч с продвижением вперед на расстояние 1,5м.	2024	
22.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Быстро-ногие»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Развивать навык сохранения равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры(бревну) -повторение ходьбы по бревну -упражнять ползание по скамейке разными заданиями. -Прыжки с преодолением препятствий. (барьеры, набивные мячи, бруски) -учить метанию в горизонтальную цель. -Подвижная игра «Щука и караси»	Ребенок сможет сохранять равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры (бревну).	20.11. 2024	
23.	Упражнения в прыжках Лазание	«День загадок»	1	Занятие – игра-	Двигательная, игровая -Способствовать развитию двигательной активности в прыжках на левой и правой ноге попеременно с	Ребенок сможет: - прыгать на левой и правой ноге попеременно с продвижением вперед на 5 м; -	22.11. 2024	

	Прыжки				<p>продвижением вперёд;          - учить лазанию по гимнастической стенке разными способами.          -повторить ползание по скамейке на животе; ходьбу змейкой.          - совершенствование броска мяча в корзину.  <i>Башкирская народная игра «Шар на земле»</i></p>	<p>ползать по скамейке на животе;          -ходить змейкой.</p>		
24.	Упражнения в беге	«Встречные перебежки»	1	<p>Занятие-игра</p>	<p>Двигательная, игровая          Совершенствовать навык сохранения скорости бега и быстрого изменения темпа, направления движения: со сменой ведущего, рассыпную, змейкой.          -круговая тренировка.          1.повторить прыжки из обруча в обруч          2.Ползание по гимнастической скамейке на животе.          3. Ходьба по канату правым левым боком.          4.Пролезание в обруч.          5. Туннель.          Подвижная игра «Ключи»</p>	<p>Ребенок сможет сохранять собственную скорость бега и быстрого изменения темпа, направления движения.</p>	27.11.2024	
25.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Герб РФ»	1	<p>Занятие – соревнование</p>	<p>Двигательная, игровая          Беседа. Гос. символы и исторические события страны.          Совершенствовать ходьбу с остановкой по сигналу;</p>	<p>Ознакомление детей гос. символами страны. Ребенок будет иметь представление о гос. Символах страны, содержание</p>	29.11.2024	

					-упражнять подлезание под шнур боком и прямо; - развивать быстроту движений, ловкость. <i>Эстафета «Стрекоза».</i> 1.эстафета с флагом. 2.собери пазлы (герб РФ, Татарстана) 3. пролезание под дуги.	ценностей и смыслов, заложенных в государственных символах».		
26.	Упражнения в беге	«Зимние забавы»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции; -- развивать навык лазания по гимнастической стенке; - упражнять бег в рассыпную и по кругу с поворотом в другую сторону. -Подвижная игра «Чья команда победит». -учить подтягиванию на низкой перекладине. -парные перебежки. -повторение перекатывания обруча друг другу. -Подвижная игра « <i>Два Мороза</i> »	Ребенок сможет: - бегать в колонне по одному с сохранением дистанции; -лазать по гимнастической стенке; -бегать в рассыпную и по кругу, с поворотом в другую сторону.	04.12.2024	
27.	Упражнения в ползании, лазании	«Спорт о чем занимаемся — здоровье»	1	Занятие — игра	Двигательная, игровая Развивать навык лазания по гимнастической стенке; -совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции; бег в медленном темпе 1-3 мин.	- лазать по гимнастической стенке; -бегать в колонне по одному с сохранением дистанции; -прыгнуть и удержать равновесие.	06.12.2024	

		набирае мся»			-умение держать равновесие в прыжках. Прыжки ноги вместе, ноги врозь, с поворотами в движении. -упражнять подлезание под веревку, не касаясь руками пола (в группировке) -Подвижная игра «Хитрая лиса»			
28.	Упражнения В метании В беге В прыжках	«Мы веселые ребята»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка Меткости -Метание в цель. (мишень) Расстояние 2-3 м. -метание набивного мяча двумя руками из-за головы на дальность; -учить отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. -повторить пролезание в обруч разными способами. Подвижная игра «Зайцы»	Ребенок сможет: -	11.12. 2024	
29.	Упражнения в ползанье и лазанье	«Цветочный рай»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая -Развивать навык лазания по гимнастической стенке разными способами, не пропуская реек; -упражнять ходьбу по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове. - совершенствование подлезание под дугу разными способами. - Подвижная игра «Два Мороза»	- лазать по гимнастической стенке разными способами, не пропуская реек; - ходить по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.	13.12. 2024	

30.	Упражнения в ползании, лазании.	«Круглый год»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействовать развитию навыка ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>- учить подбрасыванию мяча вверх двумя руками, затем ловить после хлопка.</li> <li>- упражнять прыжки через набивные мячи.</li> </ul> <p>- <i>Русская народная игра: «Пустое место»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>- подбрасывать мяч вверх двумя руками, затем ловить после хлопка.</li> </ul>	18.12.2024	
31.	Упражнения в ползании, лазании	«Игры с Дедом Морозом и Сантой Клаусом»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Совершенствовать навык ползания на четвереньках между предметами;</li> <li>- учить ползанию по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</li> </ul> <p>Подвижная игра «Два Мороза»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ползать на четвереньках между предметами;</li> <li>- ползать по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</li> </ul>	20.12.2024	
32.	Упражнения в ползании, лазании	«Игры с Дедом Морозом и Сантой Клаусом»		Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать в лазании по гимнастической стенке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учить в прыжках через скакалку;</li> </ul> <p>в умении сохранять равновесие в прыжках.</p> <p>Подвижная игра «Ловишки-перебежки».</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- лазать по гимнастической стенке;</li> <li>- прыгать через скакалку;</li> <li>- прыгать, сохраняя равновесие.</li> </ul>	25.12.2024	
33.	Упражнения в прыжках	«Любимая зима»	1	Занятие – соревнование	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию умения прыгать в обруч, расположенный на</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыгать в обруч, расположенный на высоте 20</li> </ul>	27.12.2024	

					<p>высоте 20 см. от пола;          - упражнять в ходьбе и беге парами, соблюдая границы зала.          -Челночный бег.          -упражнять подтягивание на низкой перекладине.          Подвижная игра «Чья команда победит».</p>	<p>см. от пола;          -ходить и бегать парами, соблюдая границы зала.</p>		
34.	Спортивные игры	«Мы – силачи»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая          Способствовать развитию навыка ходьбы и бега между конусами;          -ходьбу с мешочком на голове;          -закрепить забрасывания мяча в кольцо на высоте 1,5 м          -упражнять прыжки с преодолением барьеров.  <i>Чувашская народная игра: «Выйдем, девочки, играть»</i></p>	<p>Ребенок сможет:          - ходить и бегать между конусами;          -ходить с мешочком на голове;          -забрасывать мяч в кольцо на высоте 1,5 м.</p>	10.01.2025	
35.	Спортивные игры	Спортивный досуг «Зимние забавы»	1	Занятие соревнование	<p>Двигательная, игровая          Формировать навык забрасывания мяча в кольцо на высоте 1,5 м;          развивать навык ведения мяча в прямом направлении менее 5 м.          -Эстафеты с мячом.          Подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Ребенок сможет:          - забрасывать мяч в кольцо на высоте 1,5м;          - развивать навык введения мяча в прямом направлении не менее 5 м.</p>	15.01.2025	
36.	Упражнения в ходьбе и равновесии	«День народных игр»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая          -Совершенствовать навык ходьбы по наклонной доске 1,5 м          ходьба с мешочком на голове.</p>	<p>Ребенок сможет:          - ходить по наклонной доске;          - ходить с мешочком на голове.</p>	17.01.2025	

	ии.				-Упражнения на развитие гибкости (гимнастические коврики) - Подвижная игра " <i>Перехватчики</i> "			
37.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«День народных игр»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая -Развивать навык метания мешочков в вертикальную цель 1,5 м левой рукой; - совершенствовать подбрасывании мяча одной рукой и ловлей двумя руками. -учить прыжкам вверх с глубокого приседа. -упражнять спрыгивание с высоты 30см на полусогнутые ноги. <i>Русская народная игра: «Третий лишний»</i>	Ребенок сможет: - метать мешочек в вертикальную цель (1,5м) левой рукой; -подбрасывать мяч одной рукой и ловить двумя руками.	22.01.2025	
38.	Упражнения в прыжках	«В стране мультфильмов»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Совершенствовать умение в прыжках с ноги на ногу; -учить ходьбе с мешочком на голове в полу-приседе; - упражнять прыжки в длину. -«Поймай мяч» передача мяча друг другу, расстояние 2 метра. -Подвижная игра «Добеги и прыгни».	Ребенок сможет: - прыгать с ноги на ногу; -ходить с мешочком на голове в полу приседе; -прыгать в длину с разбега.	24.01.2025	
39.	Упражнений в бросании, ловле,	«В стране мультфильмов»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая -Развивать навык бросания мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 20 раз);	Ребенок сможет: - бросать мяч вверх и ловить его двумя руками (не менее 20 раз); - отбивать мяч об пол (два раза	29.01.2025	



	метании	»			-повторять отбивания мяча об пол (два раза по 5 м) -пролезание под шнур правым, левым боком. -упражнение в равновесии- ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с перешагиванием через кубики. Подвижная игра «Воробей».	по 5 м).		
40.	Упражнения в ползании, лазании	«Мы – ребята крепыши»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка лазания по гимнастической стенке, -упражнять ходьбу по гимнастической скамейке с мешочком на голове. -учить прыжкам через короткую скакалку разными способами. -Подвижная игра «Кто первый?»	Ребенок сможет: - лазать по гимнастической стенке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; - прыгать с ноги на ногу между кеглями, поставленными в ряд.	31.01.2025	
41.	Упражнения в бросании, ловле, метании	«День моряка»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Развитие навыка метания мешочка в горизонтальную цель (обруч) правой рукой длина 1,5м; - Закрепление навыка энергичного отталкивания ногами от пола в прыжках. -Развитие ловкости и глазомера при повторении упражнения в броске мяча. Подвижная игра «Не урони мешочек».	- метать мешочки в обруч правой рукой длина 1,5м; -бросать мяч в корзину с хлопками и поворотами.	05.02.2025	
42.	Упражнения в ходьбе и	«Внимание наша	1	Занятие – игра	Способствовать развитию ходить с заданиями; сохранять равновесие при кружении с закрытыми глазами;	Ребенок сможет: -ходить с заданиями; - сохранять равновесие при	07.02.2025	

	равновесии.	Армия самая сильная»			- умение прыгать через канат вправо-влево на двух ногах. -разучивание прыжки с подскоками. -перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах, двумя руками от груди. <i>Марийская народная игра: «Бой петухов»,</i>	кружении с закрытыми глазами; - прыгать через канат вправо-влево на двух ногах.		
43.	Упражнения в прыжках	«Встреча весны»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать умение прыгать через бруски; - повторить навык лазания по гимнастической стенке; -закрепить отбивание мяча правой и левой рукой. -Подвижная игра <i>«Воробы»</i>	Ребенок сможет: - прыгать через бруски; навык лазания по гимнастической стенке; активизироваться в отбивании мяча	12.02.2025	
44.	Упражнения в ползанье лазанье	«Масленица»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка ползания по гимнастической скамейке на спине, подтягиваясь двумя руками и отталкиваясь ногами, -повторить пролезания под дугой прямо и боком; -закрепить метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой. - <i>Русская народная игра: «Золотые ворота»</i>	Ребенок сможет ползать на четвереньках между предметами, пролезать под дугой прямо и боком.	14.02.2025	
45.	Строевые	«День народн	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Формировать навык ходьбы в колонне	Ребенок сможет: - ходить по канату с мешочком	19.02.2025	

	упражнения	ых игр»			по одному поворотом в другую сторону, по сигналу; -ходьба по канату с мешочком на голове прямо. -упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков, лазание по гимнастической стенке. Подвижная игра «Донеси мешочек».	на голове прямо; -ходить в колонне по одному с поворотом, в другую сторону по сигналу.		
46.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«День дружбы»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию умения перебрасывать мяч с отскоком от пола; ходьбы по канату боком приставным шагом. -учить лазанию по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. -закрепить перебрасыванию мяча разными способами. - <i>Мордовская народная игра: «Мяч об узкую стенку»</i> ,	Ребенок сможет: - перебрасывать мяч с отскоком от пола; -ходить по канату боком приставным шагом.	21.02.2025	
47.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Уютный дом»	1	Занятие-игра	Двигательная, игровая Способствовать развитию навыка переключивания мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; перебрасывание мяча в шеренге с расстояния 1,5 м -повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ребенок сможет: -переключивать мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; -перебрасывать мяч в шеренге с расстояния 1,5 м.	26.02.2025	

					-Подвижная игра <i>Передай мяч</i> » - Игровые эстафеты <i>«Меткий стрелок»</i>			
48.	Упражнения в ползании, лазании	«День обруча»	1	Занятие-игра	Двигательная, игровая Формировать навык лазания по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт; развивать ходьбу и бег между предметами. -упражнять упражнения в равновесии- ходьба по скамейке с мешочком на голове. <i>Русская народная игра «Котел»</i>	Ребенок сможет: - лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт; -ходить и бегать между предметами.	28.02.2025	
49.	Строевые упражнения	«День пирога»	1	Занятие соревнования	Двигательная, игровая Способствовать развитию умения перестраиваться в колонну по два, ходьбы в колонне по одному, на сигнал – поворот в другую сторону, - прыжки из обруча в обруч; -упражнение на равновесие – ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись. <i>Подвижная игра «Ключи».</i>	Ребенок сможет - прыгать из обруча в обруч; - шагать в колонне по одному, на сигнал – поворачиваться в другую сторону, перестраиваться в колонну по два.	05.03.2025	
50.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Веселые мартышки»	1	Занятие соревнования	Двигательная, игровая Развивать навык перебрасывания мяча друг другу; совершенствовать забрасывание мяча из-за головы в корзину, -упражнять ходьбу по канату с мешочком на голове.	Ребенок сможет: - ходить по канату с мешочком на голове; -перебрасывать мяч друг другу; -забрасывать мяч в корзину.	07.03.2025	

					<i>Удмуртская народная игра «Роняя полено»,</i>			
51.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«День дружных»	1	Занятие соревнование	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Формировать умение перебрасывания мяча с отскоком от пола и ловлю двумя руками с хлопком в ладоши.</p> <p>-упражнять метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>-повторить ходьбу с выполнение заданий и ползание.</p> <p><i>Удмуртская народная игра Поляна – жердь»</i></p>	Ребенок сможет перебрасывать мяч с отскоком от пола и ловить двумя руками с хлопком в ладоши.	12.03.2025	
52.	Упражнения в ходьбе и равновесии, прыжках, ползании	«День смеха»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Способствовать развитию навыка ходьбы с высоким подниманием коленей;</p> <p>- упражнять прыжки со скакалкой.</p> <p>-повторение упражнения в прыжках, ползании, задания с мячом.</p> <p><i>Чувашская народная игра«Волк или заяц?»</i></p>	Ребенок сможет ходить с высоким подниманием коленей и прыгать на скакалке.	14.03.2025	
53.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Мы – космонавты»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать навык бросания мяча о стену;</p> <p>-повторить прыжках в длину с разбега;</p> <p>-упражнять лазание «по-медвежьи».</p> <p><i>Марийская народная игра «Колышки»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- бросать мяч о стену;</p> <p>-прыгать в длину с разбега;</p> <p>-лазать «по-медвежьи».</p>	19.03.2025	
54.	Упражнения в	«Перелет	1	Занятие соревнование	<p>Двигательная, игровая</p> <p>-упражнять детей в беге на скорость</p>	Ребенок сможет.	21.03.2025	

	ползание, лазание	птиц»		ние	-повторить игровые упражнения с прыжками. - <i>Удмуртская народная игра «Жаворонок»</i>			
55.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Космическое путешествие»	1	Занятие – квест	Двигательная, игровая Формировать умение ходьбы по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов на середине с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; - упражнять прыжки из обруча в обруч на двух ногах боком; -повторить подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля двумя после отскока от пола. -Подвижная игра «Горелки»	Ребенок сможет: - ходить по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов на середине с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; - прыгать из обруча в обруч на двух ногах боком; -подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить двумя, после отскока от пола.	26.03.2025	
56.	Упражнения в прыжках	«День скакалки»		Занятие – игра	Двигательная, игровая -Совершенствовать прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед; -Повторение ведение мяча в разных направлениях. -упражнять в лазание. <i>Татарская народная игра «Угадай и догони»,</i>	Ребенок сможет: - прыгать через скакалку на месте и с продвижением вперед; - вести мяч в разных направлениях.	28.03.2025	
57.	Упражнений в бросании, ловле,	«Есть у нас веселый»	1	Занятие – квест	Двигательная, игровая Развивать навык энергичного отталкивания большого шара при метании вдаль расстояние 3-4 м,	Ребенок сможет энергично отталкивать большой шар при метании вдаль на расстояние 3-4 м, обращая внимание на	02.04.2025	

	метании	шарик»			обратить внимание на траекторию броска. -повторить игровые упражнения в ходьбе и беге. -формировать умение сохранять устойчивое равновесие. - <i>Татарская народная игра «Мяч по кругу»,</i>	траекторию броска.		
58.	Упражнения в ползанье, лазанье	«Путешествие в Страну спорта»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Развивать умение перелезания по гимнастической стенке с одного пролета на другой по диагонали; - умение ходить по канату боком приставным шагом, с мешочком на голове. -развивать ловкость при выполнении игровых заданий с мячом, прыжками. - <i>Игра с элементами соревнования «Кто быстрее?»</i>	Ребенок сможет: - перелезать по гимнастической стенке с одного пролета на другой по диагонали; ходить по канату боком приставным шагом, с мешочком на голове.	04.04.2025	
59.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Секреты человеческого тела»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Совершенствовать навык ходьбы по гимнастической скамейке лицом, боком, перешагивая через набивные мячи 1 кг; --повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед через большой обруч. -упражнять детей в перебрасывании мяча друг другу.	Ребенок сможет: - ходить по гимнастической скамейке лицом, боком, перешагивая через набивные мячи 1 кг; -прыгать на двух ногах с продвижением вперед через большой обруч.	09.04.2025	

					- <i>Игра с элементами соревнования «Красивые шары»</i>			
60.	Упражнения в прыжках	«Стань сильным»	1	Занятие – игра	Двигательная, игровая Содействовать развитию навыка детей в прыжках в высоту с разбега, в правильном приземлении, сохраняя равновесие. - <i>Татарская народная игра «Займи место»</i>	Ребенок сможет прыгать в высоту с разбега, правильно приземляться, сохраняя равновесие.	11.04.2025	
61.	Упражнения в прыжках	«Мы – дети России»	1	Сюжетное занятие	Двигательная, игровая Совершенствовать прыжки в длину с разбега не менее 150 см, - упражнять подлезание под дугу «попластунски», -упражнять забрасывание мяча в кольцо из-за головы. - <i>Русская народная игра «Горелки»,</i>	Ребенок сможет: - прыгать в длину с разбега не менее 150 см; -подлезать под дугу «попластунски»; - забрасывать мяч в кольцо из-за головы.	16.04.2025	
62.	Упражнения в ползании, лазании	«День здоровья»	1	Занятие квест	Двигательная, игровая -Совершенствовать навык выполнения подлезания под дугу с ходу и в быстром темпе. -повторить бег на скорость. -повторить метание мешочков на дальность способом от плеча. <i>Татарская народная игра «Тимербай»</i>	Ребенок сможет подлезать с ходу в быстром темпе под дугу.	18.04.2025	
63.	Упражнения в ползании, лазании	«Международный день»	1	Занятие соревнования	Двигательная, игровая Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на животе, в ходьбе с перешагиванием через мячи;	Ребенок сможет: - ходить и бегать в паре с поворотом в другую сторону; - ползать по гимнастической	23.04.2025	



		семьи»			<ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону.</li> <li>- повторить упражнения с мячом и прыжки.</li> <li>- формировать умение сохранить устойчивое равновесие.</li> </ul> <p><i>Башкирская народная игра «Скачки»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>скамейке на животе;</li> <li>- ходить с перешагиванием через мячи.</li> </ul>		
64.	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Туристы»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Развивать умение в перебрасывании мяча друг другу расстояние 3-4 м; бросание мяча о стену ловить двумя руками.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить игровые упражнения в ходьбе и беге с выполнением заданий.</li> <li>- упражнять в равновесии и прыжках</li> <li>- <i>Чувашская народная игра «Шарманка»</i></li> </ul>	<p>Ребенок сможет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перебрасывать мяч соседу на расстояние 3-4 м;</li> <li>- бросать мяч о стену и ловить двумя руками.</li> </ul>	25.04.2025	
65.	Упражнения в прыжках	«Туристы»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторить прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах закреплять ходьбу и бег с поворотом в другую сторону</li> <li>- упражнять в умении сохранять устойчивое положение при ходьбе по повышенной опоре,</li> <li>- в прыжках с продвижением вперед на одной ноге.</li> <li>- в бросании малого мяча.</li> <li>- подвижная игра «Совушка»</li> </ul>	<p>Ребенок сможет прыгать с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах и закреплять ходьбу и бег с поворотом в другую сторону.</p>	30.04.2025	

66.	Упражнения в беге	«Волшебные ножки»	1	Сюжетное занятие	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Формировать умение бегать выбрасывая прямые ноги вперед;</p> <p>-упражнять прыжки через длинную скакалку по одному.</p> <p>-повторить упражнения в равновесии с дополнительным заданием.</p> <p>-Подвижная игра «Наседка и коршун»</p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- бегать выбрасывая прямые ноги вперед;</p> <p>-прыгать через длинную скакалку по одному.</p>	07.05.2025	
67.	Упражнения в ходьбе и равновесии.	«Мы отважные ребята»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать навык ходьбы приставным шагом по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>-повторить упражнения в равновесии.</p> <p>-развивать точность движений при перебрасывании мяча друг другу в движении.</p> <p><i>Татарская народная игра «Снятие шапки»</i></p>	<p>Ребенок сможет:</p> <p>- ходить по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове.</p>	14.05.2025	
68.	Упражнения в прыжках	«Сумей удержаться и удержаться»	1	Занятие – игра	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Совершенствовать умение регулировать силу отталкивания в прыжках вверх из глубокого приседа.</p> <p>-упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения.</p> <p>-повторить упражнения с мячом.</p> <p><i>Татарская народная игра «Хромая лиса»</i></p>	<p>Ребенок сможет прыгать, отталкиваясь вверх, из глубокого приседа.</p>	16.05.2025	
69.	Упражнения в	«Все умею-все могу»	1	Олимпийские игры	<p>Двигательная, игровая</p> <p>Обобщить двигательные умения и</p>	<p>Ребенок сможет двигательные умения и навыки применять в</p>	21.05.2025	

	беге				навыки. «Малые Олимпийские игры»	играх.		
70.	Упражнения в беге	«Все умею-все могу»		Олимпийские игры	Двигательная, игровая Обобщить двигательные умения и навыки. «Малые Олимпийские Игры». -игровые упражнения	Ребенок сможет двигательные умения и навыки применять в играх.	23.05.2025	
71	Упражнений в бросании, ловле, метании	«Здравствуй, лето!»	1	Спортивный праздник	Двигательная, игровая Совершенствовать навык ведение мяча в разных направлениях; -повторить прыжки на месте на двух ногах, с продвижением вперед, змейкой. Спортивный праздник «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»	Ребенок сможет: - вести мяч в разных направлениях; - прыгать на месте на двух ногах, с продвижением вперед, змейкой.	28.05.2025	
72	Упражнения в ходьбе и равновесии.	ГТО-шки	1		Выполнение нормативов ГТО зачет		30.05.2025	

1  
2  
3

**Лист изменений к рабочей программе**