

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №1» комбинированного вида «Веселая карусель» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Рассмотрена и принята на заседании педагогического совета протокол № 1 от 31.08.2022

Татарстан Республикасы Чистай муниципаль районы «1 нче номерлы катнаш төрдәге балалар бакчасы» «Весёлая карусель» мәктәпкәчә муниципаль бюджет белем бирү учреждениесе



Утверждена и введена в действие приказом заведующего МБДОУ «Детский сад №1» 2022 год № 135  
Ф. М. Галлямова

## Календарное планирование по образовательной области «Физическое развитие» на 2022 – 2023 учебный год

г.Чистополь 2022 год

<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>	Утренняя гимнастика (группа № 5)	7.45-7.55
	Утренняя гимнастика (группа № 6)	8.00-8.10
	Утренняя гимнастика (группа № 10)	8.15-8.25
	Утренняя гимнастика (группа № 4)	8.30-8.40
	1. Физкультура (младшая группа №12)	8.45-9.00
	2. Физкультура (средняя группа №7)	9.00-9.20
<b>ВТОРНИК</b>	3. Физкультура (средняя группа №6)	9.30-9.50
	Утренняя гимнастика (группа № 5)	7.45-7.55
	Утренняя гимнастика (группа № 6)	8.00-8.10
	Утренняя гимнастика (группа № 10)	8.15-8.25
	Утренняя гимнастика (группа № 4)	8.30-8.40
	1.Физкультура (старшая/подготовительная № 4)	10.20-10.50
<b>СРЕДА</b>	2.Физкультура (средняя группа № 5)	15.30-15.40
	3.Физкультура (средняя группа №7)	15.55-16.15
	Утренняя гимнастика (группа № 5)	7.45-7.55
	Утренняя гимнастика (группа № 6)	8.00-8.10
	Утренняя гимнастика (группа № 10)	8.15-8.25
	Утренняя гимнастика (группа № 4)	8.30-8.40
<b>ЧЕТВЕРГ</b>	1. Физкультура (младшая группа №3 )	8.45-9.00
	2. Физкультура (младшая группа №1)	9.00-9.15
	3. Физкультура (младшая группа №2)	9.25-9.40
	4. Физкультура (подготовительная группа № 8 (ТНР)	10.25-10.50
	Утренняя гимнастика (группа № 5)	7.45-7.55
	Утренняя гимнастика (группа № 6)	8.00-8.10
<b>ПЯТНИЦА</b>	Утренняя гимнастика (группа № 10)	8.15-8.25
	Утренняя гимнастика (группа № 4)	8.30-8.40
	1.Физкультура (старшая группа № 9)	10.20 -10.50
	2.Физкультура (средняя группа № 6)	15.30-15.50
	3.Физкультура (старшая/подгот.группа №4)	15.55-16.20
	Утренняя гимнастика (группа № 5)	7.45-7.55
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>	Утренняя гимнастика (группа № 6)	8.00-8.10
	Утренняя гимнастика (группа № 10)	8.15-8.25
	Утренняя гимнастика (группа № 4)	8.30-8.40
	1.Физкультура (младшая группа № 2)	8.45-9.00
	2.Физкультура (средняя группа № 5)	9.00-9.20
	3.Физкультура (младшая группа №3)	9.25-9.40
<b>ВТОРНИК</b>	4.Физкультура (подготовительная группа № 8 (ТНР)	10.20- 10-25

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя В стране Знаний		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Сентябрь	Дата			
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставкой до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить упражнения: на перебрасывание мяча и подлезании под шнур; в перелезании через скамейку; прыжки на двух ногах;		Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
	Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м - ходьба, 20 м - бег); бег враспынную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 сек; перестроение в колонну по три.		Построение в две шеренги. Равномерный бег шеренгами с одной стороны площадки на другую. По сигналу воспитателя первая шеренга выполняет задание, затем вторая и так поочередно 2–3 раза; ходьба враспынную. Ходьба в колонне по одному.
	Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	Без предметов
	Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку (с мешочком на голове). 2. Прыжки на двух ногах через шнур. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом через мячи. 4. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние - 3м)	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая через набивные мячи (количество мячей зависит от длины скамейки) 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5–6 шт.; расстояние между мячами 4 см). 3. Переброска мячей (диаметр 20–25 см) двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах (дистанция между детьми 3 м).	Игровые упражнения 1.«Ловкие ребята». 2.«Пингвины».
	Подвижные игры	«Серый волк»	«Серый волк»	«Догони свою пару»
	Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями	Ходьба в колонне по одному с дыхательными упражнениями	«Вершки и корешки»
	Нетрадиционные формы	Пальчиковая гимнастика «Белка»	Пальчиковая гимнастика «Белка»	Пальчиковая гимнастика «Белка»
	ЭРС	«Серый волк» (татарская народная игра)		
	УМК	Закрепление выполнение команд на татарском языке («утыр, бас, сикер»)		
Источник	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 12-13			

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя		
		Дружба и взаимопомощь. Правила поведения в общественных местах, обязанности в группе детского сада и дома.		
Сентябрь	Дата	Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставкой до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить упражнения: на перебрасывание мяча и подлезании под шнур; в перелезании через скамейку; прыжки на двух ногах;		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.
	Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м - ходьба, 20 м - бег); бег врассыпную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 сек; перестроение в колонну по три.		Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, змейкой; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.
	Общеразвивающие упражнения	С палкой	С палкой	С палкой
	Основные виды движений	1. Прыжки с доставкой до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. Выполняется с небольшого разбега (5–6 раз подряд). 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу (двумя руками из-за головы). Расстояние между детьми 4 м. 3. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его (3–4 раза подряд). Повторить 2–3 раза.	1. Прыжки на двух ногах между предметами, положенными в одну линию (мячи, кубики, кегли). Дистанция 6–8 м; расстояние между предметами 0,5 м. 2. Упражнение в переброске мяча стоя в шеренгах (стойка ноги на ширине плеч, мяч внизу). 3. Упражнение в ползании – «крокодил». Дети становятся в две шеренги. Первая шеренга занимает положение в упоре лежа на согнутых локтях. Каждый ребенок второй шеренги берет ребенка из первой шеренги руками за щиколотки, приподнимая от пола.	Игровые упражнения: 1.«Быстро встань в колонну!» 2.Прокати обруч».
	Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Не оставайся на полу»	«Совушка»
	Малоподвижные игры	«Вершки и корешки»	«Вершки и корешки»	«Великаны и гномы»
	Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
	ЭРС	«Серый волк» (татарская народная игра)		

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя Календарь природы		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Сентябрь	Дата			
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить упражнения: на перебрасывание мяча и подлезании под шнур; в перелезании через скамейку; прыжки на двух ногах;		Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.
	Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м - ходьба, 20 м - бег); бег враспынную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 сек; перестроение в колонну по три.		Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, змейкой; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя.
	Общеразвивающие упражнения	С мячом	С мячом	С мячом
	Основные виды движений	1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (10–12 раз подряд). Повторить 2–3 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков (2–3 раза). 3. Упражнение на умение сохранять равновесие и удерживать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Задание: при ходьбе по скамейке поднимая прямую ногу – хлопнуть под коленом в ладоши, опуская ногу – развести руки в стороны.	1. Бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками (12–15 раз подряд). Повторить 3–4 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежьи»), Повторить 2–3 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот в среднем темпе, затем пройти дальше (2 раза). Страховка воспитателем обязательна.	1. Бросание малого мяча вверх (правой и левой рукой), ловля двумя руками. 2. Ползание на животе, подтягиваясь руками. 3. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каждый раз под ногой, на середине скамейки – поворот, приседание и ходьба до конца снаряда
	Подвижные игры	«Жмурки»	«Жмурки»	«Жмурки»
	Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Найди и промолчи»	«Найди и промолчи»
	Нетрадиционные формы	Релаксация	Релаксация	Релаксация
	ЭРС	«Серый волк» (татарская народная игра)		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя Мой город, моя страна, моя планета.		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Сентябрь	Дата			
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; в ходьбе и беге по кругу с остановкой по сигналу; в сохранении равновесия на повышенной опоре. Развивать точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке с доставанием до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить упражнения: на перебрасывание мяча и подлезании под шнур; в перелезании через скамейку; прыжки на двух ногах;		Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».
	Вводная	Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м - ходьба, 20 м - бег); бег враспынную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 сек; перестроение в колонну по три.		Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, переход на бег со сигналу воспитателя и продолжительный бег (до одной минуты), переход на ходьбу. Построение в круг.
	Общеразвивающие упражнения	С обручем	С обручем	С обручем
	Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине скамейки присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пройти дальше. 3. Прыжки из обруча в обруч (8—10 плоских картонных обручей лежат в шахматном порядке).	1. Лазанье в обруч, который держит партнер, правым и левым боком, стараясь не задеть верхний край обода (для этого надо хорошо сгруппироваться в «комочек») 2. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, положенные на расстоянии трех шагов ребенка один от другого (5—6 мячей). Выполняется двумя колоннами поточным способом. 3. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры (расстояние между шнурами 0,5 м)	Игровые упражнения: 1.«Прыжки по кругу». 2.«Проведи мяч». 3.«Круговая лапта»
	Подвижные игры	«Не попадись»	«Не попадись»	«Не попадись»
	Малоподвижные игры	«ходьба в колонне по одному»	«ходьба в колонне по одному»	Игра «Фигуры»
	Нетрадиционные формы	Пальчиковая гимнастика «Белка» (двумя руками)	Пальчиковая гимнастика «Белка» (двумя руками)	Пальчиковая гимнастика «Белка» (двумя руками)
	ЭРС	«Серый волк» (татарская народная игра)		
	УМК	Закрепление выполнение команд на татарском языке («утыр, бас, сикер)		

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя Осень щедрая пора		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Октябрь	Дата			
	Задачи	Учить: выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять: навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений		Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут		Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий – перепрыгивание через бруски, положенные на расстоянии трех шагов ребенка (два шага в беге и на третий шаг перепрыгивание) (4–5 брусков; высота бруска 6–10 см).
	Общеразвивающие упражнения	Фитбол-гимнастика	Фитбол-гимнастика	Фитбол-гимнастика
	Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше. 2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по двум сторонам зала. 3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками. В произвольном порядке дети выполняют броски мяча вверх, стараясь поймать мяч двумя руками, не прижимая его к груди.	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс (2–3 раза). 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева, продвигаясь вперед, используя взмах рук (длина шнура 3–4 м) (3–4 раза). 3. Переброска мячей (большой или средний диаметр) друг другу парами, стоя в шеренгах. Один ребенок бросает мяч, другой – ловит его двумя руками, предварительно хлопнув в ладоши.	Игровые упражнения: 1.«Перебрось – поймай». 2.«Не попадись»
	Подвижные игры	«Медведь и пчелы»	«Медведь и пчелы»	«Фигуры»
	Малоподвижные игры	«Вершки и корешки»	«Вершки и корешки»	«По желанию детей»
	Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
	ЭРС	«Займи место» (русская народная игра)		



Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя Осень щедрая пора		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Октябрь	Дата			
	Задачи	Учить: выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять: навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений		Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут		Ходьба в колонне по одному; перестроение в колонну по два в движении; бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты).
	Общеразвивающие упражнения	С кеглями	С кеглями	С кеглями
	Основные виды движений	1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик. 2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант). 3. Ползание на ладонях и ступнях («помедвежь») в прямом направлении (4–5 м).	1. Прыжки с высоты 40 см с приземлением на полусогнутые ноги. 2. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед, и забрасывание мяча в корзину двумя руками. 3. Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке.	Игровые упражнения: 1.«Кто самый меткий?» 2.«Перепрыгни – не задень».
	Подвижные игры	«Перелет птиц» «Гуси-лебеди»	«Перелет птиц» «Гуси-лебеди»	«Совушка»
	Малоподвижные игры	«иголка и нитка»	«иголка и нитка»	«иголка и нитка»
	Нетрадиционные формы	Пальчиковая гимнастика «Крючочки»	Пальчиковая гимнастика «Крючочки»	Пальчиковая гимнастика «Крючочки»
	ЭРС	«Займи место» (русская народная игра)		
	УМК	Обучение вежливым словам на татарском языке («Исянме, ряхмят, саубулыгыз»)		
Источник	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 22-23			



Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя Мониторинг		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Октябрь	Дата			
	Задачи	Учить: выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять: навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки переползания на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений		Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут		Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию воспитателя; бег, перепрыгивая через предметы, поставленные по двум сторонам зала; переход на ходьбу.
	Общеразвивающие упражнения	Со скакалкой	Со скакалкой	Со скакалкой
	Основные виды движений	1. Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). 2. Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками.	1. Ведение мяча между предметами (6–8 кубиков или набивных мячей; расстояние между предметами 1 м). Выполняется двумя колоннами или шеренгами. Повторить 2–3 раза. 2. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч (вес мяча 0,5–1 кг). Дистанция 3–4 м. Повторить 2 раза. 3. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. Темп умеренный, но не медленный. Повторить 2–3 раза.	Игровые упражнения: 1.«Успей выбежать». 2.«Мяч водящему».
	Подвижные игры	«Займи место»	«Займи место»	«Не попадись»
	Малоподвижные игры	«Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»	«Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»	«Фигурная ходьба», «Улитка, иголка и нитка»
	Нетрадиционные формы	Релаксация	Релаксация	Релаксация
	ЭРС	«Займи место» (русская народная игра)		
	УМК	Обучение вежливым словам на татарском языке («Исянме, ряхмят, саубулыгыз»)		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя Неделя здоровья		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Октябрь	Дата			
	Задачи	Учить: выполнять прыжки вверх из глубокого приседания. Закреплять: навык ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием колен, со сменой темпа движения, бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия; прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений		Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут		Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; бег в умеренном темпе (продолжительность до 2 минут); переход на ходьбу
	Общеразвивающие упражнения	С большими мячами в парах	С большими мячами в парах	С большими мячами в парах
	Основные виды движений	1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром (высота 50 см), подталкивая мяч вперед (дистанция 5 м). Повторить 2 раза. 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (5–6 шт.; расстояние между предметами 0,5 м) 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг. Важно не только удерживать устойчивое равновесие, но и сохранять ритмичность и темп ходьбы.	1. «Проползи – не урони». Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Голову не опускать, смотреть вперед (2–3 раза). 2. Прыжки на двух ногах между предметами (мячи, кубики, кегли), в конце прыгнуть в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (2–3 раза).	Игровые упражнения: 1.«Лягушки». 2.«Не попадись».
	Подвижные игры	«Удочка»	«Удочка»	«Ловишки с ленточками»
	Малоподвижные игры	По выбору детей	По выбору детей	«Эхо»
	Нетрадиционные формы	Релаксация	Релаксация	Релаксация
	ЭРС	«Займи место» (русская народная игра)		
	УМК	Обучение вежливым словам на татарском языке («Исянме, ряхмят, саубулыгыз»)		

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя Я вырасту здоровым		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Ноябрь	Дата			
	Задачи	Учить: ходьбе по канату; прыжкам через короткую скакалку; бросанию мешочков в горизонтальную цель; переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять: в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами		Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий		Ходьба в колонне по одному между кеглями, стараясь не задеть их, ходьба, с перешагиванием попеременно правой и левой ногой через шнуры; бег с перепрыгиванием через бруски (кубики).
	Общеразвивающие упражнения	С большими мячами в парах	С большими мячами в парах	С большими мячами в парах
	Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры (6–8 шт.) подряд без паузы (3–4 раза). 3. Эстафета с мячом «Мяч водящему».	1. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната (вначале только на правой ноге, а при повторении упражнения – на левой, и так попеременно), руки произвольно. 3. «Попади в корзину». Броски мяча в корзину двумя руками – баскетбольный вариант.	Игровые упражнения: 1.«Мяч о стенку». 2.«Будь ловким».
	Подвижные игры	«Ловишка, бери ленту»	«Ловишка, бери ленту»	«Мышеловка»
	Малоподвижные игры	«Затейники»	«Затейники»	«Затейники»
	Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Релаксация
	ЭРС	«Угадай и догони» (чувакская народная игра)		
	УМК	Продолжать учить отвечать на вопросы («Синнишлисен?», «Ничекясысын?»)		

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя Все профессии нужны, все профессии важны.		
Ноябрь	Дата	Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
	Задачи	Учить: ходьбе по канату; прыжкам через короткую скакалку; бросанию мешочков в горизонтальную цель; переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять: в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами		Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий		Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу (птицы, лягушки, зайчика); бег с перепрыгиванием через предметы (кубики, набивные мячи, бруски; ходьба в колонне по одному.
	Общеразвивающие упражнения	С гимнастической палкой	С гимнастической палкой	С гимнастической палкой
	Основные виды движений	1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах (способ – двумя руками из-за головы).	1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча не более 1 кг). 3. Передача мяча в шеренгах (3–4 шеренги; дети стоят на расстоянии одного шага друг от друга и передают вдоль шеренги мяч с поворотом к партнеру). Проводится в виде эстафеты, с определением команды-победителя.	Игровые упражнения: 1. Передача мяча по кругу в одну и другую сторону. Дети образуют 3–4 круга и становятся на расстоянии одного шага друг от друга. У одного ребенка в каждом круге мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя дети передают друг другу мяч двумя руками, поворачиваясь к партнеру, пока мяч не окажется снова у первого. Следующая передача мяча проводится по кругу в другую сторону, и так несколько раз подряд. 2. «Не задень».
	Подвижные игры	«Мышеловка»	«Мышеловка»	«Не оставайся на полу»
	Малоподвижные игры	«Угадай и догони»	«Угадай и догони»	«Затейники».

<b>ЭРС</b>	«Угадай и догони» (чувакская народная игра)
<b>УМК</b>	Продолжать учить отвечать на вопросы («Синнишлисен?», «Ничекасысын?»)
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 29-30

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя		
		Ярмарка мастеров (предметы обихода). Знакомство с материалами.		
Ноябрь	Дата	<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
	Задачи	Учить: ходьбе по канату; прыжкам через короткую скакалку; бросанию мешочков в горизонтальную цель; переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять: в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами		Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.
	Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий		Ходьба в колонне по одному в обход зала; по сигналу воспитателя переход к ходьбе с высоким подниманием колен, затем к ходьбе широкими шагами со свободной координацией рук, далее ходьба мелким, семенящим шагом на носочках, и так в чередовании; бег враспынную; переход на обычную ходьбу
	Общеразвивающие упражнения	На гимнастической скамейке	На гимнастической скамейке	На гимнастической скамейке
	Основные виды движений	1. Ведение мяча в прямом направлении (баскетбольный вариант) 2. Лазанье под дугу. Задание – подойти к дуге, присесть, сгруппироваться в «комочек» и пройти под дугой, не касаясь ее верхнего края, затем подойти к обручу, встать в него, потянуться и хлопнуть в ладоши над головой 3. Равновесие. Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами, положенными в одну линию (6–8 шт.)	1. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3–4 м. 2. Ползание «по-медвежьему» на ладонях и ступнях в прямом направлении (дистанция не более 5 м), затем подняться, потянуться вверх, руки прямые, хлопнуть в ладоши над головой. Выполняется шеренгами. 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	Игровые упражнения: 1. Передача мяча по кругу в одну и другую сторону. Дети образуют 3–4 круга и становятся на расстоянии одного шага друг от друга. У одного ребенка в каждом круге мяч (большой диаметр). По сигналу воспитателя дети передают друг другу мяч двумя руками, поворачиваясь к партнеру, пока мяч не окажется снова у первого. Следующая передача мяча проводится по кругу в другую сторону, и так несколько раз подряд. 2. «Не задень».
	Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Кот и мыши»	«Кот и мыши»

<b>Нетрадиционные формы</b>	Релаксация	Релаксация	Релаксация
<b>ЭРС</b>	«Угадай и догони» (чувакская народная игра)		
<b>УМК</b>	Продолжать учить отвечать на вопросы («Синнишлисен?», «Ничекясыйсын?»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 30-31		

<b>Месяц</b>	<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>4-я неделя Домашние и дикие животные и птицы</b>		
<b>Ноябрь</b>	<b>Дата</b>	<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
	<b>Задачи</b>	Учить: ходьбе по канату; прыжкам через короткую скакалку; бросанию мешочков в горизонтальную цель; переходу по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке. Упражнять: в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей; ползании по скамейке с мешочком на голове; равновесии. Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой», между предметами		Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.
	<b>Вводная</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, враспынную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Ходьба с выполнением заданий		Ходьба с изменением направления движения по обозначенным ориентирам; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя выполнение поворотов прыжков направо (налево); ходьба и бег враспынную.
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	Без предметов
	<b>Основные виды движений</b>	1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (по диагонали). 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно, энергично отталкиваясь от пола. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше. 4. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.	1. Повторить лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз (особое внимание при выполнении упражнения уделять положению рук). 2. Равновесие – ходьба на носках по уменьшенной площади опоры (ширина 15–20 см), руки на пояс или за голову. 3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).	Игровые упражнения: 1. «Передай мяч». «С кочки на кочку».
	<b>Подвижные игры</b>	«Фигуры»	«Фигуры»	«Хитрая лиса»

<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «За работу»	Пальчиковая гимнастика «За работу»	Пальчиковая гимнастика «За работу»
<b>ЭРС</b>	«Угадай и догони» (чувакская народная игра)		
<b>УМК</b>	Продолжать учить отвечать на вопросы («Синнишлисен?», «Ничекасысьсын?»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 32-33		
<b>Мероприятие</b>	Досуг ко Дню матери «Я и мама – самые спортивные»		

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя Зимушка-зима		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Декабрь	<b>Дата</b>			
	<b>Задачи</b>	Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять: в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; переползании по гимнастической скамейке; лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.
	<b>Вводная</b>	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами.		Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя «Аист!» остановиться на одной ноге, слегка поджав вторую ногу, руки в стороны; продолжение ходьбы; на сигнал «Лягушки!» присесть, положив руки на колени; на сигнал «Зайки!» прыжки на двух ногах на месте.
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С малым мячом	С малым мячом	С малым мячом
	<b>Основные виды движений</b>	1. Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи (3-4 мяча, расстояние между мячами три шага ребенка), руки свободно балансируют. 2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их (кегли, кубики, набивные мячи). 3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше; в конце скамейки сойти, не прыгая. 2. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2-2,5 м). Броски мяча выполняются двумя руками снизу, от груди и из-за головы (в каждой серии по 10-12 бросков). 3. Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.	Игровые упражнения: 1.«Пройди – не задень». 2.«Пас на ходу». 3.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.



<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»
<b>ЭРС</b>	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Учить задавать вопросы товарищам на татарском языке («Син нишлисен?» - что ты делаешь?)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 35-36		

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя Зимушка-зима		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Декабрь	Дата			
	Задачи	Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять: в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; переползании по гимнастической скамейке; лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.
	Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами.		Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя «Аист!» остановиться на одной ноге, слегка поджав вторую ногу, руки в стороны; продолжение ходьбы; на сигнал «Лягушки!» присесть, положив руки на колени; на сигнал «Зайки!» прыжки на двух ногах на месте.
	Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С малым мячом	С малым мячом
	Основные виды движений	1. Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи (3-4 мяча, расстояние между мячами три шага ребенка), руки свободно балансируют. 2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их (кегли, кубики, набивные мячи). 3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше; в конце скамейки сойти, не прыгая. 2. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2-2,5 м). Броски мяча выполняются двумя руками снизу, от груди и из-за головы (в каждой серии по 10-12 бросков). 3. Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.	Игровые упражнения: 1.«Пройди – не задень». 2.«Пас на ходу». 3.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.

<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики здороваются»
<b>ЭРС</b>	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Учить задавать вопросы товарищам на татарском языке («Син нишлисен?» - что ты делаешь?)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 35-36		

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя Новогодние хлопоты. Новогодний праздник		
		<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
Декабрь	<b>Дата</b>			
	<b>Задачи</b>	Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять: в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; переползании по гимнастической скамейке; лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.
	<b>Вводная</b>	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег врассыпную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами.		Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную; на сигнал педагога «Цапля!» остановиться и поднять одну ногу, согнутую в колене, руки за голову, удерживая равновесие; переход на обычную ходьбу. На сигнал «Бабочки!» бег врассыпную, помахивая руками «как крылышками».
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С малым мячом	С малым мячом	С малым мячом
	<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед (расстояние 6 м). 2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне». Эстафета повторяется 3-4 раза. 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях (2-3 раза).	1. Прыжки ногам между предметами: на двух ногах; на правой и левой поочередно 2. Прокатывание мяча между предметами, подталкивая его двумя руками, не отпуская далеко от себя. По окончании прокатывания взять мяч в руки, выпрямиться, подняться на носки, потянуться. 3. Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком, не касаясь верхнего края шнура, группируясь в «комочек» (шнур натянут на высоте 50 см от пола).	Игровые упражнения: 1.«Пройди – не урони». 2.«Из кружка в кружок». 3.«Стоить!»

Малоподвижные игры	«Эхо»	«Эхо»	«Пройди бесшумно»
Нетрадиционные формы	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
ЭРС	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
УМК	Учить задавать вопросы товарищам на татарском языке («Син нишлисен?» - что ты делаешь?)		
Источник	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 36-37		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя Новогодние хлопоты.Новогодний праздник		
Декабрь	Дата	Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
	Задачи	Закреплять навыки и умения: ходьбы с выполнением задания по сигналу; бега с преодолением препятствий, парами; перестроения с одной колонны в две и три; соблюдения правильной осанки во время выполнения упражнений на равновесие. Развивать координацию движения при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять: в прыжках при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; переползании по гимнастической скамейке; лазании по гимнастической стенке с переходом на другой пролет		Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.
	Вводная	Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один - два». Бег врассыпную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами.		Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения.
	Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С малым мячом	С малым мячом
	Основные виды движений	1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков (2-3 раза). 3. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс (2-3 раза).	1. Перебрасывание мячей в парах (расстояние между детьми 1,5 м). Играющие свободно располагаются по залу парами и выполняют броски мяча друг другу. Способ выполнения по выбору детей. 2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами (голову не опускать). По окончании упражнения в ползании подойти к обручу, встать в него, потянуться вверх и хлопнуть в ладоши над головой. Затем обойти предметы с внешней стороны и встать в конец своей колонны.	Игровые упражнения: 1.«Пас на ходу». 2.«Кто быстрее». 3.«Пройди – не урони»

<b>Подвижные игры</b>	«Попрыгунчики-воробышки»	«Попрыгунчики-воробышки»	«Попрыгунчики-воробышки»	«Лягушки и цапля»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Эхо»	«Эхо»	«Эхо»	По выбору детей
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Утята»	Пальчиковая гимнастика «Утята»	Пальчиковая гимнастика «Утята»	Дыхательная гимнастика
<b>ЭРС</b>	«Хлопушки» (татарская народная игра)			
<b>УМК</b>	Учить задавать вопросы товарищам на татарском языке («Син нишлисен?») -что ты делаешь?)			
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе»стр 38-39			
<b>Мероприятие</b>	Досуг «Зима для ловких, сильных, смелых.»			

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя Новогодние хлопоты. Новогодний праздник		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Январь	Дата			
	Задачи	Учить: ходьбе приставным шагом; прыжкам на мягком покрытии; метанию набивного мяча. Закреплять: перестроение из одной колонны в две по ходу движения; переползание по скамейке. Развивать: ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнения на равновесие на гимнастической стенке; прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед		Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».
	Вводная	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой», с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо		«Между санками». По кругу ставят санки. Ходьба, затем бег в умеренном темпе между санками сначала вправо по кругу, затем влево. Соблюдать дистанцию друг от друга и не задевать санки (не сдвигать).
	Общеразвивающие упражнения	На скамейках	На скамейках	На скамейках

<b>Основные виды движений</b>	произвольно. 2. Прыжки через препятствия (набивные мячи, бруски) с энергичным взмахом рук. 3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую (отбивание мяча одной рукой по ходу движения) до обозначенной линии (дистанция 10 м).	собой и за спиной. В ходьбе соблюдать ритм в соответствии с передвижением и выполнением задания. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Выполняется двумя колоннами. 3. Прокатывание мяча между предметами, стараясь не задевать их. Прокатив мяч, подойти к обручу, сделать шаг в обруч, поднять мяч вверх и потянуться.	2.«Проскользи – не упали»
<b>Подвижные игры</b>	«Кто скорее доберется до флажка?»	«Кто скорее доберется до флажка?»	«Два Мороза»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Что изменилось?»	«Что изменилось?»	«Что изменилось?»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Релаксация	Релаксация	Релаксация
<b>ЭРС</b>	«Тимербай» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Учить давать команды друг другу на татарском языке («сикер, утыр, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе»стр42-43		

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя Зимний калейдоскоп. Зимние забавы.		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Январь	Дата			
	Задачи	Учить: ходьбе приставным шагом; прыжкам на мягком покрытии; метанию набивного мяча. Закреплять: перестроение из одной колонны в две по ходу движения; переползание по скамейке. Развивать: ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнения на равновесие на гимнастической стенке; прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед		Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».
	Вводная	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой», с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо		Игровое упражнение «Снежная королева».
	Общеразвивающие упражнения	С гантелями	С гантелями	С гантелями

<b>Основные виды движений</b>	тройки. Двое перебрасывают мяч друг другу (расстояние между детьми 2 м), а третий игрок находится между ними и старается поймать мяч или коснуться его. Если ему это удастся, то дети меняются ролями. 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой (вес мяча не более 1 кг).	подготовленностью детей). 2. Бросание мяча (малый и средний диаметр) о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши (или с другими дополнительным заданием – приседание, поворот кругом и т. д.). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.	2.«Веселые воробышки».
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишки с ленточкой»	«Ловишки с ленточкой»	«Два Мороза»
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений руками	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений руками	Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений руками
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Крестики-нолики»	Пальчиковая гимнастика «Крестики-нолики»	Пальчиковая гимнастика «Крестики-нолики»
<b>ЭРС</b>	«Тимербай» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Учить давать команды друг другу на татарском языке («сикер, утыр, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 44-45		

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя Зимний калейдоскоп. Зимние забавы.		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Январь	Дата			
	Задачи	Учить: ходьбе приставным шагом; прыжкам на мягком покрытии; метанию набивного мяча. Закреплять: перестроение из одной колонны в две по ходу движения; переползание по скамейке. Развивать: ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнения на равновесие на гимнастической стенке; прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед		Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.
	Вводная	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, враспынную. Бег «змейкой», с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо		Из снежков (их лепят дети и воспитатель) выкладывается дорожка длиной 3–5 метров. Ходьба и бег между снежками; упражнения в ходьбе и беге чередуются.
	Общеразвивающие упражнения	С большим мячом	С большим мячом	С большим мячом

<b>Основные виды движений</b>	(3 раза, сериями по 10–12 раз подряд). 2. Лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края (несколько раз подряд). 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики (расстояние между кубиками три шага ребенка).	одной шеренги по одному малому мячу. Они одной рукой бросают мячи, а дети второй шеренги ловят мячи после отскока о пол двумя руками. 2. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении (дистанция 3 м), затем лазанье под шнур (высота от пола 50 см) и продолжение ползания на расстояние 3 м. 3. Равновесие – ходьба на носках, между предметами, руки на пояс.	2. Катание друг друга на санках
<b>Подвижные игры</b>	«Горшки», «Тимербай»	«Горшки», «Тимербай»	«Два мороза»
<b>Малоподвижные игры</b>	По выбору детей	По выбору детей	По выбору детей
<b>Нетрадиционные формы</b>	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
<b>ЭРС</b>	«Тимербай» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Учить давать команды друг другу на татарском языке («сикер, утыр, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 45-47		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя Зимний калейдоскоп. Зимние забавы.		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Январь	Дата			
	Задачи	Учить: ходьбе приставным шагом; прыжкам на мягком покрытии; метанию набивного мяча. Закреплять: перестроение из одной колонны в две по ходу движения; переползание по скамейке. Развивать: ловкость и координацию в упражнениях с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги. Повторить: упражнения на равновесие на гимнастической стенке; прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед		Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».
	Вводная	Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой», с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо		Ходьба в колонне по одному между постройками из снега; ходьба и бег врассыпную.
	Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	Без предметов



<b>Основные виды движений</b>	мешочком на спине (2 раза). 2. Равновесие – ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку различными способами.	После ползания, встать, потянуться и хлопнуть в ладоши над головой. 2. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. Выполняется двумя колоннами в умеренном темпе (2 раза). 3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (6–8 обручей лежат плотно друг к другу) без паузы. Выполняется двумя колоннами.	2.«По местам». 3.«Поезд». 4.Катание друг друга на санках по кругу.
<b>Подвижные игры</b>	«Паук и мухи»	«Паук и мухи»	«Паук и мухи»
<b>Малоподвижные игры</b>	По выбору детей	По выбору детей	По выбору детей
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Солнце»	Пальчиковая гимнастика «Солнце»	Пальчиковая гимнастика «Солнце»
<b>ЭРС</b>	«Тимербай» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Учить давать команды друг другу на татарском языке («сикер, утыр, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 47-48		
<b>Мероприятие</b>	Досуг «Зимние забавы»		

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя Азбука безопасности		
		<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
Февраль	<b>Дата</b>			
	<b>Задачи</b>	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и бросании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами; пролезании между рейками; перебрасывании мяча друг другу. Учить: ловить мяч двумя руками; ходить и бегать по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель		Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.
	<b>Вводная</b>	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура», с изменением направления, между предметами, враспынную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три. Ходьба по канату боком приставным шагом		«Быстро по местам». По кругу ставят санки (на один меньше количества играющих). Дети выполняют ходьбу между санками «змейкой», затем бег в умеренном темпе, а на сигнал «По местам!» быстро садятся на любые санки. Кто не успел сесть, тот проиграл.

<b>Основные виды движений</b>	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры (без паузы).	1. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову 2. Прыжки между предметами (кубики, мячи, кегли) на правой, затем левой ноге. 3. Передай мяч водящему. Играющие образуют круги по 4–5 человек.	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Точная подача». 2. «Попрыгунчики»
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишки»	«Ловишки»	«Два мороза»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Эхо»	«Эхо»	«Эхо»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Зайчик-кольцо»	Пальчиковая гимнастика «Зайчик-кольцо»	Пальчиковая гимнастика «Зайчик-кольцо»
<b>ЭРС</b>	«Ловишки» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление выполнения команд на татарском языке («утыр, бас, сикер, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 49-50		

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя			
		Транспорт. Виды транспорта. Дорожные знаки.			
Февраль	Дата	<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>	
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и бросании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами; пролезании между рейками; перебрасывании мяча друг другу. Учить: ловить мяч двумя руками; ходить и бегать по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель		Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	
	Вводная	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура», с изменением направления, между предметами, враспынную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три. Ходьба по канату боком приставным шагом		Игра «Фигуры». Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе; бег по всей площадке, на сигнал «Фигуры!» остановиться и показать какую-либо «фигуру»: птичку, зайчика, спортсмена и др. Игра повторяется, затем переход на ходьбу колонной по одному.	

<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки – подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (баскетбольный вариант). 3. Лазанье под дугу (шнур) прямо и боком.	1. Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге, используя энергичный взмах рук (2 раза). 2. Ползание на ладонях и коленях между предметами. 3. Переброска мяча друг другу в парах (баскетбольный вариант). Дети свободно располагаются по всему залу и выполняют упражнение.	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Гонки санок». 2.«Пас на клюшку»
<b>Подвижные игры</b>	«Мы веселые ребята»	«Мы веселые ребята»	«Затейники»
<b>Малоподвижные игры</b>	Иголка и нитка	Иголка и нитка	Иголка и нитка
<b>Нетрадиционные формы</b>	Релаксация	Релаксация	Релаксация
<b>ЭРС</b>	«Ловишки» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление выполнения команд на татарском языке («угыр, бас, сикер, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 50-51		

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя			
		Неделя родного языка			
Февраль	Дата	<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>	
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и бросании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами; пролезании между рейками; перебрасывании мяча друг другу. Учить: ловить мяч двумя руками; ходить и бегать по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель		Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	
	Вводная	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура», с изменением направления, между предметами, враспынную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три. Ходьба по канату боком приставным шагом		«Снежинки». Ходьба по кругу; на сигнал воспитателя «Ветер!» дети-снежинки ускоряют шаг и переходят на бег в умеренном темпе. На сигнал «Ветер стих!» постепенно замедляют движение и останавливаются.	

<b>Основные виды движений</b>	1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет и спуск вниз. 2. Равновесие – ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки, свободная рука на поясе, голову и спину держать прямо. В конце скамейки опустить руки и сойти, не прыгая. 3. «Попади в круг». Метание мешочков правой и левой рукой в обручи	1. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет (вторая группа в это время занимается с мячом: дети распределяются на пары и перебрасывают мяч друг другу разными способами). По сигналу воспитателя дети меняются заданиями. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, 3. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Гонка санок». 2.«Загони шайбу»
<b>Подвижные игры</b>	«Мыши в кладовой»	«Мыши в кладовой»	«Карусель»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Кто ушел?»	«Кто ушел?»	«Кто ушел?»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
<b>ЭРС</b>	«Ловишки» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление выполнения команд на татарском языке («утыр,бас,сикер,кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работыв подготовительной группе»стр 52-53		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя Мое Отечество Россия		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Февраль	Дата			
	Задачи	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу; прыжках и бросании малого мяча; ходьбе и беге с изменением направления; ползании по гимнастической скамейке; ходьбе и беге между предметами; пролезании между рейками; перебрасывании мяча друг другу. Учить: ловить мяч двумя руками; ходить и бегать по кругу с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закреплять упражнения в сохранении равновесия, правильную осанку при ходьбе на повышенной площади опоры, умение энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия, пролезание в обруч, ходьбу со сменой темпа движения. Развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель		Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.
	<b>Вводная</b>	Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура», с изменением направления, между предметами, враспынную. Бег в умеренном темпе до 1,5 мин. Перестроение в колонны по два и по три. Ходьба по канату боком приставным шагом		Ходьба и бег с выполнением задания «Найди свой цвет». Играющие строятся в 3–4 круга, в центре каждого круга кубик своего цвета. Дети должны запомнить цвет кубика. По сигналу педагога «Беги!»

<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	1. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг. 3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук.	1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (главное – правильный хват рук и постановка стопы серединой на рейку). 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Эстафета с мячом «Передал – садись».	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Не попадись» 2.«Белые медведи» 3.«Затейники»
<b>Подвижные игры</b>	«Жмурки»	«Мыши в кладовой»	«Карусель»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Угадай, чей голосок?»	«Кто ушел?»	«Кто ушел?»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
<b>ЭРС</b>	«Ловишки» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление выполнения команд на татарском языке («утыр, бас, сикер, кил»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 53-54		
<b>Мероприятие</b>	Развлечение «Бравые солдаты»		

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя		
		Международный женский день		
Март	<b>Дата</b>	<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
	<b>Задачи</b>	Закреплять: навык ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по одному и по два в движении; лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут; ведении мяча ногой. Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу		Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.
	<b>Вводная</b>	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»		«Бегуны». Дети становятся на линии старта в шеренгу. По команде «Марш» бег на скорость (дистанция 10 м) (расстояние между детьми не менее двух шагов), повернуться кругом и от линии финиша повторить задание. Педагог определяет двух победителей.
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С палками в парах	С палками в парах	С палками в парах

<b>Основные виды движений</b>	друг другу – на середине разойтись, чтобы сохранить равновесие и не упасть 2. Прыжки. На исходную линию выходит первая группа детей. Задание: передвигаться прыжками на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе. Поворот кругом – и сделать 2–3 шага назад от линии финиша (2 раза). 3. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».	мяча перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (два прыжка на правой, два прыжка на левой ноге) до линии финиша. 3. Эстафета с мячом. Дети занимают исходное положение – стойка на коленях, сидя на пятках. Передача мяча прямыми руками следующему игроку, в одну и другую сторону (2 раза в каждую сторону).	2.«Мяч о стенку»
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишки с мячом»	«Ловишки с мячом»	«Совушка»
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба	Ходьба	Ходьба
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Кошка»	Пальчиковая гимнастика «Кошка»	Пальчиковая гимнастика «Кошка»
<b>ЭРС</b>	«Золотые ворота» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление и повтор ответов на вопросы заданных на татарском языке («Синнишлисен?», Ничек ?)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр60-61		

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя Международный женский день		
		<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
Март	<b>Дата</b>			
	<b>Задачи</b>	Закреплять: навык ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по одному и по два в движении; лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут; ведении мяча ногами. Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу		Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.
	<b>Вводная</b>	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), врассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»		Игра с бегом «Мы – веселые ребята»
	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С палкой	С палкой	С палкой

<b>Основные виды движений</b>	2. Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола (земли). 3. Ползание под шнур, не касаясь руками пола (сгруппироваться «в ком	дети прыгают на правой ноге, по другой – на левой (2–3 раза). 2. Переброска мячей (большой диаметр) в парах; способ по выбору детей. 3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (на ладонях и ступнях), «по- медвежьи» (2 раза).	
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Горелки»	«Тихо-громко»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Придумай фигуру»	«Придумай фигуру»	«Придумай фигуру»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
<b>ЭРС</b>	«Золотые ворота» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление и повтор ответов на вопросы заданных на татарском языке («Синнишлисен?», Ничек ?)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 61-62		

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя Неделя здоровья		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Март	Дата			
	Задачи	Закреплять: навык ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по одному и по два в движении; лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут; ведении мяча ногами. Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу		Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.
	Вводная	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), в рассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег		«Кто скорее до мяча». Дети становятся в две шеренги. Задание: как можно быстрее добежать до предмета, взять его в руки и поднять над головой (дистанция 10 м). По команде воспитателя «Марш!» упражнение



			Задание, педагог отмечает победителей. Задание выполняется каждой командой 3 раза, поочередно.
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто быстрее») 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют (или руки на пояс).	1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 3. Равновесие – ходьба между предметами (6–8 шт.; расстояние между предметами 40 см) «змейкой» с мешочком на голове.	Игровые упражнения: 1.«Пас ногой». 2.«Ловкие зайчата»
<b>Подвижные игры</b>	«Золотые ворота»	«Золотые ворота»	«Горелки»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ручеек»	«Ручеек»	«Эхо»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Мышка»	Пальчиковая гимнастика «Мышка»	Пальчиковая гимнастика «Мышка»
<b>ЭРС</b>	«Золотые ворота» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление и повтор ответов на вопросы заданных на татарском языке («Синнишлисен?»), Ничек ?)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 63-64		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя		
		Неделя детской книги		
	Дата	<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
Март	Задачи	Закреплять: навык ходьбы и бега в чередовании; перестроение в колонну по одному и по два в движении; лазание по гимнастической стенке. Упражнять: в сохранении равновесия; энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; беге до 3 минут; ведении мяча ногой. Развивать: координацию движений в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Учить вращать обруч на руке и на полу		Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.
	Вводная	Ходьба и бег в чередовании (ходьба -10 м, бег - 20 м), в рассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; бег до 2,5 мин.		Игровое упражнение «Салки – перебежки». Дети строятся в две шеренги; расстояние между шеренгами 1,5–2 м. По сигналу воспитателя дети первой шеренги

			осалить, прежде чем те пересекут линию финиша. Подсчитывают количество проигравших (осаленных).
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С большим мячом	С большим мячом	С большим мячом
<b>Основные виды движений</b>	1. Лазанье на гимнастическую стенку (2–3 раза). 2. Равновесие – ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи, разложенные на расстоянии одного шага ребенка, попеременно правой и левой ногой, руки за голову (2–3 раза). 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (кубики, набивные мячи, кегли; расстояние между предметами 40 см).	1. Лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур (высота от пола 40 см). 2. Передача мяча – эстафета «Передача мяча в шеренге». 3. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.	<i>Игровые упражнения</i> 1. «Передача мяча в колонне»
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Совушка»	«Удочка»
<b>Малоподвижные игры</b>	По выбору детей	По выбору детей	«Горелки»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Релаксация	Релаксация	Релаксация
<b>ЭРС</b>	«Золотые ворота» (русская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление и повтор ответов на вопросы заданных на татарском языке («Синнишлисен?», Ничек ?)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 65-66		

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя Весна. Пробуждение природы.		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Апрель	Дата			
	Задачи	Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры; ходьбе по кругу во встречном направлении - «Улитка». Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьба и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия; прыжки через короткую скакалку; ходьба по канату с сохранением		Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.

<b>Вводная</b>	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «Улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»		Игровое задание «Быстро в шеренгу». Играющие становятся в три шеренги по трем сторонам зала (площадки) лицом друг к другу. На сигнал педагога «Беги!» разбегаются, кружатся в разные стороны. На сигнал «Быстро в шеренгу!» каждый ребенок должен быстро найти свое место в шеренге. Повторить 3 раза.
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С обручами	С обручами	С обручами
<b>Основные виды движений</b>	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. 3. Переброска мячей в шеренгах.	1. Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; на середине присесть, руки вынести вперед, подняться, не уронив мешочек, и пройти дальше. 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Переброска мячей друг другу в парах (способ по выбору детей).	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Перешагни – не задень». 2.«С кочки на кочку».
<b>Подвижные игры</b>	«Ловля обезьян»	«Ловля обезьян»	«Охотники и утки»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Пройди - не задень»	«Пройди - не задень»	«Великаны и гномы»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика	Дыхательная гимнастика
<b>ЭРС</b>	«Серый волк» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление вежливых слов на татарском языке( «Исянме,саубул,халлярничек?»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе»стр 66-67		

<b>Месяц</b>	<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>2-я неделя</b>		
		<b>Я в мире природы</b>		
<b>А</b>		<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
<b>пр</b>	<b>Дата</b>			
<b>ел</b>				

Задачи	Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьба и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия; прыжки через короткую скакалку; ходьба по канату с сохранением равновесия. Совершенствовать прыжки в длину с разбега		
<b>Вводная</b>	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «Улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»		
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Фитбол-гимнастика	Фитбол-гимнастика	Фитбол-гимнастика
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Броски мяча друг другу в нарах. 3. Ползание на четвереньках – «Кто быстрее до кубика».	1. Прыжки в длину с разбега (энергичный разбег, приземление на обе ноги). 2. Эстафета с мячом «Передал – садись». 3. Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур.	Игровые упражнения: 1.«Пас ногой». 2.«Пингвины»
<b>Подвижные игры</b>	«Пожарные на учениях»	«Пожарные на учениях»	«Горелки»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Стоп»	«Стоп»	«Стоп»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Мы считаем»	Пальчиковая гимнастика «Мы считаем»	Пальчиковая гимнастика «Мы считаем»
<b>ЭРС</b>	«Серый волк» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление вежливых слов на татарском языке («Исянме,саубул,халляричек?»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе»стр 68-69		

<b>Месяц</b>	<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>3-я неделя</b>		
		<b>Земля – наш дом</b>		
<b>А</b>		<i>Занятия 1</i>	<i>Занятия 2</i>	<i>Занятие 3 (на воздухе)</i>
<b>пр</b>	<b>Дата</b>			
<b>ел</b>				

Задачи	<p>Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом.</p> <p>Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьба и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия; прыжки через короткую скакалку; ходьба по канату с сохранением равновесия. Совершенствовать прыжки в длину с разбега</p>		
<b>Вводная</b>	Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «Улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»		Ходьба в колонне по одному; бег в колонне по одному. «Перебежки». На исходную линию становится первая группа детей в одну шеренгу. Задание: быстро добежать до линии финиша. Определяется победитель, и приглашается вторая группа детей.
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Со скакалкой	Со скакалкой	Со скакалкой
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Метание мешочков на дальность – «Кто дальше бросит».</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.</p> <p>3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»).</p>	<p>1. Метание мешочков на дальность.</p> <p>2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами (расстояние между предметами 1 м).</p> <p>3. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, скрестно (способ по выбору детей).</p>	<p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1.«Пройди – не задень».</p> <p>2.«Кто дальше прыгнет».</p> <p>3.«Пас ногой».</p> <p>4.«Поймай мяч»</p>
<b>Подвижные игры</b>	«Серый волк»	«Серый волк»	«Тихо – громко»
<b>Малоподвижные игры</b>	Ходьба с выполнением заданий руками	Ходьба с выполнением заданий руками	Ходьба с выполнением заданий руками
<b>Нетрадиционные формы</b>	Релаксация	Релаксация	Релаксация
<b>ЭРС</b>	«Серый волк» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление вежливых слов на татарском языке («Исянме,саубул,халлярничек?»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе»стр 69-70		

Месяц	Задачи, этапы занятия	4-я неделя Мониторинг
-------	-----------------------	--------------------------

Задачи	<p>Учить: ходьбе парами по ограниченной площади опоры; ходьбе по кругу во встречном направлении - «Улитка».</p> <p>Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гимнастической скамейке; метание в вертикальную цель; ходьбу и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу; лазание по гимнастической стенке одноименным способом.</p> <p>Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьба и бег с ускорением и замедлением; ползание по гимнастической скамейке; упражнения на сохранение равновесия; прыжки через короткую скакалку; ходьба по канату с сохранением равновесия. Совершенствовать прыжки в длину с разбега</p>		<p>Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.</p>
<b>Вводная</b>	<p>Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «Улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба враспынную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз-два»</p>		<p>Дети идут в колонне по одному. На сигнал педагога «Ров справа!» выполняют поворот направо и прыгают вперед. Тот, кто прыгнул в другую сторону или не успел выполнить команду, считается упавшим в реку. Бег враспынную.</p>
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	Без предметов	Без предметов	Без предметов
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Бросание мяча в шеренгах.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>3. Равновесие – ходьба на носках между предметами с мешочком на голове (5–6 предметов; расстояние между предметами 40 см). Главное – пройти, сохраняя равновесие, не уронив предмет</p>	<p>1. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно; шнуры разложены таким образом, что дети выполняют два прыжка перед шнуром, а на третий перепрыгивают, и так до конца дистанции. Повторить 2–3 раза.</p> <p>2. Переброска мячей друг другу в парах; исходное положение ног – стойка ноги на ширине плеч.</p> <p>3. Игровое упражнение с бегом «Догони пару».</p>	<p><i>Игровые упражнения:</i></p> <p>1.«Передача мяча в колонне»</p> <p>2. Подвижная игра «Лягушки в болоте» (с прыжками).</p>
<b>Подвижные игры</b>	«Салки с ленточкой»	«Салки с ленточкой»	«Горелки»
<b>Малоподвижные игры</b>	По выбору детей	По выбору детей	«Великаны и гномы»
<b>Нетрадиционные формы</b>	Пальчиковая гимнастика «Волк и лиса»	Пальчиковая гимнастика «Волк и лиса»	Пальчиковая гимнастика «Волк и лиса»
<b>ЭРС</b>	«Серый волк» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление вежливых слов на татарском языке («Исянме, саубул, халлярничек?»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 71-72		
<b>Мероприятие</b>	Эстафета для сильных и смелых		

<b>Месяц</b>	<b>Задачи, этапы занятия</b>	<b>1-я неделя День Победы</b>
--------------	------------------------------	-----------------------------------

Май

Задачи	Учить: бегать на скорость; бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; перебрасывании мяча в шеренгах; равновесии в прыжках; забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторять: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча		Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.
Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения		Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе (продолжительность до 2 минут); переход на ходьбу; повторить бег
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С малым мячом	С малым мячом
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. В конце скамейки сойти, не прыгая. 2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (дистанция 10 м). 3. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием.	1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись, помогая друг другу; затем продолжить ходьбу по скамейке, сойти с нее в конце, не прыгая. Страховка воспитателем обязательна. 2. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками, стараясь не прижимать мяч к груди, следить за его полетом. Выполняется в произвольном порядке. На одной стороне зала дети под руководством педагога выполняют упражнение на равновесие, на другой – упражнение с мячом. 3. Прыжки на двух ногах между предметами; выполняется двумя шеренгами («Кто быстрее»).	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Пас на ходу». 2.«Брось – поймай». 3.Прыжки через короткую скакалку
Подвижные игры	«Совушка»	«Совушка»	По выбору детей
Малоподвижные игры	«Великаны и гномы»	«Великаны и гномы»	По выбору детей
Нетрадиционные формы	По выбору детей	По выбору детей	По выбору детей
ЭРС	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
УМК	Закрепление команд заданных друг другу на татарском языке («бас, сикер, утыр»)		
Источник	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 72-73		

Месяц	Задачи, этапы занятия	2-я неделя Неделя сказок
-------	-----------------------	-----------------------------



Задачи	Учить: бегать на скорость; бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; перебрасывании мяча в шеренгах; равновесии в прыжках; забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторять: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча		Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.
<b>Вводная</b>	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения		Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен (как петушки) в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на поясе (как мышки) в чередовании; бег врассыпную.
<b>Общеразвивающие упражнения</b>	С гантелями	С гантелями	С гантелями
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места. 2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (дистанция 6-10 м). 3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча (3-4 раза).	1. Прыжки в длину с разбега. Разбег с 3-4 шагов, энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги (на две ноги одновременно) (5-6 раз). 2. Метание мешочков в вертикальную цель (проводится небольшими группами). Главное – правильное исходное положение ног, энергичный замах от плеча, попадание в цель (расстояние до цели 3-4 м). 3. Равновесие – ходьба между предметами с мешочком на голове.	<i>Игровые упражнения:</i> 1.«Ловкие прыгуны». 2.«Проведи мяч». 3.«Пас друг другу»
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Горелки»	«Мышеловка»
<b>Малоподвижные игры</b>	«Летает – не летает»	«Летает – не летает»	«Летает – не летает»
<b>Нетрадиционные формы</b>	По выбору детей	По выбору детей	По выбору детей
<b>ЭРС</b>	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
<b>УМК</b>	Закрепление команд заданных друг другу на татарском языке («бас, сикер, утыр»)		
<b>Источник</b>	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 74-75		

Месяц	Задачи, этапы занятия	3-я неделя До свидания детский сад! Здравствуй школа!		
		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Май	Дата			
	Задачи	Учить: бегать на скорость; бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; перебрасывании мяча в шеренгах; равновесии в прыжках; забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторять: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге враспынную; повторить задания с мячом и прыжками.
	Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения		Ходьба в колонне по одному. По одной стороне зала ходьба между кеглями (расстояние между кеглями 40 см); по другой стороне – бег между кубиками (расстояние между кубиками 50 см) – в чередовании (2–3 раза). Ходьба и бег враспынную.
	Общеразвивающие упражнения	С большим мячом	С большим мячом	С большим мячом
	Основные виды движений	1. Метание мешочков на дальность. 2. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (2 раза).	1. Метание мешочков на дальность правой и левой рукой – «Кто дальше бросит». 2. Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке – сложившись в «комочек». 3. Равновесие – ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Мяч водящему». 2. «Кто скорее до кегли». 3. Индивидуальные игры с мячом.
	Подвижные игры	«Воробьи и кошка»	«Воробьи и кошка»	«Горелки»
	Малоподвижные игры	По выбору детей	По выбору детей	«Летает – не летает»
	Нетрадиционные формы	По выбору детей	По выбору детей	По выбору детей
	ЭРС	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
	УМК	Закрепление команд заданных друг другу на татарском языке («бас, сикер, утыр»)		
Источник	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 75-76			

		Содержание программы		
Дата		Занятия 1	Занятия 2	Занятие 3 (на воздухе)
Май	Задачи	Учить: бегать на скорость; бегать со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; перебрасывании мяча в шеренгах; равновесии в прыжках; забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторять: упражнение «Крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча		Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.
	Вводная	Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения		«По местам». Дети строятся в три колонны. Воспитатель ставит перед каждой колонной цветной кубик. По сигналу все разбегаются. На сигнал «По местам!» быстро построиться, найдя свое место в колонне.
	Общеразвивающие упражнения	С большим мячом	С большим мячом	С большим мячом
	Основные виды движений	1. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, ходьба по рейке (четвертая рейка) и спуск вниз. Хват за рейку двумя руками: все пальцы вместе сверху, большой палец вниз; ноги ставить на рейку серединой стопы. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, расставленные на расстоянии двух шагов ребенка (руки за головой или на пояс). Выполняется двумя колоннами. 3. Прыжки на двух ногах между кеглями (5–6 шт.; расстояние между кеглями 40 см), поставленными в две линии.	1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках – «по-медвежьему» (2 раза). 2. Прыжки между предметами на правой и левой ноге (2–3 раза). Выполняется двумя колоннами. 3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове (предметы расставлены на расстоянии двух шагов ребенка).	<i>Игровые упражнения:</i> 1. «Кто быстрее». 2. «Пас ногой». 3. «Кто выше прыгнет».
	Подвижные игры	«Охотники и утки»	«Охотники и утки»	«Не оставайся на земле»
	Малоподвижные игры	«Летает – не летает»	«Летает – не летает»	По выбору детей
	Нетрадиционные формы	По выбору детей	По выбору детей	По выбору детей
	ЭРС	«Хлопушки» (татарская народная игра)		
	УМК	Закрепление команд заданных друг другу на татарском языке («бас, сикер, утыр»)		
	Источник	Л. И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной группе» стр 77-78		
Мероприятие	Досуг «День здоровья»			