



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8 «Родничок» г. Грязи
Грязинского муниципального района
Липецкой области
(МАДОУ д/с № 8 «Родничок» г. Грязи)**

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета ОО
протокол № 1
от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
от 29.08.2022 г. № 232 - О
заведующий
_____ Т. Н. Фалькович

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по адаптированной основной программе для детей с тяжелыми нарушениями речи
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад №8 «Родничок» г.Грязи
Грязинского муниципального района Липецкой области
на 2022-2023 учебный год**

инструктор по физической культуре: Чекрякова О.В.

г. Грязи
2022 г.

Содержание

№	Наименование разделов	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Расписание образовательной деятельности	4
3.	Возрастные особенности детей	5
4.	Распределение детей раннего и дошкольного возраста по группам здоровья	6
5.	Образовательная область «Физическое развитие»	7
6.	Планируемые результаты освоения Программы	13
7.	Психолого-педагогические условия реализации Программы	15
7.1.	Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	15
7.2.	Роль педагога в организации психолого – педагогических условий	16
8.	Воспитательная работа с детьми	17
9.	Методическое обеспечение программы	18
10.	Приложение	19

1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее - Программа) разработана для детей дошкольного возраста 2-8 лет групп общеразвивающей направленности разработана на основе «Основной общеобразовательной программы муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 8 «Родничок» г. Грязи Грязинского муниципального района Липецкой области» (далее - ДОО) и включает содержание, тематическое планирование и условия реализации программы.

Цель Программы - создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Цель Программы достигается через решение следующих задач:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 6) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 7) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 8) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Образовательная деятельность запланирована в соответствии с возрастными особенностями детей, что способствует их гармоничному развитию.

2. Расписание образовательной деятельности

Проектирование образовательной деятельности

Образовательная область	ОД	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год
«Физическое развитие»	Дошкольный возраст с ТНР 4-5 лет	20 x 3	12	96
	Дошкольный возраст с ТНР 5-6 лет	25 x 3	12	96
	Дошкольный возраст с ТНР 6-8 лет	30 x 3	12	96

Дни недели	Время	Возраст	Группа
Понедельник	9.00-9.25	Дошкольный возраст 6-8 лет	№ 9
	11.15-11.35	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 7
Вторник	10.00-10.15	Дошкольный возраст 4-5 года	№ 1
	11.00-11.25	Дошкольный возраст 6-8 лет	№ 9
Среда	10.00-10.15	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 1
	16.00-16.20	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 7
Четверг	10.20-10.45	Дошкольный возраст 6-8 лет	№ 9
	10.45-11.05	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 1
	16.00-16.20	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 7

3. Возрастные особенности

Дошкольный возраст 4-5 лет. Ребенок 5-го г. жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но ещё не умеют соизмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в неосуществимости выполнения двигательного действия, ребенок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Дошкольный возраст 5-6 лет. С пяти до шести лет у ребенка наблюдаются значительные сдвиги в усовершенствовании моторики и силы. Скорость его движений продолжает возрастать, и заметно улучшается их координация. Ребенок уже может выполнять одновременно два-три вида двигательных навыков: бегать, подбрасывая мяч; ловить мяч, сесть на корточки и пританцовывая... Ребенок любит бегать, соревноваться, учиться плавать, кататься на коньках, осваивает лыжи. Различая у себя правую и левую руку, он не может определить их у других, что иногда мешает четко выполнять спортивные задания.

Дошкольный возраст 6-8 лет. На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребность заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются. Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

4. Распределение детей раннего и дошкольного возраста по группам здоровья

Схема распределения детей раннего и дошкольного возраста по группам здоровья

группы	хроническая патология	функциональное состояние основных органов и систем	резистентность и реактивность	физическое и нервно-психическое развитие
группа 1. без отклонений	отсутствует	без отклонений	заболеваемость за период, предшествующий наблюдению, – редкие и легко протекающие острые заболевания	нормальное, соответствует возрасту
группа 2. с функциональными отклонениями (группа риска)	отсутствует	наличие функциональных отклонений	продолжительные острые заболевания с последующим затяжным периодом выздоровления (вялость, повышенная возбудимость, нарушения сна и аппетита, субфебрилитет и т. д)	нормальное физическое развитие или избыток массы тела 1-й степени. нормальное или нерезко выраженное отставание нервно-психического развития
группа 3. состояние компенсации	наличие хронической патологии, врожденных дефектов развития органов и систем без изменения функций	наличие функциональных отклонений без клинических проявлений	редкие, нетяжелые по характеру течения обострения хронического заболевания без выраженного ухудшения общего состояния и самочувствия	нормальное физическое развитие, дефицит или избыток массы тела 1-й или 2-й степени, низкий рост, нервно-психическое развитие нормальное или отстает

<p>группа 4. состояние субкомпенсации</p>	<p>наличие хронической патологии, врожденных дефектов развития органов</p>	<p>изменение функций пораженных органов, клинические проявления заболевания</p>	<p>частые обострения основного хронического заболевания. частые простудные заболевания с затяжным периодом восстановления</p>	<p>нормальное физическое развитие, дефицит или избыток массы тела 1-й или 2-й степени, низкий рост, нервно-психическое развитие нормальное или отстает</p>
<p>группа 5. состояние декомпенсации</p>	<p>наличие тяжелой хронической патологии или тяжелого врожденного порока, приводящих к инвалидности ребенка</p>	<p>выраженные изменения функций пораженных органов и систем</p>	<p>частые тяжелые обострения основного хронического заболевания, частые острые заболевания</p>	<p>нормальное физическое развитие, дефицит или избыток массы тела 1-й или 2-й степени, низкий рост, нервно-психическое развитие нормальное или отстает</p>

5. Образовательная область «Физического развития»

Физическое развитие направлено на приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Физическое развитие включает:

- двигательная деятельность.

Дошкольный возраст (4-5 лет)

Основные движения

Ходьба и бег. Обучать ходьбе и бегу с согласованными движениями рук и ног, ходьбе и бегу с ускорением и замедлением темпа, ходьбе и бегу на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону, в колонне по одному, по двое, по прямой, по кругу, враспынную, с изменением направления, с перешагиванием через различные предметы, между предметами, по линии, по шнуру, по доске, по гимнастической скамейке, по наклонной доске вверх и вниз. Формировать

умение выполнять ходьбу с выполнением заданий. Учить сочетать ходьбу с бегом.

Ползание и лазание. Обучать ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони, с опорой на колени и предплечья по прямой, между предметами, змейкой; по горизонтальной доске, гимнастической скамейке на животе; подлезанию под веревку, дугу (h=50 см); пролезанию в обруч, перелезанию через бревно, гимнастическую скамейку; лазанию по гимнастической стенке, не пропуская реек; переходу по гимнастической стенке с пролета на пролет, вправо и влево приставным шагом.

Прыжки. Обучать выполнению прыжков на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой, с продвижением вперед, с поворотом кругом; прыжков «ноги вместе - ноги врозь», прыжков на одной ноге, прыжков через линию, через предмет высотой 20 см, в длину, с короткой скакалкой; спрыгиванию с высоты 20-30 см; прыжкам в длину с места.

Катание, ловля, бросание. Обучать бросанию мяча друг другу снизу и ловле его, бросанию от груди, в горизонтальную цель, через веревку, из-за головы, подбрасыванию мяча вверх и ловле его, отбиванию мяча о землю правой и левой рукой.

Обучать прокатыванию мячей и обручей друг другу, в ворота, между предметами, по узкой дорожке (ширина 20 см), выложенной шнуром, обозначенной линиями и др.

Обучать метанию предметов на дальность в горизонтальную и вертикальную цель правой и левой рукой.

Ритмическая гимнастика

Формировать умение выполнять упражнения под музыку. Способствовать развитию выразительности движений, умения передавать двигательный характер образа (котенок, лошадка, зайчик и т. п.).

Общеразвивающие упражнения

Совершенствовать умение выполнять движения для рук и плечевого пояса (поднимать руки вверх, вперед, в стороны, ставить на пояс, отводить руки за спину, закладывать руки за голову, сжимать и разжимать кисти рук, вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны), для туловища (поворачиваться в стороны, наклоняться вперед, вправо и влево), для ног (подниматься на носки, выставлять ногу вперед на пятку, на носок, выполнять притопы, полуприседания, приседания, поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях). При выполнении общеразвивающих упражнений использовать различные исходные положения (стоя, ступни параллельно, ноги врозь, пятки вместе - носки врозь, ноги вместе; стоя в упоре на коленях; сидя в упоре сзади; лежа на животе; лежа на спине); использовать различные предметы (мячи большого и среднего размера, обручи малого диаметра; гимнастические палки; флажки; кубики; гимнастические скамейки).

Спортивные упражнения

Обучать езде на трехколесном и двухколесном велосипеде по прямой и по кругу.

Обучать скатыванию на санках с горки, подъему с санками на горку, торможению при спуске с горки; скольжению по ледяной дорожке с поддержкой взрослого.

Подвижные игры

Воспитывать интерес к активной двигательной активности, развивать самостоятельность, инициативность, пространственную ориентировку, творческие способности.

Дошкольный возраст (5-6 лет)

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в

полуприседе, перекатом с пятки на носок, мелким и широким шагом, приставным шагом влево и вправо. Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения. Обучать детей ходьбе в колонне.

Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, «змейкой», в рассыпную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.

Совершенствовать навыки ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание и лазание. Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони; «змейкой» между предметами, толкая перед собой головой мяч (расстояние 3-4 м), ползания по гимнастической скамейке на животе, на коленях; ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку, бревно; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, поднимаясь по диагонали, спускаясь вниз по одному пролету; пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.

Прыжки. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед. Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно - ноги врозь, одна нога вперед - другая назад; перепрыгивать с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4—5 предметов высотой 15-20 см, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т. п.). Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега. Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад; прыгать через длинную скакалку: неподвижную (h=3-5 см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах, шагом и бегом.

Катание, ловля, бросание. Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель: кегли, кубики и т. п.) с помощью двух рук. Учить прокатывать мячи по прямой, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10-15 раз) с продвижением шагом вперед (3-5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой (правой и левой) 3-5 раз подряд, перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3-5 м).

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения под музыку в форме несложных танцев, хороводов, по творческому заданию педагога. Учить детей соотносить свои действия со сменой частей произведения, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Учить детей импровизировать под различные мелодии (марши, песни, танцы).

Строевые упражнения

Совершенствовать умение строиться в колонну по одному, парами, в круг, в одну шеренгу, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Обучать детей расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый, второй»; перестроению из колонны по одному в колонну по два, по три во время

ходьбы; размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах), размыканию в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку, с определением дистанции на глаз; размыканию в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнению поворотов направо и налево, кругом на месте и в движении различными способами (переступанием, прыжками); равнению в затылок в колонне.

Общеразвивающие упражнения

Осуществлять дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса, учить разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать вверх руки со сцепленными в замок пальцами; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Учить выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки на уровне пояса; наклоняться вперед и стараться коснуться ладонями пола; учить наклоняться в стороны, не сгибая ноги в коленях; поворачиваться, разводя руки в стороны; поочередно отводить ноги в стороны из упора присев; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке.

Учить выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны, за спину; выполнять выпад вперед, в сторону, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами ног. При выполнении упражнений использовать различные исходные положения (сидя, стоя, лежа, стоя на коленях и др.). Учить выполнять упражнения как без предметов, так и различными предметами (гимнастическими палками, мячами, кеглями, обручами, скакалками и др.).

Спортивные упражнения

Совершенствовать умение катать друг друга на санках, кататься с горки на санках, выполнять повороты на спуске, скользить по ледяной дорожке с разбега. Учить самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и с выполнением поворотов вправо и влево.

Спортивные игры

Формировать умение играть в спортивные игры: городки (элементы), баскетбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

Формировать умение участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах, учить самостоятельно организовывать подвижные игры.

Дошкольный возраст (6-8 лет)

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах (обычная ходьба; ходьба на носках, пятках, наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена; широким и мелким шагом; приставным шагом вправо и влево; гимнастическим шагом; в полуприседе; в колонне по одному, двое, трое, четверо, в шеренге; по кругу, с поворотом, змейкой, в рассыпную, с выполнением заданий). Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом, выпадами вперед, спиной вперед, притоптывающим шагом.

Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бег обычный, на носках; бег с выбрасыванием прямых ног вперед; бег мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, с заданиями, с преодолением препятствий; с мячом, по доске, по бревну, в чередовании с прыжками, с подлезанием, ходьбой, с изменением темпа, с различной скоростью). Формировать навыки бега на скорость и на выносливость. Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами (прыжками), спиной вперед; из разных исходных положений; бегать наперегонки парами и группами, со скакалкой; бегать на скорость в играх-эстафетах.

Упражнения в равновесии. Формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием через предмет, с поворотом; с мешочком с песком на голове; по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком; продвигаясь вперед прыжками на двух ногах по гимнастической скамейке, наклонной доске; спиной вперед. Совершенствовать навыки ходьбы по веревке ($d=2-3$ см) прямо и боком, по канату ($d=5-6$ см) прямо и боком; кружения с закрытыми глазами с остановкой, принятием заданной позы. Формировать умение стоять на одной ноге (руки на пояс, руки в стороны; с закрытыми глазами), стоять на носках; то же на повышенной опоре - кубе ($h=30-40$ см), гимнастической скамейке, большом набивном мяче (3 кг) со страховкой педагога.

Ползание, лазание. Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке и по бревну; ползания на животе и скольжению на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, держа ноги неподвижными. Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу разными способами, подлезания под гимнастическую скамейку, подлезания под несколькими дугами подряд ($h=35-50$ см). Продолжать развивать умение лазать по вертикальным и наклонным лестницам, используя одноименные и разноименные движения рук и ног. Закреплять умение переходить с пролета на пролет гимнастической стенки, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Формировать умение лазания и спуска по канату индивидуально со страховкой педагога.

Прыжки. Совершенствовать навыки выполнения всех видов прыжков, сформированные в предыдущих группах (на двух ногах разными способами, на одной ноге, с чередованием с ходьбой, с поворотом кругом). Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, прыжки через набивные мячи (5-6 последовательно). Совершенствовать навыки выполнения прыжков на одной ноге (на месте, с продвижением вперед, через веревку вперед и назад). Формировать навыки выполнения прыжков вверх из глубокого приседа, вверх с места; на мягкое покрытие с разбега, в длину с места и разбега, в высоту с разбега. Совершенствовать умение спрыгивать в упражнениях с другими видами движений (высота предметов не более 30-40 см). Совершенствовать навыки выполнения прыжков через короткую и длинную скакалки, через большой обруч.

Бросание, метание. Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метания вдаль и в цель. Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения в парах, через сетку; бросания мяча о землю и ловли его двумя руками, одной рукой, с хлопком, с поворотами; отбивания мяча на месте и с продвижением вперед, змейкой между предметами. Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывания набивных мячей; метания из разных положений в вертикальную, горизонтальную, движущуюся цель, вдаль.

Строевые упражнения

Совершенствовать сформированные ранее навыки выполнения построений и перестроений (в колонну по одному, по двое, по трое, по четыре, в полукруг, в круг, в шеренгу, в рассыпную; из одного круга в несколько) на месте и в движении. Совершенствовать умение рассчитываться «по порядку», на «первый-второй», равняться в колонне, в шеренге; размыкаться и смыкаться в колонне, в шеренге приставным шагом, прыжком, бегом; выполнять повороты направо, налево, кругом на месте и в движении переступанием, прыжком, по разделением.

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять упражнения под музыку. Содействовать развитию пластичности, выразительности плавности, ритмичности движений. Развивать творчество и воображение.

Общеразвивающие упражнения

Продолжать разучивать и совершенствовать упражнения, развивающие мелкие и крупные мышцы (кистей, пальцев рук, шеи, спины, стопы и др.), связки и суставы разных отдельных частей тела (шеи, рук и плечевого пояса, туловища, ног).

Упражнения для кистей рук и плечевого пояса. Совершенствовать умение поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки, отставляя ногу назад на носок; поднимать и опускать плечи; отводить локти назад; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками. Формировать умение вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси; на предплечье и кисти руки; разводить и сводить пальцы, поочередно соединять все пальцы с большими (упражнение «Пальчики здороваются»).

Упражнения для укрепления туловища и ног. Совершенствовать умение поворачивать туловище в стороны, наклоняться вперед с поднятыми вверх руками или держа руки в стороны. Формировать умение поднимать обе ноги из упора сидя; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться, закрепив ноги; поднимать ноги из положения лежа на спине и стараться коснуться лежащего за головой предмета; прогибаться, лежа на спине; из упора присев переходить в упор на одной ноге. Совершенствовать умение приседать, держа руки за головой; из положения ноги врозь.

Спортивные упражнения

Совершенствовать сформированные ранее и развивать навыки езды на двухколесном велосипеде, самокате, санках; игры в хоккей (элементы). Сформировать навык скольжения по ледяной дорожке на одной ноге; навык скольжения с невысокой горки на двух ногах.

Спортивные игры

Совершенствовать навыки игры в футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы), городки (элементы). Формировать навыки игры в настольный теннис (элементы).

Подвижные игры

Совершенствовать навыки игры в разнообразные подвижные игры, в игры с элементами соревнования.

Содержание коррекционно-развивающей работы в образовательной области «Физическое развитие»

4-5 лет

Укреплять здоровье, закаливать организм, совершенствовать его адаптационные способности и функции. Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата. Формировать умение сохранять правильную осанку. Содействовать профилактике плоскостопия. Создавать условия для целесообразной двигательной активности. Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростносиловые и координационные способности, ориентировку в пространстве, точность выполнения движений.

5-6 лет

Продолжать закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов сосудистой и нервной систем, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме. Продолжать формировать правильную осанку, проводить профилактику плоскостопия.

Осуществлять непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических) детей шестого года жизни. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, координированность и точность действий, способность поддерживать равновесие. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

Ежедневно использовать такие формы работы по физическому воспитанию детей, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, прогулки, физические упражнения, а также соревновательные формы работы, такие как игры-соревнования, эстафеты.

6-8 лет

Совершенствовать жизненно необходимые виды двигательных действий (ходьбу, бег, лазание, прыжки, ползание, бросание, ловлю и метание) с учетом этапности развития нервной системы, психики и моторики. Добиваться развития физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости, координации движений, хорошей ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения проявлять силу и выносливость).

Формировать правильную осанку и свод стопы.

Продолжать закаливание организма, совершенствовать адаптационные способности организма детей, умение приспосабливаться к изменяющимся условиям внешней среды.

Воспитывать выдержку, смелость, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, фантазию, творческие способности, интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней.

Способствовать формированию широкого круга игровых действий.

6. Планируемые результаты освоения Программы

Дошкольный возраст 4-5 лет. Внимание ребенка 5-го г. жизни приобретает всё более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Все это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Имеет представления о некоторых видах спорта. Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

В становлении ценностей здорового образа жизни, овладении элементарными нормами и правилами ребёнок шести лет мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей. Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью). В этом возрасте ребенок должен уметь:

-Ходить и бегать, согласуя движения рук и ног.

-Прыгать на 2-х ногах на месте и с продвижением вперед, прыгать в длину с места .

-Брать, держать, переносить, класть, катать, бросать мяч из-за головы, от груди.

-Метать предметы правой и левой рукой на дальность , отбивать мяч о землю.

-Лазать по лесенки - стремянке, гимнастической стене не пропуская реек, перелезая с одного пролёта на другой.

- Ползать, подлезать под натянутую верёвку, перелизать через бревно, лежащее на полу
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.

Дошкольный возраст 5-6 лет. результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости в своих движениях. Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. Имеет начальные представления о некоторых видах спорта. В этом возрасте ребенок должен уметь:

- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья. В становлении ценностей здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами ребёнок восьми лет имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его. Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому). знает части тела и органы чувств человека, имеет представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека;
- Имеет представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма;
- Имеет представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье, о зависимости здоровья человека от правильного питания;
- Развиты быстрота, сила, выносливость, гибкость;
- Умеет легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры, бегают наперегонки, с преодолением препятствий, лазать по гимнастической стенке, меняя темп, прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;
- Сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе;
- Знает элементы спортивных игр, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты;
- Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Дошкольный возраст 6-8 лет. Результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости в своих движениях. Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.

В становлении ценностей здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами ребёнок восьми лет имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его. Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья. Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому). В этом возрасте ребенок должен уметь:

- Выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых;
- Выполняет согласованные движения, а также разноимённые и разнонаправленные движения ;
- Выполняет разные виды бег;
- Сохраняет заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы;
- Осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;
- Знает и выполняет правил игр, эстафет, игр с элементами спорта;
- Владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- Обладает навыками элементарной ориентировки в пространстве (движение по сенсорным дорожкам и коврикам; бег с преодолением препятствия: обегая кегли, пролезая в обруч и др.).

7. Психолого - педагогические условия реализации Программы

7.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) соответствует требованиям ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическим требованиям.

РППС обеспечивает реализацию Программы. РППС – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (спортивным залом, спортивной площадкой, предназначенными для реализации Программы), материалами (фитболы, степ-платформы, мячи, обручи, гимнастические палки, маты, коврики, скакалки, мягкие модули, гимнастические дуги, палатка – парашют), оборудованием (силовые и кардио - тренажёры, шведская стенка, канат, турник, скамейки, щиты для метания), и средствами обучения детей дошкольного возраста. РППС обеспечивает возможность реализации разных видов детской активности: игровой, коммуникативной, двигательной, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития. РППС создана для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития. РППС обеспечивает условия для физического развития детей. Среда стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка предоставляет условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) трансформируемы (меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности).

7.2. Роль педагога в организации психолого-педагогических условий

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. Инструктор по физической культуре создаёт атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять.

Для обеспечения эмоционального благополучия педагог должен:

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства, помогать делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные варианты поведения;

Формирование доброжелательных, внимательных отношений

Воспитание у детей доброжелательного и внимательного отношения к людям возможно только в том случае, если педагог сам относится к детям доброжелательно и внимательно, помогает конструктивно разрешать возникающие конфликты.

Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагогу следует:

- устанавливать понятные для детей правила взаимодействия;
- создавать ситуации обсуждения правил, прояснения детьми их смысла;
- поддерживать инициативу детей старшего дошкольного возраста по созданию новых норм и правил (когда дети совместно предлагают правила для разрешения возникающих проблемных ситуаций).

Развитие самостоятельности

Развитие самостоятельности включает две стороны: адаптивную (умение понимать существующие социальные нормы и действовать в соответствии с ними) и активную (готовность принимать самостоятельные решения).

Дети должны чувствовать, что их попытки пробовать новое будут поддержаны взрослыми. Это возможно в том случае, если образовательная ситуация будет строиться с учетом детских интересов. Для формирования детской самостоятельности педагог выстраивает образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровыми ситуациями;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений.

С целью поддержания детской инициативы педагогу следует регулярно создавать ситуации, в которых дошкольники учатся:

- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации их выбора);
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);
- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде;
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

Создание условий для развития свободной игровой деятельности

Игра – одно из наиболее ценных новообразований дошкольного возраста. Играя, ребенок свободно и с удовольствием осваивает мир во всей его полноте – со стороны смыслов и норм, участь понимать правила и творчески преобразовывать их. Развитие свободной игровой деятельности требует поддержки со стороны взрослого. При этом роль педагога в игре может быть разной в зависимости от возраста детей, уровня развития

игровой деятельности, характера ситуации и пр. Педагог может выступать в игре и в роли активного участника, и в роли внимательного наблюдателя.

С целью развития игровой деятельности педагоги должны уметь:

- создавать в образовательной деятельности условия для свободной игры детей;
- определять игровые ситуации, в которых детям нужна косвенная помощь;
- наблюдать за играющими детьми и понимать, какие именно события дня отражаются в игре;
- отличать детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;
- косвенно руководить игрой, если игра носит стереотипный характер (например, предлагать новые идеи или способы реализации детских идей).

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

8. Воспитательная работа с детьми

Календарный план воспитательной работы на 2022/2023 учебный год

Физическое и оздоровительное направление воспитания			
День защитника отечества. Спортивный праздник «С физкультурой я дружу – в родной Армии служу!»	5 – 8 лет	Февраль	Инструктор по физической культуре
День здоровья «Спорт нам поможет силы умножить»	5 – 8 лет	Апрель	Инструктор по физической культуре
День физкультурника	4 – 8 лет	Август	Инструктор по физической культуре

9. Методическое обеспечение Программы

- Найбауэр А.В. Мама-рядом. - М., Мозаика-Синтез, 2017.
- Веракса А.Н. Индивидуальная психологическая диагностика дошкольника. - М., Мозаика-Синтез, 2018.
- Стребелева Е.А. Психолого-педагогическая диагностика нарушений развития детей. - М., Мозаика-Синтез, 2016.
- Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников.- М. Мозаика-Синтез, 2009.
- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду. - М., Мозаика-Синтез, 2006.
- Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. - М., Мозаика-Синтез, 2009.
- Рунова М. А., Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика - Синтез, 2000.
- Лавров Н.Н. Дыхание по Стрельниковой, Феникс, 2005.
- Антонов Ю.И., Социальная технология научно-практической школы им. Змановского: Здоровый дошкольник. М., АРТИ, 2001.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 3-4 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 4-5 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 5-6 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 6-7 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Фёдорова С. Ю. Примерные планы для занятий с детьми 2-3 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2017.
- Фёдорова С. Ю. Примерные планы для занятий с детьми 5-6 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2017.
- Фёдорова С. Ю. Примерные планы для занятий с детьми 6-7 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2017.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 2-3 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 3-4 года. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! М, 2004.
- Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. М. Просвещение, 2006.
- Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М., 2004.
- Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. М. 2005.

ПРИЛОЖЕНИЕ

4-5 лет

№ п/п	Тема	Содержание	Дата проведения	
			По плану Гр.№1	По факту Гр.№1
1.	В осеннем лесу.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.	27.09.22г.	
2.	В гостях у белочки.	Разучить 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.	28.09.22г.	
3.	Может встречу я в лесу настоящую лису....	Разучить прыжки со скамейки на полусогнутые ноги, перебрасывание мячей друг другу, ползание на четвереньках с переползанием через препятствие.	29.09.22г.	
4.	Подружились дети с волком.	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	04.10.22г.	
5.	Что нам осень принесла.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	05.10.22г.	
6.	Витаминки на грядке.	Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать	06.10.22г.	

		умение характеризовать свое самочувствие. Упражнять в метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой; в ползание на четвереньках между предметами (набивные мячи, кубики), поставленными на расстоянии; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.		
7.	На витаминном поле.	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.	11.10.22г.	
8.	В поле.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	12.10.22г.	
9.	В гости к хлебобобам.	Упражнять в ползание на четвереньках с преодолением препятствий; ходьбе по гимнастической скамейке (руки на пояс или за голову). Прыжки на препятствие.	13.10.22г.	
10.	Урожай у нас хорош!	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	18.10.22г.	
11.	Затейники.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	19.10.22г.	
12.	Мама, папа я – спортивная семья.	Упражнять в равновесии и ходьбе по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной. В прыжках по прямой. Повторить перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы.	20.10.22г.	
13.	Будем ловкими!	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	25.10.22г.	
14.	На улицах города.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	26.10.22г.	
15.	На городских площадках.	Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям. Повторить прыжки на правой и левой ноге попеременно; ползание на	27.10.22г.	

		четвереньках, подталкивая мяч головой. Разучить ведение мяча в ходьбе.		
16.	В турпоходе.	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	08.11.22г.	
16.	Мы - туристы.	Упражнять в ходьбе с изменением тем па движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	09.11.22г.	
17.	Путешествие в столицу.	Упражнять ведение мяча в ходьбе; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени.	10.11.22г.	
18.	От Москвы до самых до окраин.	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	15.11.22г.	
19.	Ходим кругом друг за другом.	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	16.11.22г.	
20.	Если с другом вышел в путь.	Упражнять в подлезании под шнур прямо и боком; в прыжках на правой и левой ноге попеременно; в ходьба между предметами на носках, руки за головой.	17.11.22г.	
21.	Вместе весело шагать.	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	22.11.22г.	
22.	В лесу зимой.	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	23.11.22г.	
23.	Зимние гости.	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске, с переходом на гимнастическую скамейку; в ходьбе по скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Закрепить умение перебрасывать мяч друг другу.	24.11.22г.	
24.	Зимний лес полон сказок и чудес.	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	29.11.22г.	
25.	В гости к белому медведю.	Упражнять в ходьбе и 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 переброске мяча.	30.11.22г.	
26.	Там, где всегда мороз.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с поворотом в другую сторону, в прыжках попеременно на правой и левой ноге; в ползании по прямой, подталкивая мяч головой; прокатывание	01.12.22г.	

		набивного мяча.		
27.	Забавные пингвинята.	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	06.12.22г.	
28.	У кормушки для друзей.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	07.12.22г.	
29.	Игры в пернатых.	Учить детей в перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Продолжать упражнять детей в равновесие.	08.12.22г.	
30.	В гости к синичке.	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	13.12.22г.	
31.	Сюрпризы Деда Мороза.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	14.12.22г.	
32.	Найди подарок:	Упражнять детей в лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом; в равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. Закрепить умение прыгать на двух ногах между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.	15.12.22г.	
33.	Снегурочка в гостях у ребят.	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	20.12.22г.	
34.	У снежной крепости.	Упражнять 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.	21.12.22г.	
35.	На зимней прогулке.	Продолжать учить детей ходьбе по наклонной доске, балансируя руками. В прыжках на двух ногах между набивными мячами.	22.12.22г.	

		Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах (двумя руками от груди).		
36.	Снеговик зовёт играть.	Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.	27.12.22г.	
37.	Тайны рождества	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	28.12.22г.	
38.	Рождественские игры.	Повторить прыжки в длину с места; переползание через предметы и подлезание под дугу в группировке. Перебрасывание мячей друг другу.	29.12.22г.	
39.	К ёлке в Рождество.	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	10.01.23г.	
40.	Под звуки музыки.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	11.01.22г.	
41.	Спортивный натюрморт.	Закрепить умение детей в перебрасывание мячей друг другу и ловля их после отскока о пол. Повторить пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. Упражнять детей в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, держа руки в стороны.	12.01.23г.	
42.	В ледяной дворец.	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	17.01.23г.	
43.	Путешествие в сказку.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	18.01.23г.	
44.	Там на неведомых дорожках.	Закрепить лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, руки за головой. Прыжки через шнуры. Ведение мяча до обозначенного места.	19.01.23г.	
45.	По следам колобка.	Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	24.01.23г.	

46.	Мы едем, едем, едем...	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	25.01.23г.	
47.	Мы – лётчики.	Упражнять детей в равновесие – беге по гимнастической скамейке; в прыжках через бруски правым и левым боком. Разучить забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).	26.01.23г.	
48.	По морям, по волнам.	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.	31.01.23г.	
49.	В гости к зооинженеру.	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	08.02.23г.	
50.	Мы - тренеры.	Упражнять детей в прыжках в длину с места; в ползание на четвереньках между набивными мячами. Разучить перебрасывать малый мяч одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах на дистанции.	09.02.23г.	
51.	Мы – космонавты.	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	09.02.23г.	
52.	На заставе.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	14.02.23г.	
53.	Мы - юные защитники.	Закрепить умение в метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони».	15.02.23г.	
54.	Наша Армия сильная, смелая.	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	16.02.23г.	
55.	Путешествие в прошлое.	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую	21.02.23г.	

		стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.		
56.	Путешествие в прошлое мяча.	Путешествие в прошлое мяча. Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках.	22.02.23г.	
57.	От воздушного шара до космического корабля.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному Ходьба с выполнением заданий.	28.02.23г.	
58.	Рядом с мамой.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	01.03.23г.	
59.	На прогулке с мамой.	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	02.03.23г.	
60.	Мамины затеи.	Учить детей ходьбе по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. Повторить прыжки на двух ногах через набивные мячи. Закрепить перебрасывать мяч друг другу и ловить его с хлопком ладоши после отскока о пол.	07.03.23г.	
61.	Идём в магазин цветов.	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	09.03.23г.	
62.	Тайна комнатного цветка.	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжки в длину с разбега.	14.03.23г.	
63.	Цветок в горшке - в подарок маме.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	15.03.23г.	
64.	Заюшкин огород.	Повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; Упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке; прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.	16.03.23г.	
65.	Очень любим мы трудиться.	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	21.03.23г.	
66.	Во саду ли, в огороде.	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и	22.03.23г.	

		равновесии.		
67.	Весной в лесу.	Упражнять детей в метание мешочков в горизонтальную цель. Повторить ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами; равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	23.03.23г.	
68.	У солнышка в гостях	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	28.03.23г.	
69.	С зайкой на проталинке.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	29.03.23г.	
70.	Мы – космонавты.	Повторить ходьбу по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. Упражнять в прыжках на двух ногах. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	30.03.23г.	
71.	Полёт на луну.	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки – перебежки», эстафету с большим мячом.	04.04.23г.	
72.	На ракете – к звёздам.	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	05.04.23г.	
73.	Мы – гимнасты.	Упражнять в прыжках на месте через короткую скакалку, продвигаясь вперед. Повторить прокатывание обручей друг другу с расстояния; пролезание в обруч.	06.04.23г.	
74.	Весёлые старты.	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	11.04.23г.	
75.	С детства любим мы футбол.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	12.04.23г.	
76.	В гостях у Матрёшки.	Упражнять детей в метание мешочков в вертикальную цель; в ходьбе по гимнастической скамейке; в ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	13.04.23г.	
77.	Путешествие свистульки.	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	18.04.23г.	

78.	В город мастеров пойдём и игрушки там найдём.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	19.04.23г.	
79.	Тайны леса.	Закрепить лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, ходьба по гимнастической рейке приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек. Упражнять в перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед. Ходьба на носках между набивными мячами.	20.04.23г.	
80.	На лесной опушке.	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	24.04.23г.	
81.	В гости к леснику.	Упражнять 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.	25.04.23г.	
82.	На параде.	Упражнять детей в равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.	26.04.23г.	
83.	Держим крепость.	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	27.04.23г.	
84.	В строю.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	28.04.23г.	
85.	С кочки на кочку.	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	03.05.23г.	
86.	В гости к золотой рыбке.	Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывание мяча в корзину; лазанье под дугу.	04.05.23г.	
87.	Поспешим в цветущий сад.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	10.05.23г.	
88.	Встречаем майского жука.	Упражнять детей в бросание мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; в лазанье в обруч прямо и боком, выполняется в парах. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	11.05.23г.	
89.	Берегите добрый лес – он	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в	16.05.23г.	

	источник всех чудес.	прыжках.		
90.	А у реки, а у реки.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	17.05.23г.	
91.	Мы - весёлые кенгурята.	Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Ходьба с перешагиванием через бруски. Прыжки на правой и левой ноге попеременно.	18.05.23г.	
92.	Приключение Крокодила Гены.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.	23.05.23г.	
93.	Проказницы - мартышки.	Закрепить умение ползать по гимнастической скамейке на животе, ходьба с перешагиванием через бруски .	24.05.23г.	
94.	Веселые старты	Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения. Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении. Упражнять в лазанье под дугу.	25.05.23г.	
95.	С детства любим мы футбол!	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии. Учить набрасывать кольца на неподвижную цель. Упражнять в перебрасывании мяча.	30.05.23г.	
96.	Прыгают кузнечики	Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Закрепить выполнение упражнений в действии по сигналу.	31.05.23г.	

5-6 лет.

№ п/п	Тема	Содержание	Дата проведения	
			По плану гр.№7	По факту гр.№7
1.	Мы теперь сильнее.	Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	26.09.22г.	
2.	На осенней полянке.	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	28.09.22г.	
3.	Осень, осень в гости просим.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, прыжки на двух ногах через шнуры .	29.09.22г.	
4.	В осеннем лесу.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.	03.10.22г.	
5.	В гостях у белочки.	Разучить 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.	05.10.22г.	
6.	Может встречу я в лесу настоящую лису....	Разучить прыжки со скамейки на полусогнутые ноги, перебрасывание мячей друг другу, ползание на четвереньках с переползанием через препятствие.	06.10.22г.	
7.	Подружились дети с волком.	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	10.10.22г.	
8.	Что нам осень принесла.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	12.10.22г.	

9.	Витаминки на грядке.	Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Упражнять в Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой; в ползание на четвереньках между предметами (набивные мячи, кубики), поставленными на расстоянии; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	13.10.22г.	
10.	На витаминном поле.	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.	17.10.22г.	
11.	В поле.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	19.10.22г.	
12.	В гости к хлеборобам.	Упражнять в ползание на четвереньках с преодолением препятствий; ходьбе по гимнастической скамейке (руки на пояс или за голову). Прыжки на препятствие.	20.10.22г.	
13.	Урожай у нас хорош!	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	24.10.22г.	
14.	Затейники.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	26.10.22г.	
15.	Мама, папа я – спортивная семья.	Упражнять в равновесии и ходьбе по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной. В прыжках по прямой. Повторить перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы.	27.10.22г.	
16.	Будем ловкими!	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	31.10.22г.	
17.	На улицах города.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по	09.11.22г.	

		гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.		
18.	На городских площадках.	Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям. Повторить прыжки на правой и левой ноге попеременно; ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой. Разучить ведение мяча в ходьбе.	10.11.22г.	
19.	В турпоходе.	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	14.11.22г.	
20.	Мы - туристы.	Упражнять в ходьбе с изменением тем па движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	16.11.22г.	
21.	Путешествие в столицу.	Упражнять ведение мяча в ходьбе; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени.	17.11.22г.	
22.	От Москвы до самых до окраин.	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	21.11.22г.	
23.	Ходим кругом друг за другом.	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	23.11.22г.	
24.	Если с другом вышел в путь.	Упражнять в подлезании под шнур прямо и боком; в прыжках на правой и левой ноге попеременно; в ходьба между предметами на носках, руки за головой.	24.11.22г.	
25.	Вместе весело шагать.	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	28.11.22г.	
26.	В лесу зимой.	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	30.11.22г.	
27.	Зимние гости.	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске, с переходом на гимнастическую скамейку; в ходьбе по скамейке с перешагиванием через набивные мячи. Закрепить умение перебрасывать мяч друг другу.	01.12.22г.	
28.	Зимний лес полон сказок и чудес.	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	05.11.22г.	
29.	В гости к белому медведю.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой	07.12.22г.	

		ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.		
30.	Там, где всегда мороз.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с поворотом в другую сторону, в прыжках попеременно на правой и левой ноге; в ползании по прямой, подталкивая мяч головой; прокатывание набивного мяча.	08.12.22г.	
31.	Забавные пингвинята.	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	12.12.22г.	
32.	У кормушки для друзей.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	14.12.22г.	
33.	Игры в пернатых.	Учить детей в перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Продолжать упражнять детей в равновесие.	15.12.22г.	
34.	В гости к синичке.	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	19.12.22г.	
35.	Сюрпризы Деда Мороза.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	21.12.22г.	
36.	Найди подарок:	Упражнять детей в лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом; в равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. Закрепить умение прыгать на двух ногах между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.	22.12.22г.	
37.	Снегурочка в гостях у ребят.	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	26.12.22г.	
38.	У снежной крепости.	Упражнять 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.	28.12.22г.	

39.	На зимней прогулке.	Продолжать учить детей ходьбе по наклонной доске, балансируя руками. В прыжках на двух ногах между набивными мячами. Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах (двумя руками от груди).	29.12.22г.	
40.	Снеговик зовёт играть.	Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.	10.01.23г.	
41.	Тайны рождества	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	11.01.23г.	
42.	Рождественские игры.	Повторить прыжки в длину с места; переползание через предметы и подлезание под дугу в группировке. Перебрасывание мячей друг другу.	12.01.23г.	
43.	К ёлке в Рождество.	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	18.01.23г.	
44.	Под звуки музыки.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	19.01.23г.	
45.	Спортивный натюрморт.	Закрепить умение детей в перебрасывание мячей друг другу и ловля их после отскока о пол. Повторить пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. Упражнять детей в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, держа руки в стороны.	23.01.23г.	
46.	В ледяной дворец.	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	25.01.23г.	
47.	Путешествие в сказку.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	26.01.23г.	
48.	Там на неведомых дорожках.	Закрепить лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки, спуск вниз. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, руки за головой. Прыжки через шнуры. Ведение мяча до обозначенного места.	30.01.23г.	
49.	По следам колобка.	Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	08.02.23г.	
50.	Мы едем, едем, едем...	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого	09.02.23г.	

		равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.		
51.	Мы – лётчики.	Упражнять детей в равновесие – беге по гимнастической скамейке; в прыжках через бруски правым и левым боком. Разучить забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).	13.02.23г.	
52.	По морям, по волнам.	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.	15.01.23г.	
53.	В гости к зооинженеру.	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	16.02.23г.	
54.	Мы - тренеры.	Упражнять детей в прыжках в длину с места; в ползание на четвереньках между набивными мячами. Разучить перебрасывать малый мяч одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах на дистанции.	20.02.23г.	
55.	Мы – космонавты.	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	22.02.23г.	
56.	На заставе.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	27.02.23г.	
57.	Мы - юные защитники.	Закрепить умение в метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони».	01.03.23г.	
58.	Наша Армия сильная, смелая.	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	02.03.23г.	
59.	Путешествие в прошлое.	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	06.03.23г.	
60.	Путешествие в прошлое мяча.	Путешествие в прошлое мяча. Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках.	09.03.23г.	
61.	От воздушного шара до космического корабля.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному Ходьба с выполнением заданий.	13.03.23г.	

62.	Рядом с мамой.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	15.03.23г.	
63.	На прогулке с мамой.	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	16.03.23г.	
64.	Мамины затеи.	Учить детей ходьбе по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. Повторить прыжки на двух ногах через набивные мячи. Закрепить перебрасывать мяч друг другу и ловить его с хлопком в ладоши после отскока о пол.	20.03.23г.	
65.	Идём в магазин цветов.	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	22.03.23г.	
66.	Тайна комнатного цветка.	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжки в длину с разбега.	23.03.23г.	
67.	Цветок в горшке - в подарок маме.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	27.03.23г.	
68.	Заюшкин огород.	Повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; Упражнять в равновесие – ходьба по гимнастической скамейке; прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.	29.03.23г.	
69.	Очень любим мы трудиться.	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	30.03.23г.	
70.	Во саду ли, в огороде.	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	03.04.23г.	
71.	Весной в лесу.	Упражнять детей в метание мешочков в горизонтальную цель. Повторить ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами; равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	05.04.23г.	
72.	У солнышка в гостях	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	06.04.23г.	
73.	С зайкой на проталинке.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	10.04.23г.	

74.	Мы – космонавты.	Повторить ходьбу по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. Упражнять в прыжках на двух ногах. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	12.04.23г.	
75.	Полёт на луну.	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки – перебежки», эстафету с большим мячом.	13.04.23г.	
76.	На ракете – к звёздам.	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	17.04.23г.	
77.	Мы – гимнасты.	Упражнять в прыжках на месте через короткую скакалку, продвигаясь вперед. Повторить прокатывание обручей друг другу с расстояния; пролезание в обруч.	19.04.23г.	
78.	Весёлые старты.	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	20.04.23г.	
79.	С детства любим мы футбол.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	24.04.23г.	
80.	В гостях у Матрёшки.	Упражнять детей в метание мешочков в вертикальную цель; в ходьбе по гимнастической скамейке; в ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	26.04.23г.	
81.	Путешествие свистульки.	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	27.04.23г.	
82.	В город мастеров пойдём и игрушки там найдём.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	03.05.23г.	
83.	Тайны леса.	Закрепить лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, ходьба по гимнастической рейке приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек. Упражнять в перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед. Ходьба на носках между набивными мячами.	04.05.23г.	
84.	На лесной опушке.	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	08.05.23г.	

85.	В гости к леснику.	Упражнять 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.	10.05.23г.	
86.	На параде.	Упражнять детей в равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.	11.05.23г.	
87.	Держим крепость.	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	15.05.23г.	
88.	В строю.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	17.05.23г.	
89.	С кочки на кочку.	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	18.05.23г.	
90.	В гости к золотой рыбке.	Упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в забрасывание мяча в корзину; лазанье под дугу.	22.05.23г.	
91.	Поспешим в цветущий сад.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	23.05.23г.	
92.	Встречаем майского жука.	Упражнять детей в бросание мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; в лазанье в обруч прямо и боком, выполняется в парах. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	25.05.23г.	
93.	Берегите добрый лес – он источник всех чудес.	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.	26.05.23г.	
94.	А у реки, а у реки.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	29.05.23г.	
95.	Мы - весёлые кенгурята.	Повторить ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Ходьба с перешагиванием через бруски. Прыжки на правой и левой ноге попеременно.	30.05.23г.	
96.	Приключение Гены. Крокодила	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.	31.05.23г.	

6-8 лет.

№ п/п	№ занятия	Содержание	Дата проведения	
			По плану гр.№9	По факту гр.№9
1.	Тема: «На летней лужайке»	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	26.09.22г.	
2.	Тема: «На витаминном поле»	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	27.10.22г.	
3.	Тема: «По грибы»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	29.10.22г.	
4.	Тема: «Чудо в лукошке» (на воздухе)	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	03.10.22г.	
5.	Тема: «У медведя во бору»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	04.10.22г.	
6.	Тема: «Тайны леса»	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	06.10.22г.	
7.	Тема: «На лесной опушке» (на воздухе)	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	10.10.22г.	
8.	Тема: «В гости к леснику»	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	11.10.22г.	
9.	Тема: «В поле»	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	13.10.22г.	

10.	Тема: «В гости к хлеборобам» (на воздухе)	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	17.10.22г.	
11.	Тема: «Урожай у нас хорош!»	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	18.10.22г.	
12.	Тема: «Затейники»	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	20.10.22г.	
13.	«Мама, папа я - спортивная семья» (на воздухе)	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	24.10.22г.	
14.	Тема: «Будем ловкими!»	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	25.10.22г.	
15.	Тема: «На улицах города»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	27.10.22г.	
16.	Тема: «На городских площадках» (на воздухе)	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	08.11.22г.	
17.	Тема: «В турпоходе»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	10.11.22г.	
18.	Тема: «Мы - туристы»	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	14.11.22г.	
19.	Тема: «Путешествие в столицу» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	15.11.22г.	
20.	Тема: «От Москвы до	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить	17.11.22г.	

21.	самых до окраин» Тема: «В музее»	ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	21.11.22г.	
22.	Тема: «Путешествие по городам - героям» (на воздухе)	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.	22.11.22г.	
23.	Тема: «К кремлёвским башням»	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	23.11.22г.	
24.	Тема: «В лесу зимой»	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	24.11.22г.	
25.	Тема: «Зимние гости» (на воздухе)	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.	26.11.22г.	
26.	Тема: «Зимний лес полон сказок и чудес»	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	28.11.22г.	
27.	Тема: «Встречаем майского жука»	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	29.11.22г.	
28.	Тема: «Берегите добрый лес - он источник всех чудес» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	01.12.22г.	
29.	Тема:	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с	05.12.22г.	

	«А у реки, а у реки... »	ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.		
30.	Тема: «На лыжне»	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	06.12.22г.	
31.	Тема: «На хоккейной площадке» (на воздухе)	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.	08.12.22г.	
32.	Тема: «Мы - спортсмены»	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	12.12.22г.	
33.	Тема: «Сюрпризы Деда Мороза»	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	13.12.22г.	
34.	Тема: «Найди подарок» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	15.12.22г.	
35.	Тема: «Снегурочка в гостях у ребят»	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	19.12.22г.	
36.	Тема: «Под звуки музыки»	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	20.12.22г.	
37.	Тема: «В ледяной дворец» (на воздухе)	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	22.12.22г.	
38.	Тема: «Спортивный натюрморт»	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	26.12.22г.	
39.	Тема: «К ёлке в Рождество» (на воздухе)	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	27.12.22г.	

40.	Тема: «Тайны Рождества»	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	29.12.22г.	
41.	Тема: «Рождественские игры»	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	10.01.23г.	
42.	Тема: «Путешествие в сказку» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	11.01.23г.	
43.	Тема: «Там на неведомых дорожках»	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	12.01.23г.	
44.	Тема: «По следам колобка»	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	16.01.23г.	
45.	Тема: «Путешествие к динозаврам» (на воздухе)	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».	17.01.23г.	
46.	Тема: «В зоопарке»	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	19.01.23г.	
47.	Тема: «Мы - кенгурята»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	23.01.23г.	
48.	Тема: «Мы едем, едем, едем» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	24.01.23г.	
49.	Тема: «Мы - лётчики»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	26.01.23г.	

51.	Тема: «По морям, по волнам»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	30.01.23г.	
52.	Тема: «В гости к зооинженеру» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	31.01.23г.	
53.	Тема: «Мы - тренеры»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	09.02.23г.	
54.	Тема: «Мы - космонавты»	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	10.02.23г.	
55.	Тема: «На заставе» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	13.02.23г.	
56.	Тема: «Мы - юные защитники»	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	14.02.23г.	
57.	Тема: «Наша Армия сильная, смелая»	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	16.02.23г.	
58.	Тема: «Путешествие в прошлое»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	20.02.23г.	
59.	Тема: «Путешествие в прошлое мяча» (на воздухе)	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	21.02.23г.	
60.	Тема: «От воздушного шара до космического»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным	24.02.23г.	

	корабля»	заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.		
61.	Тема: «Праздник в семье»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге в рассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	27.02.23г.	
62.	Тема: «В путь за праздничным букетом» (на воздухе)	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	28.02.23г.	
63.	Тема: «Подарок маме»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге в рассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	02.03.23г.	
64.	Тема: «На лесной опушке» (на воздухе)	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	06.03.23г.	
65.	Тема: «Тайны леса»	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	07.03.23г.	
66.	Тема: «Журналисты в гостях у лесника»	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	09.03.23г.	
67.	Тема: «Заюшкин огород» (на воздухе)	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	13.03.23г.	
68.	Тема: «Очень любим мы трудиться»	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	14.03.23г.	
69.	Тема: «Во саду ли, в огороде»	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	16.03.23г.	
70.	Тема: «В гости к ласточке» (на воздухе)	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	20.03.23г.	
71.	Тема: «Игры в пернатых»	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	21.03.23г.	
72.	Тема: «Встреча с соловьём»	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	23.03.23г.	
73.	Тема: «Полёт на луну»	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения	27.03.23г.	

	(на воздухе)	с мячом, в прыжках.		
74.	Тема: «Мы - космонавты»	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	28.03.23г.	
75.	Тема: «На ракете - к звёздам»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	30.03.23г.	
76.	Тема: «К мастерам игрушки» (на воздухе)	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	03.04.23г.	
77.	Тема: «В гончарную мастерскую»	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	04.04.23г.	
78.	Тема: «В гости к художнику»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	06.04.23г.	
79.	Тема: «В гостях у Матрёшки» (на воздухе)	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	10.04.23г.	
80.	Тема: «Путешествие свистульки»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	11.04.23г.	
81.	Тема: «В город мастеров пойдём, и игрушки там найдём»	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	13.04.23г.	
82.	Тема: «По дороге в библиотеку» (на воздухе)	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.	17.04.23г.	
83.	Тема: «Раз словечко, два словечко...»	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	18.04.23г.	
84.	Тема: «Книга наших рекордов» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	20.04.23г.	

85.	Тема: «Держим крепость»	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	24.04.23г.	
86.	Тема: «На параде»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	25.04.23г.	
87.	Тема: «В строю» (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	27.04.23г.	
88.	Тема: «С кочки на кочку»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	04.05.23г.	
89.	Тема: «Поспешим в цветущий сад»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	08.05.23г.	
90.	Тема: «В гости к золотой рыбке» (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	11.05.23г.	
91.	Тема: «В гостях у сказки»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	15.05.23г.	
92.	Тема: «У лукоморья»	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	16.05.23г.	
93.	Тема: «В гости к золотой рыбке» (на воздухе)	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.	18.05.23г.	
94.	Тема: «Теперь мы первоклашки»	Повторить ходьбу 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. Повторить броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками. Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами.	22.05.23г.	
95.	Тема: «Мы портфели соберём, дружно в	Повторить прыжки в длину с разбега; упражнять в метании мешочков в вертикальную цель; повторить ходьбу между	29.05.23г.	

	школу все пойдём»	предметами с мешочком на голове.		
96.	В гости к солнышку пойдём – может радугу найдём	Продолжать развивать у детей координацию движений, глазомер, ориентировку в пространстве. Повторить ходьбу и бег колонной по одному, упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	30.05.23г.	