Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №226 «Капитошка»

Принята с изменениями
на педагогическом совете
МБДОУ №226 «Капитошка»
Протокол № 4
от «26» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №226
«Капитошка»
С.А.Низамутдинова
Приказ № 106 от «26» августа 2024 г.
М.П.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 226 "КАПИТОШКА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 226 "КАПИТОШКА"
Дата: 2024.10.30 13:31:17 +04'00'

Рабочая программа

по физической культуре с детьми 2-7 лет

Образовательная область «Физическое развитие»

Составители:
Инструктор по физической культуре
Запхалова Л.А.
Харнасова Г.М.
Карикова О.В.

Ульяновск, 2024 г.

№	Содержание	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Цели и задачи изучения образовательной области «Физическое развитие»	5
1.2.	Планируемые результаты реализации образовательной программы дошкольного образования	5
1.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.	5
2.	Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) в образовательной области «Физическое развитие»:	5
2.1.	Тематический план	5
2.2.	Образовательная деятельность с детьми в спортивном зале и на прогулке	13
2.3.	Утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения	89
2.4.	Индивидуальная работа по физическому развитию	108
2.5.	Взаимодействие с родителями и педагогами	129
3.	Организация работы	132
3.1.	Объем образовательной нагрузки	132
3.2.	Сетевое взаимодействие	134

1.Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре с детьми 2-7 лет разработана рабочей группой педагогических работников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 226 «Капитошка». Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русский.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального образовательного стандарта дошкольного образования (с изменениями от 08.11.2022 № 955 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрирован 06.02.2023 № 72264) и Федеральной образовательной программой дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования" (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847), на основе методических рекомендаций «С физкультурой в ногу из детского сада в школу», под ред. Н.В.Полтавцевой.

и в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О - образовательным внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в РФ» и статью 1 Федерального закона «Об образовательных требованиях в РФ»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательная программа дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года № 1014 г. Москва);
- Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2022 № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 226 «Капитошка»
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20»).

Программа направлена на:

- 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.

Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательныхобластей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области, с обязательным психологическим сопровождением.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов — как в совместной деятельностивзрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

1.1.Цели и задачи реализации образовательной программы дошкольного образования

(ФОП ДО стр.4-5 п.14.1, 14.2)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=5

1.2.Планируемые результаты реализации образовательной программы дошкольного образования

(ФОП ДО стр.7 п.15.2 – 15.4)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=8

1.3.Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

(ФОП ДО стр.19 п.16.1 – 16.10)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=19

2. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) в образовательной области «Физическое развитие»:

(ФОП ДО стр.121 п.22.1 – 22.7)

http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044?ysclid=lyr53s7jku790505883&index=122

2.1. Тематический план

Группа раннего возраста (ООД в зале)

№ п\п	Тема	Кол-во/мин
1	«Ходьба и бег в ограниченном пространстве»	3/30 мин
2	«Ходьба и бег врассыпную»	3/30 мин
3	«Подлезание под шнур высотой 50 см»	3/30 мин
4	«Прокатывание большого мяча и ползание за ним»	3/30 мин
5	«Прокатывание большого мяча,подлезание под шнур выс. 40 см»	3/30 мин
6	«Перебрасывание малого мяча через шнур выс.50 см, подлезание»	3/30 мин
7	«Подпрыгивание на месте на двух ногах»	3/30 мин
8	«Бросание большого мяча в корзину»	3/30 мин
9	«Прыжки на месте на 2 ногах, подлезание под дугу выс.40 см»	3/30 мин
10	«Бросание малого мяча через шнур выс.40 см., ползание за мячом на ладонях и коленях»	3/30 мин
11	«Бросание вдаль мешочков правой и левой рукой, перепрыгивание через шнур»	3/30 мин
12	«Перебрасывание мешочков правой и левой рукой через шнур высотой 60 см,ползание»	3/30 мин
13	«Прокатывание большого мяча, прыжки из обруча в обруч»	3/30 мин
14	«Прокатывание большого мяча в ворота, прыжки из обруча в обруч»	3/30 мин
15	«Прокатывание малого мяча вдаль, ползание за ним»	3/30 мин
16	«Ходьба по гимнастической скамейке, подлезание под дугу выс.30 см»	3/30 мин
17	«Бросание большого мяча через шнур высотой 70 см, подлезание в	3/30 мин

	ограниченное пространство»	
18	«Прыжки в длину с места(10 см.), ползание на ладонях и коленях по доске»	3/30 мин
19	«Прыжки в длину с места(15 см.), бросание малого мяча в манеж»	3/30 мин
20	«Бросание малого мяча вдаль от плеча 1 рукой, ходьба по гимнастической скамейке»	3/30 мин
21	«Ходьба и ползание по скамейке, прыжки через дорожку(15 см)»	3/30 мин
22	«Бросание большого мяча вдаль из разных и.п. через шнур высотой 50 см, подлезание под шнур»	3/30 мин
23	«Перепрыгивание через палки(15 см),ползание по гимнастической скамейке»	3/30 мин
24	«Бросание большого мяча вдаль из разных и.п., подлезание под шнур высотой 40 см,50 см»	3/30 мин
25	«Лазание по гимнастич. стенке, прыжки через дорожку(15 см)»	3/30 мин
26	«Прыжки из обруча в обруч, ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях»	3/30 мин
27	«Лазание по гимнастической стенке, перелезание через скамейку, подлезание под дугу выс.40 см»	3/30 мин
28	«Прыжки в длину с места(20 см) подлезание под дугу выс.30 см,40 см,50 см, перелезание через скамейку»	3/30 мин
29	«Лазание по гимнастической стенке, ходьба через палки, бросание малого мяча от плеча 1 рукой»	3/30 мин
30	«Подпрыгивание на месте на 2 ногах, бросание шишек в коробку(1,5 м.)»	3/30 мин
31	«Перепрыгивание через ручей(20 см)»	3/30 мин
32	«Ходьба между мячами, бросание большого мяча вдаль, бег за мячом»	3/30 мин
33	«Бросание мешочков вдаль, подлезание под шнур, прыжки с места через ручеек(10 см,20 см)»	3/30 мин
34	«Бросание мешочков в щиты(1,5 м), подлезание под дуги»	3/30 мин
35	«Перелезание через бревно»	3/30 мин
36	«Прыжки в длину с места в прыжковую яму»	3/30 мин
37	«Бросание малого мяча вдаль от плеча 1 рукой»	2/20 мин
38	«Бросание большого мяча вдаль от груди»	1/10 мин

Всего: 72/18 часов

Младшая группа (ООД в зале)

№ п\п	Тема	Кол-во/мин
1	Обследование уровня развития основных движений	2/30 мин
2	Обследование уровня развития физических качеств	2/30 мин
3	«Ползание в прямом направлении»	1/15 мин
4	«Ползание на ладонях и коленях»	1/15 мин
5	«Подпрыгивание на месте, ползание на ладонях и коленях»	2/30 мин
6	«Бросание большого мяча вдаль, подпрыгивание на месте»	2/30 мин
7	«Ползание по доске, бросание мяча вдаль»	1/15 мин
8	«Прыжки с продвижением вперед, ползание по доске»	1/15 мин
9	«Прыжки с продвижением, ползание на ладонях и коленях по скамейке»	2/30 мин
10	«Перебрасывание большого мяча через ручей»	2/30 мин
11	«Ползание змейкой, катание больших мячей»	2/30 мин
12	«Спрыгивание со скамейки высотой 15 см.»	2/30 мин
13	«Спрыгивание со скамейки, ползание по доске»	1/15 мин
14	«Прокатывание большого мяча, ползание по скамейке»	1/15 мин
15	«Скатывание больших мячей, сбивание кегли»	1/15 мин
16	«Ползание, подлезание»	1/15 мин
17	«Подлезание под шнур, прокатывание мяча»	2/30 мин
18	«Прыжки с мячом зажатым между ног, прокатывание мяча»	2/30 мин
19	«Подлезание под дугу, прыжки в высоту»	2/30 мин
20	«Прокатывание большого мяча под шнур, подлезание»	1/15 мин

21	«Прокатывание большого мяча до стены»	2/30 мин
22	«Влезание на гимнастическую стенку, бег врассыпную»	2/30 мин
23	«Бег врассыпную, спрыгивание со скамейки»	2/30 мин
24	«Бросание мешочка 1 рукой снизу»	1/15 мин
25	«Бросание мешочка 1 рукой снизу, прыжки на месте»	1/15 мин
26	«Прокатывание малого мяча до стены»	2/30 мин
27	«Бросание больших и малых мячей»	2/30 мин
28	«Спрыгивание со скамьи, ползание на ладонях и коленях»	2/30 мин
29	«Бросание мешочка в горизонтальную цель, спрыгивание со скамьи»	2/30 мин
30	«Подлезание под шнур без рук »	2/30 мин
31	«Прыжки в длину с места, подлезание под шнур»	1/15 мин
32	«Ловля большого мяча после отскока, прыжки в длину с места»	1/15 мин
33	«Подбрасывание и ловля большого мяча, прыжки в длину с места»	2/30 мин
34	«Подбрасывание и ловля большого мяча, ходьба приставным шагом»	1/15 мин
35	«Подлезание в обруч на ступнях, прыжки через дорожки»	2/30 мин
36	«Отбивание большого мяча от пола»	2/30 мин
37	«Прыжки через гимнастические палки, лазание по гимнастической стенке»	2/30 мин
38	«Метание мешочков от плеча в стену правой и левой рукой»	2/30 мин
39	«Метание малого мяча в вертикальную цель от плеча»	1/15 мин
40	«Ходьба по скамейке, ползание по наклонной доске, прыжки в длину с места»	2/30 мин
41	«Подъем и спуск по наклонной доске, прыжки в длину с места»	1/15 мин
42	«Метание в горизонтальную цель, спрыгивание с куба»	2/30 мин
43	Обследование уровня развития основных движений	2/30 мин
44	Обследование уровня развития физических качеств	2/30 мин

Всего: 72/18 часов

Средняя группа (ООД в зале)

№ п\п	Тема	Кол-во/мин
1	Обследование уровня развития основных движений	2/40 мин
2	Обследование уровня развития физических качеств	2/40 мин
3	«Подпрыгивание на месте на 2 ногах, подъем по наклонной доске»	1/20 мин
4	«Лазание по наклонной доске»	1/20 мин
5	«Подбрасывание большого мяча перед собой»	1/20 мин
6	«Лазание по наклонной лесенке»	1/20 мин
7	«Прокатывание большого мяча в ворота, подлезание под дуги»	1/20 мин
8	«Прокатывание большого мяча вдаль, прыжки с мячом»	1/20 мин
9	«Прыжки по дорожкам, подтягивание на руках на гимн.скамейке»	1/20 мин
10	«Подтягивание на руках, бег»	1/20 мин
11	«Прокатывание большого мяча, бег»	1/20 мин
12	«Прыжки на месте, ходьба по канату приставным шагом»	1/20 мин
13	«Прыжки через дорожки, подбрасывание и ловля мяча»	1/20 мин
14	«Прыжки из обруча в обруч, подбрасывание и ловля мяча»	1/20 мин
15	«Метание мешочка, подлезание под шнур»	1/20 мин
16	«Метание мешочка, спрыгивание со скамьи»	1/20 мин
17	«Прокатывание малого мяча, спрыгивание с куба в обруч»	1/20 мин
18	«Прокатывание малого мяча, спрыгивание с куба с поворотом»	1/20 мин
19	«Отбивание и ловля мяча, ползание на ладонях и ступнях»	1/20 мин
20	«Подбрасывание и ловля большого мяча, отбивание и ловля, ползание на ступнях и ладонях»	1/20 мин
21	«Подбрасывание мяча и ловля после отскока, бег спиной»	1/20 мин
22	«Подбрасывание и ловля большого мяча, спрыгивание с куба»	1/20 мин
23	«Спрыгивание с куба с поворотом, ползание на ладонях и ступнях»	1/20 мин
24	«Спрыгивание с куба с поворотом, подлезание под шнур»	1/20 мин
25	«Прыжки в высоту, подтягивание на скамейке»	2/40 мин
26	«Прыжки в высоту подтягивание, ходьба приставным шагом»	1/20 мин
27	«Прокатывание малого мяча в ворота»	1/20 мин
28	«Прокатывание малого мяча в ворота, челночный бег»	2/40 мин
29	«Прыжки в длину с места, подбрасывание и ловля большого мяча»	2/40 мин

30	«Спрыгивание со скамейки, перебрасывание и ловля мяча в парах»	1/20 мин
31	«Спрыгивание со скамейки, влезание и спуск по гимн.лестнице»	1/20 мин
32	«Лазание по гимнастич.стенке, подтягивание на скамейке»	2/40 мин
33	« Метание мешочка, ходьба по гимнастической скамейке»	1/20 мин
34	«Метание мешочка в цель, прыжки в длину с места»	1/20 мин
35	«Метание мешочка в цель, ходьба на ладонях и ступнях спиной вниз»	1/20 мин
36	«Прыжки в длину с места, подлезание под дугу»	1/20 мин
37	«Бег из обруча в обруч, подлезание под дугу»	1/20 мин
38	«Прокатывание малого мяча, спрыгивание с куба»	1/20 мин
39	«Спрыгивание с куба с поворотом, прокатывание малого мяча»	1/20 мин
40	«Спрыгивание с куба, подъем по наклонной доске»	1/20 мин
41	«Подъем по наклонной доске, ходьба по гимнастической скамейке»	1/20 мин
42	«Ползание на четвереньках, перебрасывание большого мяча в парах»	1/20 мин
43	«Прокатывание большого мяча, перебрасывание в парах»	1/20 мин
44	«Ползание на ладонях и коленях, на ладонях и ступнях, подтягивание на скамейке»	1/20 мин
45	«Прыжки из обруча в обруч, бросание набивных мячей в парах»	1/20 мин
46	«Прыжки из обруча в обруч, перебрасывание большого мяча в парах»	1/20 мин
47	«Прыжки через ручей ползание, перебрасывание мяча в парах»	1/20 мин
48	«Прыжки в длину с места, бросание малого мяча в цель»	2/40 мин
49	«Перебрасывание большого мяча в парах, переход по гимнастической стенке»	2/40 мин
50	«Бросок большого мяча в цель, вращение скакалок с перешагиванием и перепрыгиванием»	1/20 мин
51	«Бросание большого мяча в корзину, прыжки через скакалку»	2/40 мин
52	«Лазание по гимнастич.стенке, бросание большого мяча о груди, малого мяча снизу»	1/20 мин
53	«Метание малого, большого мяча в корзину, прыжки в длину с места»	1/20 мин
54	«Метание мешочка вдаль, перелезание через бревно»	2/40 мин
55	«Метание мешочка в цель, прыжки в высоту с места»	1/20 мин
56	«Перебрасывание большого мяча в парах, прыжки в высоту с места»	1/20 мин
57	«Метание малого мяча в щит, лазание по гимнастической стенке»	1/20 мин
58	«Лазание по гимнастической стенке, бросание мешочка, малого и большого мяча в горизонтальную цель»	1/20 мин
59	Обследование уровня развития основных движений	2/40 мин
60	Обследование уровня развития физических качеств	2/40 мин

Всего: 72/24 ч

Средняя группа (ООД на улице)

№ п\п	Тема	Кол-во/мин
1	«Равновесие»	1/20 мин
2	«Метание мешочка вдаль»	1/20 мин
3	«Перебрасывание мяча через шнур»	1/20 мин
4	«Прокатывание мяча в ворота»	1/20 мин
5	«Бег с препятствиями»	1/20 мин
6	«Бег с ускорением»	1/20 мин
7	«Ходьба и бег в естественных условиях»	1/20 мин
8	«Запрыгивание на бревно с упором руками»	1/20 мин
9	«Прокатывание большого мяча в парах»	1/20 мин
10	«Бег с разворотом»	1/20 мин
11	«Подлезание под шнур»	1/20 мин
12	«Разные виды бега»	1/20 мин
13	«Равновесие в ходьбе по скамейке»	1/20 мин
14	«Ходьба между предметами»	1/20 мин
15	«Ходьба с препятствиями»	1/20 мин
16	«Ходьба приставным шагом»	1/20 мин
17	«Ходьба скользящим шагом»	1/20 мин
18	«Метание в горизонтальную цель»	1/20 мин
19	«Метание вдаль»	1/20 мин
20	«Метание в вертикальную цель»	1/20 мин

21	«Перебрасывание малого мяча через стенку»	1/20 мин
22	«Перелезание через бревно»	1/20 мин
23	«Лазание по гимнастической стенке»	1/20 мин
24	«Бег со сменой направления»	1/20 мин
25	«Подъем и спуск по гимнастической стенке»	1/20 мин
26	«Метание от плеча 1 рукой»	1/20 мин
27	«Отбивание мяча о стенку»	1/20 мин
28	«Спрыгивание с разной высоты»	1/20 мин
29	«Бросание мяча в корзину»	1/20 мин
30	«Отбивание малого мяча об стенку»	1/20 мин
31	«Бег с ускорением»	1/20 мин
32	«Прыжки с короткой скакалкой»	1/20 мин
33	«Сбей кегли»	1/20 мин
34	«Сбей кеглю мячом»	1/20 мин
35	Обследование уровня развития основных движений	1/20 мин
36	Обследование уровня развития физических качеств	1/20 мин

Всего: 36 /12 часов

Старшая группа (ООД в зале)

№ п\п	Тема	Кол-во /мин
1	Обследование уровня развития основных движений	2/50 мин
2	Обследование уровня развития физических качеств	2/50 мин
3	«Бросание мяча вверх»	2/50 мин
4	«Подлезание под шнур»	2/50 мин
5	«Прыжки в длину с места»	2/50 мин
6	«Побрасывание и отбивание мяча»	2/50 мин
7	«Метание»	2/50 мин
8	«Ползание на ладонях и коленях между шнурами»	2/50 мин
9	«Метание вдаль»	2/50 мин
10	«Пролезание в обруч боком»	2/50 мин
11	«Прыжки в высоту»	2/50 мин
12	«Отбивание и ловля мяча в парах»	2/50 мин
13	«Ходьба по наклонному скату»	2/50 мин
14	«Ведение мяча на месте»	2/50 мин
15	«Прыжки в глубину»	2/50 мин
16	«Подлезание на ступнях без рук»	2/50 мин
17	«Метание в цель»	2/50 мин
18	«Подлезание на предплечьях и коленях»	2/50 мин
19	«Спрыгивание с предмета»	2/50 мин
20	«Подтягивание на скамейке»	2/50 мин
21	«Лазание по гимнастической лестнице»	2/50 мин
22	«Ведение мяча с продвижением»	2/50 мин
23	«Прыжки в длину с места»	2/50 мин
24	«Ведение мяча по прямой»	2/50 мин
25	«Забрасывание мяча в вертикальную цель»	2/50 мин
26	«Прыжки на одной ноге»	2/50 мин
27	«Прыжки на одной ноге с продвижением вперед»	2/50 мин
28	«Запрыгивание на предмет»	2/50 мин
29	«Спрыгивание с поворотом»	2/50 мин
30	«Прыжки высоту с разбега»	2/50 мин
31	«Метание набивного мяча»	2/50 мин
32	«Метание в движущуюся цель»	2/50 мин
33	«Ходьба по шатающейся поверхности»	2/50 мин
34	«Ползание по – пластунски»	2/50 мин
35	Обследование уровня развития основных движений	2/50 мин
36	Обследование уровня развития физических качеств	2/50 мин

Всего: 72/30 часов

Старшая группа (ООД на улице)

№ п\п	Тема	Кол-во /мин
1	Обследование уровня развития основных движений	1/25 мин
2	Обследование уровня развития физических качеств	1/25 мин
3	«Сбивание кеглей»	1/25 мин
4	«Бег врассыпную»	1/25 мин
5	«Подлезание без рук под шнур»	1/25 мин
6	«Вращение обруча»	1/25 мин
7	«Лазание по гимнастической стенке»	1/25 мин
8	«Бег с увертыванием»	1/25 мин
9	«Вис на турнике»	1/25 мин
10	«Прыжки на двух ногах с продвижением вперед»	1/25 мин
11	«Перетягивание каната»	1/25 мин
12	«Бег в разном темпе»	1/25 мин
13	«Перепрыгивание через предметы»	1/25 мин
14	«Ходьба и бег по наклонной поверхности»	1/25 мин
15	«Бег с ускорением»	1/25 мин
16	«Ходьба на лыжах»	1/25 мин
17	«Скольжение по ледяным дорожкам»	1/25 мин
18	«Хоккей »	1/25 мин
19	«Метание в движущуюся цель»	1/25 мин
20	«Метание из-за головы вдаль»	1/25 мин
21	«Перебрасывание малого мяча через стенку»	1/25 мин
22	«Перелезание через бревно»	1/25 мин
23	«Лазание по гимнастической стенке»	1/25 мин
24	«Бег со сменой направления»	1/25 мин
25	«Подъем и спуск по гимнастической стенке»	1/25 мин
26	«Метание от плеча одной рукой»	1/25 мин
27	«Отбивание мяча о стенку»	1/25 мин
28	«Спрыгивание с разной высоты»	1/25 мин
29	«Бросание мяча в корзину»	1/25 мин
30	«Отбивание малого мяча об стенку»	1/25 мин
31	«Бег с ускорением»	1/25 мин
32	«Прыжки с короткой скакалкой»	1/25 мин
33	«Сбей кегли»	1/25 мин
34	«Сбей кеглю мячом»	1/25 мин
35	Обследование уровня развития основных движений	1/25 мин
36	Обследование уровня развития физических качеств	1/25 мин

Всего: 36 /15 часов

Подготовительная группа (ООД в зале)

№ п\п	Тема	Кол-во /мин
1	Обследование уровня развития основных движений	2/1 час
2	Обследование уровня развития физических качеств	2/1 час
3	«Подпрыгивание на месте с разной силой отталкивания»	2/1 час
4	«Подбрасывание мяча перед собой»	2/1 час
5	«Прыжки с продвижением вперед»	2/1 час
6	«Подлезание»	2/1 час
7	«Прыжки в длину с места»	2/1 час
8	«Ведение мяча между предметами»	2/1 час
9	«Ведение мяча и забрасывание в корзину»	2/1 час
10	«Прыжки в высоту с разбега»	2/1 час
11	«Ведение мяча и передача его партнеру»	2/1 час
12	«Подтягивание на скамейке»	2/1 час
13	«Бег из разных исходных положений»	2/1 час
14	«Метание вдаль из-за плеча одной рукой»	2/1 час

15	«Метание от груди вдаль»	2/1 час
16	«Прыжки на куб с разбега»	2/1 час
17	«Ходьба по качающейся скамейке»	2/1 час
18	«Кувырок вперед»	2/1 час
19	«Прыжки в длину с разбега»	2/1 час
20	«Подтягивание на скамейке»	2/1 час
21	«Лазание по гимнастической лестнице»	2/1 час
22	«Ведение мяча с продвижением»	2/1 час
23	«Прыжки в длину с места»	2/1 час
24	«Ведение мяча по прямой»	2/1 час
25	«Забрасывание мяча в вертикальную цель»	2/1 час
26	«Прыжки на одной ноге»	2/1 час
27	«Прыжки на одной ноге с продвижением вперед»	2/1 час
28	«Запрыгивание на предмет»	2/1 час
29	«Спрыгивание с поворотом»	2/1 час
30	«Прыжки высоту с разбега»	2/1 час
31	«Метание набивного мяча»	2/1 час
32	«Метание в движущуюся цель»	2/1 час
33	«Ходьба по шатающейся поверхности»	2/1 час
34	«Ползание по – пластунски»	2/1 час
35	Обследование уровня развития основных движений	2/1 час
36	Обследование уровня развития физических качеств	2/1 час

Всего: 72/36 часов

Подготовительная группа (ООД на улице)

№ п\п	Тема	Кол-во /мин
1	Обследование уровня развития основных движений	1/30 мин
2	Обследование уровня развития физических качеств	1/30 мин
3	«Метание вдаль»	1/30 мин
4	«Разные виды прыжков»	1/30 мин
5	«Метание вдаль с замахом»	1/30 мин
6	«Прыжки в высоту с места»	1/30 мин
7	«Прыжки в длину с места»	1/30 мин
8	«Перелезание через бревно с замахом ноги»	1/30 мин
9	«Прыжки на двух ногах с продвижением вперед»	1/30 мин
10	«Перетягивание каната»	1/30 мин
11	«Бег в разном темпе»	1/30 мин
12	«Перепрыгивание через предметы»	1/30 мин
13	«Ходьба и бег по наклонной поверхности»	1/30 мин
14	«Бег с ускорением»	1/30 мин
15	«Ходьба на лыжах»	1/30 мин
16	«Скольжение по ледяным дорожкам»	1/30 мин
17	«Хоккей »	1/30 мин
18	«Метание в движущуюся цель»	1/30 мин
19	«Метание из-за головы вдаль»	1/30 мин
20	«Перебрасывание малого мяча через стенку»	1/30 мин
21	«Перелезание через бревно»	1/30 мин
22	«Лазание по гимнастической стенке»	1/30 мин
23	«Бег со сменой направления»	1/30 мин
24	«Подъем и спуск по гимнастической стенке»	1/30 мин
25	«Метание от плеча одной рукой»	1/30 мин
26	«Отбивание мяча о стенку»	1/30 мин
27	«Спрыгивание с разной высоты»	1/30 мин
28	«Бросание мяча в корзину»	1/30 мин
29	«Отбивание малого мяча об стенку»	1/30 мин
30	«Бег с ускорением»	1/30 мин
31	«Прыжки с короткой скакалкой»	1/30 мин
32	«Сбей кегли»	1/30 мин

33	«Сбей кеглю мячом»	1/30 мин
34	«Ползание по – пластунски»	1/30 мин
35	Обследование уровня развития основных движений	1/30 мин
36	Обследование уровня развития физических качеств	1/30 мин

Всего: 36 /18 часов

2.2.Перспективно-тематический план

Организованная образовательная деятельность

Группа раннего возраста

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *Обследование уровня развития основных движений.* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *ООД №1* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; в подвижной игре «Большая птица» учить детей выполнять движения по сигналу к началу и окончанию действий.* *2. Развивать ориентировку в пространстве через подвижные игры.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1*	***Тема:*** *ООД №2* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подлезании под препятствия, не задевая их; учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; в подвижной игре «Солнышко и дождик» учить детей действовать по сигналу.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве через подвижные игры; силу мышц ног при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 2*	***Тема:*** *ООД №3* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить друг за другом, по ограниченному пространству; учить детей энергичному отталкиванию большого мяча; в подвижной игре «Бегите ко мне» упражнять детей в мягком, легком беге в прямом направлении.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве в ходьбе и беге друг за другом, в подвижной игре: силу мышц рук при прокатывании большого мяча; мышцы ног в ползании за мячом.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 3*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *Обследование уровня развития основных движений.* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *ООД №1* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; в подвижной игре «Большая птица» учить детей выполнять движения по сигналу к началу и окончанию действий.* *2. Развивать ориентировку в пространстве через подвижные игры.*	***Тема:*** *ООД №2* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подлезании под препятствия, не задевая их; учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; в подвижной игре «Солнышко и дождик» учить детей действовать по сигналу.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве через подвижные игры; силу*	***Тема:*** *ООД №3* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить друг за другом, по ограниченному пространству; учить детей энергичному отталкиванию большого мяча; в подвижной игре «Бегите ко мне» упражнять детей в мягком, легком беге в прямом направлении.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве*

		3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1*	*мышц ног при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 2*	*в ходьбе и беге друг за другом, в подвижной игре: силу мышц рук при прокатывании большого мяча; мышцы ног в ползании за мячом.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 3*
Физическая культура №3 **(в зале)**	***Тема:*** *Обследование уровня развития основных движений.* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *ООД №1* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить и бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; в подвижной игре «Большая птица» учить детей выполнять движения по сигналу к началу и окончанию действий.* *2. Развивать ориентировку в пространстве через подвижные игры.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1*	***Тема:*** *ООД №2* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подлезании под препятствия, не задевая их; учить детей бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга; в подвижной игре «Солнышко и дождик» учить детей действовать по сигналу.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве через подвижные игры; силу мышц ног при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 2*	***Тема:*** *ООД №3* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить друг за другом, по ограниченному пространству; учить детей энергичному отталкиванию большого мяча; в подвижной игре «Бегите ко мне» упражнять детей в мягком, легком беге в прямом направлении.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве в ходьбе и беге друг за другом, в подвижной игре: силу мышц рук при прокатывании большого мяча; мышцы ног в ползании за мячом.* *3.Воспитывать у детей умение действовать совместно со взрослыми и детьми.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 3*
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 4* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в полезании под шнур, не задевая препятствие; учить детей энергично отталкивать*	***Тема:*** *ООД № 5* ***Цель:*** *1.Учить детей во время ходьбы энергично размахивать руками вперед- назад; упражнять в умении энергично*	***Тема:*** *ООД № 6* ***Цель:*** *1.В подпрыгивании на месте на двух ногах учить детей приземляться мягко на переднюю часть стопы; в*	***Тема:*** *ООД № 7* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять пружинистые движения в коленях при выполнении приземления в*

	большой мяч при прокатывании. *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу в подвижной игре «Автомобили»; силу мышц рук при прокатывании мяча.* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 4*	*отталкивать мяч вперед-вверх при перебрасывании через натянутый шнур; в подвижной игре «Автомобили» упражнять детей в беге с ускорением и замедлением.* *2.Развивать у детей силу мышц рук, ловкость при перебрасывании малого мяча одной рукой; ориентировку в пространстве, быстроту в подвижной игре «Автомобили».* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5*	*подвижной игре «Догони мяч» упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча и быстром ползании.* *2.Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе, беге, перестроении в круг; ловкость, быстроту, силу мышц рук в игре «Догони мяч».* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 6*	*прыжках, закреплять умение приземляться на переднюю часть стопы; упражнять детей в умении выполнять бросок большим мячом в заданном направлении; в подвижной игре «Кот и мыши» учить детей бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.* *2. Развивать у детей силу мышц ног в прыжках на месте; силу мышц рук, глазомер при броске мяча в корзину; ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3. Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 7*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 4* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в полезании под шнур, не задевая препятствие; учить детей энергично отталкивать большой мяч при прокатывании.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу в подвижной игре «Автомобили»; силу мышц рук при прокатывании мяча.* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 4*	***Тема:*** *ООД № 5* ***Цель:*** *1.Учить детей во время ходьбы энергично размахивать руками вперед- назад; упражнять в умении энергично отталкивать мяч вперед-вверх при перебрасывании через натянутый шнур; в подвижной игре «Автомобили» упражнять детей в беге с ускорением и замедлением.* *2.Развивать у детей силу мышц рук, ловкость при перебрасывании малого мяча одной рукой; ориентировку в пространстве, быстроту в подвижной игре «Автомобили».* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5*	***Тема:*** *ООД № 6* ***Цель:*** *1.В подпрыгивании на месте на двух ногах учить детей приземляться мягко на переднюю часть стопы; в подвижной игре «Догони мяч» упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча и быстром ползании.* *2.Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе, беге, перестроении в круг; ловкость, быстроту, силу мышц рук в игре «Догони мяч».* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 6*	***Тема:*** *ООД № 7* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять пружинистые движения в коленях при выполнении приземления в прыжках, закреплять умение приземляться на переднюю часть стопы; упражнять детей в умении выполнять бросок большим мячом в заданном направлении; в подвижной игре «Кот и мыши» учить детей бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.* *2. Развивать у детей силу мышц ног в прыжках на месте; силу мышц рук, глазомер при броске мяча в корзину; ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3. Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:***

				Технологическая карта ООД № 7
Физическая культура №3 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 4* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в полезании под шнур, не задевая препятствие; учить детей энергично отталкивать большой мяч при прокатывании.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу в подвижной игре «Автомобили»; силу мышц рук при прокатывании мяча.* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 4*	***Тема:*** *ООД № 5* ***Цель:*** *1.Учить детей во время ходьбы энергично размахивать руками вперед- назад; упражнять в умении энергично отталкивать мяч вперед-вверх при перебрасывании через натянутый шнур; в подвижной игре «Автомобили» упражнять детей в беге с ускорением и замедлением.* *2.Развивать у детей силу мышц рук, ловкость при перебрасывании малого мяча одной рукой; ориентировку в пространстве, быстроту в подвижной игре «Автомобили».* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5*	***Тема:*** *ООД № 6* ***Цель:*** *1.В подпрыгивании на месте на двух ногах учить детей приземляться мягко на переднюю часть стопы; в подвижной игре «Догони мяч» упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча и быстром ползании.* *2.Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе, беге, перестроении в круг; ловкость, быстроту, силу мышц рук в игре «Догони мяч».* *3.Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 6*	***Тема:*** *ООД № 7* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять пружинистые движения в коленях при выполнении приземления в прыжках, закреплять умение приземляться на переднюю часть стопы; упражнять детей в умении выполнять бросок большим мячом в заданном направлении; в подвижной игре «Кот и мыши» учить детей бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.* *2. Развивать у детей силу мышц ног в прыжках на месте; силу мышц рук, глазомер при броске мяча в корзину; ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3. Воспитывать у детей желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 7*
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 8* ***Цель:*** *1.Учить детей сочетать пружинистые полуприседания с подпрыгиваниями на месте на двух ногах; упражнять в подлезании под дугу высотой 40 см., не задевая препятствия; в подвижной игре «Догони мяч» побуждать детей к сильному броску.* *2.Развивать у детей силу*	***Тема****: ООД № 9* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении энергичного броска малого мяча одной рукой через шнур;в подвижной игре «Кот и мыши» упражнять детей в легкости бега.* *2.Развивать у детей силу мышц рук при бросании малого мяча; перекрестную координацию при ползании и подлезании; в подвижной игре*	***Тема:*** *ООД № 10* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять энергичное бросание мешочков одной и другой рукой;.упражнять детей в мягком приземлении на полусогнутые ноги, на носки при перепрыгивании через шнур; в подвижной игре «Солнышко и дождик» упражнять детей в быстром беге из необычного и.п.*	***Тема:*** *ООД № 11* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном броске мешочков через шнур на высоте 60 см. от пола, побуждая к использованию броска от плеча одной рукой, выпуску снаряда по дугообразной траектории; упражнять в ритмичности подпрыгиваний на месте на двух ногах в подвижной игре «Мой веселый звонкий*

	мышц рук, быстроту, ориентировку в пространстве в подвижной игре;силу мышц ног в прыжках на месте. *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 8*	*умение ориентироваться в пространстве.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9*	*2.Развивать силу мышц рук при бросании мешочков вдаль одной рукой;силу мышц ног в прыжках через шнур;ориентировку в пространстве,быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 10*	*мяч»,мягким приземлением на полусогнутые ноги.* *2.Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе с высоким подниманием ног;силу мышц рук при бросании мешочков вдаль одной рукой;силу мышц ног в подпрыгиваниях; перекрестную координацию при подлезании.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 11*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 8* ***Цель:*** *1.Учить детей сочетать пружинистые полуприседания с подпрыгиваниями на месте на двух ногах; упражнять в подлезании под дугу высотой 40 см., не задевая препятствия; в подвижной игре «Догони мяч» побуждать детей к сильному броску.* *2.Развивать у детей силу мышц рук, быстроту, ориентировку в пространстве в подвижной игре;силу мышц ног в прыжках на месте.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 8*	***Тема****: ООД № 9* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении энергичного броска малого мяча одной рукой через шнур;в подвижной игре «Кот и мыши» упражнять детей в легкости бега.* *2.Развивать у детей силу мышц рук при бросании малого мяча; перекрестную координацию при ползании и подлезании; в подвижной игре умение ориентироваться в пространстве.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9*	***Тема:*** *ООД № 10* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять энергичное бросание мешочков одной и другой рукой;.упражнять детей в мягком приземлении на полусогнутые ноги, на носки при перепрыгивании через шнур; в подвижной игре «Солнышко и дождик» упражнять детей в быстром беге из необычного и.п.* *2.Развивать силу мышц рук при бросании мешочков вдаль одной рукой;силу мышц ног в прыжках через шнур;ориентировку в пространстве,быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 10*	***Тема:*** *ООД № 11* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном броске мешочков через шнур на высоте 60 см. от пола, побуждая к использованию броска от плеча одной рукой, выпуску снаряда по дугообразной траектории; упражнять в ритмичности подпрыгиваний на месте на двух ногах в подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»,мягким приземлением на полусогнутые ноги.* *2.Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе с высоким подниманием ног;силу мышц рук при бросании мешочков вдаль одной рукой;силу мышц ног в подпрыгиваниях; перекрестную координацию при подлезании.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №*

				11
Физическая культура №3 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 8* ***Цель:*** *1.Учить детей сочетать пружинистые полуприседания с подпрыгиваниями на месте на двух ногах; упражнять в подлезании под дугу высотой 40 см., не задевая препятствия; в подвижной игре «Догони мяч» побуждать детей к сильному броску.* *2.Развивать у детей силу мышц рук, быстроту, ориентировку в пространстве в подвижной игре;силу мышц ног в прыжках на месте.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 8*	***Тема:*** *ООД № 9* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении энергичного броска малого мяча одной рукой через шнур;в подвижной игре «Кот и мыши» упражнять детей в легкости бега.* *2.Развивать у детей силу мышц рук при бросании малого мяча; перекрестную координацию при ползании и подлезании; в подвижной игре умение ориентироваться в пространстве.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9*	***Тема:*** *ООД № 10* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять энергичное бросание мешочков одной и другой рукой;.упражнять детей в мягком приземлении на полусогнутые ноги, на носки при перепрыгивании через шнур; в подвижной игре «Солнышко и дождик» упражнять детей в быстром беге из необычного и.п.* *2.Развивать силу мышц рук при бросании мешочков вдаль одной рукой;силу мышц ног в прыжках через шнур;ориентировку в пространстве,быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 10*	***Тема:*** *ООД № 11* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном броске мешочков через шнур на высоте 60 см. от пола, побуждая к использованию броска от плеча одной рукой, выпуску снаряда по дугообразной траектории; упражнять в ритмичности подпрыгиваний на месте на двух ногах в подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»,мягким приземлением на полусогнутые ноги.* *2.Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе с высоким подниманием ног;силу мышц рук при бросании мешочков вдаль одной рукой;силу мышц ног в подпрыгиваниях; перекрестную координацию при подлезании.* *3.Воспитывать у детей желание действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 11*
Месяц: Декабрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 12* ***Цель:****1.При прокатывании большого мяча упражнять детей в энергичном отталкивании двумя руками; упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжков в обруч; в подвижной игре «Кролики» упражнять детей в подлезании, не задевая*	***Тема:*** *ООД № 13* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении придавать мячу определенное направление при прокатывании большого мяча;учить детей энергично отталкиваться и мягко приземляться в прыжках из обруча в обруч; в подвижной игре «Кролики» упражнять в*	***Тема:*** *ООД № 14* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в прокатывании маленького мяча одной рукой, энергично отталкивая, используя бросок снизу; упражнять в умении мягко приземляться при выполнении ритмичных подпрыгиваний на месте на двух ногах в подвижной игре*	***Тема:*** *ООД № 15* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подлезании под разные высоты, не задевая препятствия; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» развивать умения бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей функцию*

	препятствия. *2.Развивать силу мышц рук при прокатывании большого мяча;силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч; перекрестную координацию при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 12*	*умении подлезать, не задевая препятствия.* *2.Развивать у детей глазомер,силу мышц рук при прокатывании большого мяча ; силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч; перекрестную координацию при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13*	*«Мой веселый звонкий мяч».* *2.Развивать у детей глазомер,силу мышц рук при прокатывании малого мяча; силу мышц ног в подпрыгиваниях; перекрестную координацию при ползании.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 14*	*равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке;перекрестную координацию при ползании и подлезании; ориентировку в пространстве, быстроту, внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 12* ***Цель:****1.При прокатывании большого мяча упражнять детей в энергичном отталкивании двумя руками; упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжков в обруч; в подвижной игре «Кролики» упражнять детей в подлезании, не задевая препятствия.* *2.Развивать силу мышц рук при прокатывании большого мяча;силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч; перекрестную координацию при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 12*	***Тема:*** *ООД № 13* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении придавать мячу определенное направление при прокатывании большого мяча;учить детей энергично отталкиваться и мягко приземляться в прыжках из обруча в обруч; в подвижной игре «Кролики» упражнять в умении подлезать, не задевая препятствия.* *2.Развивать у детей глазомер,силу мышц рук при прокатывании большого мяча ; силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч; перекрестную координацию при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13*	***Тема:*** *ООД № 14* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в прокатывании маленького мяча одной рукой, энергично отталкивая, используя бросок снизу; упражнять в умении мягко приземляться при выполнении ритмичных подпрыгиваний на месте на двух ногах в подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч».* *2.Развивать у детей глазомер,силу мышц рук при прокатывании малого мяча; силу мышц ног в подпрыгиваниях; перекрестную координацию при ползании.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 14*	***Тема:*** *ООД № 15* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подлезании под разные высоты, не задевая препятствия; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» развивать умения бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке;перекрестную координацию при ползании и подлезании; ориентировку в пространстве, быстроту, внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15*
Физическая культура №3 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 12* ***Цель:****1.При прокатывании*	***Тема:*** *ООД № 13* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в*	***Тема:*** *ООД № 14* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в*	***Тема:*** *ООД № 15* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в*

	большого мяча упражнять детей в энергичном отталкивании двумя руками; упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжков в обруч; в подвижной игре «Кролики» упражнять детей в подлезании, не задевая препятствия. *2.Развивать силу мышц рук при прокатывании большого мяча;силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч; перекрестную координацию при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 12*	*умении придавать мячу определенное направление при прокатывании большого мяча;учить детей энергично отталкиваться и мягко приземляться в прыжках из обруча в обруч; в подвижной игре «Кролики» упражнять в умении подлезать, не задевая препятствия.* *2.Развивать у детей глазомер,силу мышц рук при прокатывании большого мяча ; силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч; перекрестную координацию при подлезании под шнур.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13*	*прокатывании маленького мяча одной рукой, энергично отталкивая, используя бросок снизу; упражнять в умении мягко приземляться при выполнении ритмичных подпрыгиваний на месте на двух ногах в подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч».* *2.Развивать у детей глазомер,силу мышц рук при прокатывании малого мяча; силу мышц ног в подпрыгиваниях; перекрестную координацию при ползании.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 14*	*подлезании под разные высоты, не задевая препятствия; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» развивать умения бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке;перекрестную координацию при ползании и подлезании; ориентировку в пространстве, быстроту, внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с действиями сверстников.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15*
Месяц: Январь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	*Зимние каникулы*	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 16* ***Цель:*** *1.Учить детей пользоваться дугообразной траекторией при бросании большого мяча вдаль, побуждая детей для увеличения силы броска использовать переход из положения сидя на пятках в положение стоя на коленях; упражнять в подлезании в ограниченном пространстве, не задевая препятствие; в подвижной игре «Зайка беленький сидит» познакомить детей с действиями в*	***Тема:*** *ООД № 17* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжков в длину с места; в подвижной игре «Добрось мяч до стены» приучать детей для энергичного броска использовать движения ног и туловища.* *2.Развивать функцию равновесия и умение ползать на ладонях и коленях в ограниченном пространстве; в подвижной игре развивать силу мышц рук.*

			соответствии с текстом. *2.Развивать функцию равновесия при подлезании под шнур, развивать силу мышц рук при бросании мяча вдаль.* *3.В подвижной игре воспитывать у детей умение действовать сообща в соответствии с текстом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 16*	*3.Воспитывать у детей умение действовать и играть сообща, выполнять движения по сигналу взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17*
Физическая культура №2 (в зале)	*Зимние каникулы*	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 16* ***Цель:*** *1.Учить детей пользоваться дугообразной траекторией при бросании большого мяча вдаль, побуждая детей для увеличения силы броска использовать переход из положения сидя на пятках в положение стоя на коленях; упражнять в подлезании в ограниченном пространстве, не задевая препятствие; в подвижной игре «Зайка беленький сидит» познакомить детей с действиями в соответствии с текстом.* *2.Развивать функцию равновесия при подлезании под шнур, развивать силу мышц рук при бросании мяча вдаль.* *3.В подвижной игре воспитывать у детей умение действовать сообща в соответствии с текстом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 16*	***Тема:*** *ООД № 17* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжков в длину с места; в подвижной игре «Добрось мяч до стены» приучать детей для энергичного броска использовать движения ног и туловища.* *2.Развивать функцию равновесия и умение ползать на ладонях и коленях в ограниченном пространстве; в подвижной игре развивать силу мышц рук.* *3.Воспитывать у детей умение действовать и играть сообща, выполнять движения по сигналу взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17*
Физическая культура №3 (в зале)	*Зимние каникулы*	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 16* ***Цель:*** *1.Учить детей*	***Тема:*** *ООД № 17* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в*

			пользоваться дугообразной траекторией при бросании большого мяча вдаль, побуждая детей для увеличения силы броска использовать переход из положения сидя на пятках в положение стоя на коленях; упражнять в подлезании в ограниченном пространстве, не задевая препятствие; в подвижной игре «Зайка беленький сидит» познакомить детей с действиями в соответствии с текстом. *2.Развивать функцию равновесия при подлезании под шнур, развивать силу мышц рук при бросании мяча вдаль.* *3.В подвижной игре воспитывать у детей умение действовать сообща в соответствии с текстом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 16*	*мягком приземлении при выполнении прыжков в длину с места; в подвижной игре «Добрось мяч до стены» приучать детей для энергичного броска использовать движения ног и туловища.* *2.Развивать функцию равновесия и умение ползать на ладонях и коленях в ограниченном пространстве; в подвижной игре развивать силу мышц рук.* *3.Воспитывать у детей умение действовать и играть сообща, выполнять движения по сигналу взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17*
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 18* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места упражнять детей в энергичном отталкивании одновременно двумя ногами; упражнять детей в умении при броске маленьким мячом придавать полету нужное направление; в подвижной игре «Кролики» упражнять детей в умении подлезать, не задевая препятствие.* *2.Развивать глазомер при*	***Тема:*** *ООД № 19* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном броске малого мяча вдаль одной рукой от плеча; в подвижной игре упражнять детей в быстром переходе от подлезания к бегу.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по гимнастической стенке; развивать ориентировку в пространстве в подвижной игре «Кролики», силу мышц рук*	***Тема:*** *ООД № 20* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении различать действия по названию; упражнять детей в прыжках в длину с места, умении пользоваться энергичным отталкиванием и мягким приземлением.* *2.Развивать ориентировку в пространстве через подвижную игру «Принеси предмет»; развивать равновесие при ходьбе и*	***Тема:*** *ООД № 21* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении энергично выпускать предмет при броске большого мяча вдаль; упражнять в быстром ползании на ладонях и коленях; в подвижной игре закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать силу мышц рук и глазомер при броске большого мяча вдаль; развивать*

	броске мячом в манеж, ориентировку в пространстве в подвижной игре. *3. В подвижной игре «Кролики» воспитывать умение начинать действия по сигналу взрослого, от установленного места.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 18*	*при бросании мяча.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, быстро реагировать на звуковой сигнал.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19*	*ползании по гимнастической скамейке.* *3.В подвижной игре «Принеси предмет» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, точно выполнять указания взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 20*	*быстроту при ползании на ладонях и коленях.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать сообща, в соответствии с сигналами, меняя направление движения или тормозя свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 18* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места упражнять детей в энергичном отталкивании одновременно двумя ногами; упражнять детей в умении при броске маленьким мячом придавать полету нужное направление; в подвижной игре «Кролики» упражнять детей в умении подлезать, не задевая препятствие.* *2.Развивать глазомер при броске мячом в манеж, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3. В подвижной игре «Кролики» воспитывать умение начинать действия по сигналу взрослого, от установленного места.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 18*	***Тема:*** *ООД № 19* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном броске малого мяча вдаль одной рукой от плеча; в подвижной игре упражнять детей в быстром переходе от подлезания к бегу.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по гимнастической стенке; развивать ориентировку в пространстве в подвижной игре «Кролики», силу мышц рук при бросании мяча.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, быстро реагировать на звуковой сигнал.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19*	***Тема:*** *ООД № 20* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении различать действия по названию; упражнять детей в прыжках в длину с места, умении пользоваться энергичным отталкиванием и мягким приземлением.* *2.Развивать ориентировку в пространстве через подвижную игру «Принеси предмет»; развивать равновесие при ходьбе и ползании по гимнастической скамейке.* *3.В подвижной игре «Принеси предмет» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, точно выполнять указания взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 20*	***Тема:*** *ООД № 21* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении энергично выпускать предмет при броске большого мяча вдаль; упражнять в быстром ползании на ладонях и коленях; в подвижной игре закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать силу мышц рук и глазомер при броске большого мяча вдаль; развивать быстроту при ползании на ладонях и коленях.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать сообща, в соответствии с сигналами, меняя направление движения или тормозя свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21*
Физическая культура №3 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 18* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места упражнять детей в энергичном отталкивании одновременно двумя ногами;*	***Тема:*** *ООД № 19* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном броске малого мяча вдаль одной рукой от плеча; в подвижной игре упражнять*	***Тема:*** *ООД № 20* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении различать действия по названию; упражнять детей в прыжках в длину с места,*	***Тема:*** *ООД № 21* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении энергично выпускать предмет при броске большого мяча вдаль; упражнять в*

	упражнять детей в умении при броске маленьким мячом придавать полету нужное направление; в подвижной игре «Кролики» упражнять детей в умении подлезать, не задевая препятствие. *2.Развивать глазомер при броске мячом в манеж, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3. В подвижной игре «Кролики» воспитывать умение начинать действия по сигналу взрослого, от установленного места.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 18*	*детей в быстром переходе от подлезания к бегу.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по гимнастической стенке; развивать ориентировку в пространстве в подвижной игре «Кролики», силу мышц рук при бросании мяча.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, быстро реагировать на звуковой сигнал.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19*	*умении пользоваться энергичным отталкиванием и мягким приземлением.* *2.Развивать ориентировку в пространстве через подвижную игру «Принеси предмет»; развивать равновесие при ходьбе и ползании по гимнастической скамейке.* *3.В подвижной игре «Принеси предмет» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, точно выполнять указания взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 20*	*быстром ползании на ладонях и коленях; в подвижной игре закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать силу мышц рук и глазомер при броске большого мяча вдаль; развивать быстроту при ползании на ладонях и коленях.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать сообща, в соответствии с сигналами, меняя направление движения или тормозя свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21*
Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 22* ***Цель:*** *1.В прыжках на двух ногах с продвижением вперед упражнять детей в энергичном отталкивании и мягком приземлении; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» закреплять умение пользоваться круговым хватом при держании палки.* *2.При ползании по гимнастической скамейке развивать умение сохранять равновесие, уверенно действовать на возвышении.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать сообща, бегать*	***Тема:*** *ООД № 23* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча от груди двумя руками из разных положений; упражнять в умении выполнять подлезание под шнуры, натянутые на высоте 40 и 50 см., не задевая их; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» закреплять умение использовать стойку на палке серединой стопы или круговой хват палки руками.* *2.Развивать силу мышц рук при броске большого мяча вдаль; развивать равновесие в стойке на гимнастической палке.* *3.В подвижной игре*	***Тема:*** *ООД № 24* ***Цель:*** *1.Учить детей при лазании по гимнастической стенке захватывать рейку круговым хватом руки и ставить ноги на рейку серединой стопы; в прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами и мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки.* *2.Через подвижную игру «Кролики» развивать быстроту перехода от подлезания к бегу, мелкую моторику при захвате мелких предметов; ловкость и*	***Тема:*** *ООД № 25* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять отталкивание одновременно двумя ногами в прыжках в длину с места; познакомить с правилами игры «Лохматый пес».* *2.Развивать функцию равновесия при ползании на ладонях и коленях по гимнастической скамейке, формировать уверенность в действиях на высоте.* *3.В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать у детей умение давать оценку своим действиям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №*

	врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 22*	*«Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение оценивать свои действия в соответствии с требованиями взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23*	*равновесие при лазании по гимнастической стенке.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 24*	*25*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 22* ***Цель:*** *1.В прыжках на двух ногах с продвижением вперед упражнять детей в энергичном отталкивании и мягком приземлении; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» закреплять умение пользоваться круговым хватом при держании палки.* *2.При ползании по гимнастической скамейке развивать умение сохранять равновесие, уверенно действовать на возвышении.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать сообща, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 22*	***Тема:*** *ООД № 23* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча от груди двумя руками из разных положений; упражнять в умении выполнять подлезание под шнуры, натянутые на высоте 40 и 50 см., не задевая их; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» закреплять умение использовать стойку на палке серединой стопы или круговой хват палки руками.* *2.Развивать силу мышц рук при броске большого мяча вдаль; развивать равновесие в стойке на гимнастической палке.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение оценивать свои действия в соответствии с требованиями взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23*	***Тема:*** *ООД № 24* ***Цель:*** *1.Учить детей при лазании по гимнастической стенке захватывать рейку круговым хватом руки и ставить ноги на рейку серединой стопы; в прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами и мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки.* *2.Через подвижную игру «Кролики» развивать быстроту перехода от подлезания к бегу, мелкую моторику при захвате мелких предметов; ловкость и равновесие при лазании по гимнастической стенке.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 24*	***Тема:*** *ООД № 25* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять отталкивание одновременно двумя ногами в прыжках в длину с места; познакомить с правилами игры «Лохматый пес».* *2.Развивать функцию равновесия при ползании на ладонях и коленях по гимнастической скамейке, формировать уверенность в действиях на высоте.* *3.В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать у детей умение давать оценку своим действиям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 25*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 22*	***Тема:*** *ООД № 23*	***Тема:*** *ООД № 24*	***Тема:*** *ООД № 25*

(в зале)	***Цель:*** *1.В прыжках на двух ногах с продвижением вперед упражнять детей в энергичном отталкивании и мягком приземлении; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» закреплять умение пользоваться круговым хватом при держании палки.* *2.При ползании по гимнастической скамейке развивать умение сохранять равновесие, уверенно действовать на возвышении.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать сообща, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, быстро реагировать на сигнал.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 22*	***Цель:*** *1.Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча от груди двумя руками из разных положений; упражнять в умении выполнять подлезание под шнуры, натянутые на высоте 40 и 50 см., не задевая их; в подвижной игре «Воробушки и автомобиль» закреплять умение использовать стойку на палке серединой стопы или круговой хват палки руками.* *2.Развивать силу мышц рук при броске большого мяча вдаль; развивать равновесие в стойке на гимнастической палке.* *3.В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение оценивать свои действия в соответствии с требованиями взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23*	***Цель:*** *1.Учить детей при лазании по гимнастической стенке захватывать рейку круговым хватом руки и ставить ноги на рейку серединой стопы; в прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами и мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки.* *2.Через подвижную игру «Кролики» развивать быстроту перехода от подлезания к бегу, мелкую моторику при захвате мелких предметов; ловкость и равновесие при лазании по гимнастической стенке.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 24*	***Цель:*** *1.Учить детей выполнять отталкивание одновременно двумя ногами в прыжках в длину с места; познакомить с правилами игры «Лохматый пес».* *2.Развивать функцию равновесия при ползании на ладонях и коленях по гимнастической скамейке, формировать уверенность в действиях на высоте.* *3.В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать у детей умение давать оценку своим действиям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 25*
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 26* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении пользоваться круговым хватом руками и ставить ногу на рейку серединой стопы при лазанье по гимнастической стенке; формировать умение выполнять подлезание под дугу высотой 40 см., не задевая препятствие; в подвижной игре «Догони мяч» побуждать*	***Тема:*** *ООД № 27* ***Цель:*** *1.В прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами, мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подлезании под препятствия различной высоты формировать умение менять наклон головы с учетом*	***Тема:*** *ООД № 28* ***Цель:****1.Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, не пропуская рейки, пользуясь круговым хватом руками и ставя ступни ног в упоре серединой; учить детей энергично отталкивать мяч при бросании вдаль, выполняя небольшой замах рукой; познакомить с игрой «Птички*	***Тема:*** *ООД № 29* ***Цель:*** *1.В подпрыгиваниях на месте закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами, мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подлезании под препятствия различной высоты упражнять детей в умении менять наклон головы с учетом высоты*

	детей к энергичному отталкиванию большого мяча от груди двумя руками. *2.Развивать функцию равновесия при лазании по гимнастической стенке, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Догони мяч» воспитывать у детей умение самостоятельно выбирать способ выполнения движения.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 26*	*высоты препятствия; в подвижной игре «Догони мяч» развивать у детей умение энергично отталкивать мяч от груди двумя руками.* *2.Развивать ориентировку в пространстве при перестроениях и построениях, ловкость при подлезании под препятствия, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Догони мяч» воспитывать у детей умение давать оценку своим действиям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27*	*в гнездышках».* *2.Развивать функцию равновесия при перешагивании через палки, ориентировку в пространстве и быстроту через подвижную игру.* *3.В подвижной игре «Птички в гнездышках» воспитывать у детей умение действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 28*	*препятствия.* *2.Развивать глазомер при забрасывании шишек в коробку; функцию равновесия при ходьбе по доске; быстроту; увертливость, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в создании условий для выполнения упражнений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 29*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 26* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении пользоваться круговым хватом руками и ставить ногу на рейку серединой стопы при лазанье по гимнастической стенке; формировать умение выполнять подлезание под дугу высотой 40 см., не задевая препятствие; в подвижной игре «Догони мяч» побуждать детей к энергичному отталкиванию большого мяча от груди двумя руками.* *2.Развивать функцию равновесия при лазании по гимнастической стенке, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Догони мяч» воспитывать у детей умение самостоятельно выбирать способ выполнения движения.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №	***Тема:*** *ООД № 27* ***Цель:*** *1.В прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами, мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подлезании под препятствия различной высоты формировать умение менять наклон головы с учетом высоты препятствия; в подвижной игре «Догони мяч» развивать у детей умение энергично отталкивать мяч от груди двумя руками.* *2.Развивать ориентировку в пространстве при перестроениях и построениях, ловкость при подлезании под препятствия, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Догони мяч» воспитывать у детей умение давать оценку своим	***Тема:*** *ООД № 28* ***Цель:****1.Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, не пропуская рейки, пользуясь круговым хватом руками и ставя ступни ног в упоре серединой; учить детей энергично отталкивать мяч при бросании вдаль, выполняя небольшой замах рукой; познакомить с игрой «Птички в гнездышках».* *2.Развивать функцию равновесия при перешагивании через палки, ориентировку в пространстве и быстроту через подвижную игру.* *3.В подвижной игре «Птички в гнездышках» воспитывать у детей умение действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 28*	***Тема:*** *ООД № 29* ***Цель:*** *1.В подпрыгиваниях на месте закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами, мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подлезании под препятствия различной высоты упражнять детей в умении менять наклон головы с учетом высоты препятствия.* *2.Развивать глазомер при забрасывании шишек в коробку; функцию равновесия при ходьбе по доске; быстроту; увертливость, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в создании условий для выполнения упражнений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №*

	26	*действиям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27*		*29*
Физическая культура №3 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 26* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении пользоваться круговым хватом руками и ставить ногу на рейку серединой стопы при лазанье по гимнастической стенке; формировать умение выполнять подлезание под дугу высотой 40 см., не задевая препятствие; в подвижной игре «Догони мяч» побуждать детей к энергичному отталкиванию большого мяча от груди двумя руками.* *2.Развивать функцию равновесия при лазании по гимнастической стенке, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Догони мяч» воспитывать у детей умение самостоятельно выбирать способ выполнения движения.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 26*	***Тема:*** *ООД № 27* ***Цель:*** *1.В прыжках в длину с места закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами, мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подлезании под препятствия различной высоты формировать умение менять наклон головы с учетом высоты препятствия; в подвижной игре «Догони мяч» развивать у детей умение энергично отталкивать мяч от груди двумя руками.* *2.Развивать ориентировку в пространстве при перестроениях и построениях, ловкость при подлезании под препятствия, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Догони мяч» воспитывать у детей умение давать оценку своим действиям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27*	***Тема:*** *ООД № 28* ***Цель:****1.Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке, не пропуская рейки, пользуясь круговым хватом руками и ставя ступни ног в упоре серединой; учить детей энергично отталкивать мяч при бросании вдаль, выполняя небольшой замах рукой; познакомить с игрой «Птички в гнездышках».* *2.Развивать функцию равновесия при перешагивании через палки, ориентировку в пространстве и быстроту через подвижную игру.* *3.В подвижной игре «Птички в гнездышках» воспитывать у детей умение действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 28*	***Тема:*** *ООД № 29* ***Цель:*** *1.В подпрыгиваниях на месте закреплять умение энергично отталкиваться одновременно двумя ногами, мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подлезании под препятствия различной высоты упражнять детей в умении менять наклон головы с учетом высоты препятствия.* *2.Развивать глазомер при забрасывании шишек в коробку; функцию равновесия при ходьбе по доске; быстроту; увертливость, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в создании условий для выполнения упражнений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 29*
Месяц: Май				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 30* ***Цель:****1.Упражнять детей в выполнении движений в игровой ситуации, развивать способность использовать привычные движения для*	***Тема:*** *ООД № 31* ***Цель:****1.Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча от груди двумя руками при бросании вдаль; познакомить с содержанием и*	***Тема:*** *ООД № 32* ***Цель:****1.Упражнять детей в бросании вдаль мешочков от плеча одной рукой с использованием дугообразной траектории»; в подвижной*	***Тема:*** *ООД № 33* ***Цель:****1.Закреплять умение выполнять знакомые движения в новых условиях.* *2.Развивать у детей ловкость в пролезании под дуги, силу*

	преодоления препятствий. *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по мешочкам.* *3.В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать у детей умение действовать в соответствии с текстом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 30*	*правилами игры «Курочка-хохлатка».* *2.Развивать ориентировку в пространстве в ходьбе между мячами, силу мышц рук при бросании мяча вдаль, быстроту реакции в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Курочка – хохлатка» воспитывать у детей желание выполнять роль водящего, умение действовать по звуковому сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 31*	*игре «Солнышко и дождик»закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, используя всю территорию площадки.* *2.Развивать у детей силу мышц рук при бросании мешочка вдаль, мягкость приземления и энергичное отталкивание одновременно двумя ногами в прыжках, быстроту реакции на сигнал в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 32*	*мышц рук при бросании мешочка в щиты.* *3.Воспитывать у детей умение оценивать свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 33*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 30* ***Цель:****1.Упражнять детей в выполнении движений в игровой ситуации, развивать способность использовать привычные движения для преодоления препятствий.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по мешочкам.* *3.В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать у детей умение действовать в соответствии с текстом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 30*	***Тема:*** *ООД № 31* ***Цель:****1.Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча от груди двумя руками при бросании вдаль; познакомить с содержанием и правилами игры «Курочка-хохлатка».* *2.Развивать ориентировку в пространстве в ходьбе между мячами, силу мышц рук при бросании мяча вдаль, быстроту реакции в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Курочка – хохлатка» воспитывать у детей желание выполнять роль водящего, умение действовать по звуковому сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 31*	***Тема:*** *ООД № 32* ***Цель:****1.Упражнять детей в бросании вдаль мешочков от плеча одной рукой с использованием дугообразной траектории»; в подвижной игре «Солнышко и дождик»закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, используя всю территорию площадки.* *2.Развивать у детей силу мышц рук при бросании мешочка вдаль, мягкость приземления и энергичное отталкивание одновременно двумя ногами в прыжках, быстроту реакции на сигнал в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 32*	***Тема:*** *ООД № 33* ***Цель:****1.Закреплять умение выполнять знакомые движения в новых условиях.* *2.Развивать у детей ловкость в пролезании под дуги, силу мышц рук при бросании мешочка в щиты.* *3.Воспитывать у детей умение оценивать свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 33*

Физическая культура №3 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 30* ***Цель:****1.Упражнять детей в выполнении движений в игровой ситуации, развивать способность использовать привычные движения для преодоления препятствий.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по мешочкам.* *3.В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать у детей умение действовать в соответствии с текстом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 30*	***Тема:*** *ООД № 31* ***Цель:****1.Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча от груди двумя руками при бросании вдаль; познакомить с содержанием и правилами игры «Курочка-хохлатка».* *2.Развивать ориентировку в пространстве в ходьбе между мячами, силу мышц рук при бросании мяча вдаль, быстроту реакции в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Курочка – хохлатка» воспитывать у детей желание выполнять роль водящего, умение действовать по звуковому сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 31*	***Тема:*** *ООД № 32* ***Цель:****1.Упражнять детей в бросании вдаль мешочков от плеча одной рукой с использованием дугообразной траектории»; в подвижной игре «Солнышко и дождик»закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, используя всю территорию площадки.* *2.Развивать у детей силу мышц рук при бросании мешочка вдаль, мягкость приземления и энергичное отталкивание одновременно двумя ногами в прыжках, быстроту реакции на сигнал в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 32*	***Тема:*** *ООД № 33* ***Цель:****1.Закреплять умение выполнять знакомые движения в новых условиях.* *2.Развивать у детей ловкость в пролезании под дуги, силу мышц рук при бросании мешочка в щиты.* *3.Воспитывать у детей умение оценивать свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 33*

Младшая группа

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 1* ***Цель:****1.Упражнять детей в ползании в прямом направлении; формировать правильную осанку при ходьбе; познакомить детей с содержанием и правилами игры «Солнышко и дождик».* *2.Развивать у детей перекрестную координацию при ползании в прямом направлении.* *3. В подвижной игре «Солнышко и дождик» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1*	***Тема:*** *ООД № 3* ***Цель:****1. В подпрыгиваниях на месте на двух ногах учить детей приземляться на полусогнутые ноги на носки; закреплять умение ползать от определенной черты, принимая правильно и.п.* *2. Развивать силу мышц ног при подпрыгиваниях на месте на двух ногах, перекрестную координацию в ползании на ладонях и коленях.* *3.В подвижной игре «Автомобили» воспитывать у детей умение действовать по сигналу в ходе движения, желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 3*	***Тема:*** *ООД № 5* ***Цель:****1.Учить детей захвату большого мяча двумя руками с боков; в подпрыгиваниях на месте на двух ногах закреплять умение приземляться на полусогнутые ноги на носки; в игре «Кролики и хозяин» упражнять в выполнении ползания в ограниченном пространстве.* *2.Развивать силу мышц ног при подпрыгивании на двух ногах, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5*	***Тема:*** *ООД № 7* ***Цель:***1. *Упражнять детей в правильном захвате большого мяча; закреплять умение прыгать на двух ногах легко, приземляться на полусогнутые ноги на носки перекатом на всю стопу; в подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять ползание в ограниченном пространстве во время погони.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве в ходьбе, беге, в подвижной игре; силу мышц ног при подпрыгиваниях на месте; силу мышц рук в действиях с мячом.* *3.В подвижной игре воспитывать у детей желание взаимодействовать со сверстниками, умение действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 7*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 2* ***Цель:****1.Упражнять детей в умении ползать на ладонях и коленях по прямой; учить детей бегать на носках; в общеразвивающих упражнениях учить детей поднимать руки точно вперед.* *2.Развивать у детей перекрестную координацию при ползании на ладонях и*	***Тема:*** *ООД № 4* ***Цель:****1. В подпрыгиваниях на месте на двух ногах закреплять умение приземляться на две полусогнутые ноги на носки; закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях в прямом направлении.* *2. Развивать силу мышц ног при подпрыгиваниях на месте*	***Тема:*** *ООД № 6* ***Цель:****1. В подпрыгиваниях на месте на двух ногах упражнять детей в приземлении одновременно на две полусогнутые ноги на носки перекатом на всю ступню; упражнять в правильном захвате большого мяча; в подвижной игре «Кролики и хозяин» закреплять умение*	***Тема:*** *ООД № 8* ***Цель:****1.Учить детей и.п. для ног при бросании большого мяча; закреплять правильный захват мяча; в подпрыгиваниях на месте закреплять умение приземляться на носки с перекатом на всю ступню; в подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание в ограниченном*

	коленях, легкость в беге на носках *3. В подвижной игре «Автомобили» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 2*	*на двух ногах, перекрестную координацию в ползании на ладонях и коленях.* *3. В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать по сигналу в ходе движения, желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 4*	*быстро ползать в ограниченном пространстве.* *2.Развивать силу мышц ног при подпрыгивании на двух ногах, ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3. Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 6*	*пространстве.* *2. Развивать быстроту и ориентировку в пространстве в подвижной игре; силу мышц ног при подпрыгиваниях на месте; силу мышц рук в действиях с мячом.* *3.Воспитывать желание действовать совместно, умение действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 8*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД №1Г* ***Цель:****1.В подвижной игре «Трамвай» закреплять умение детей ходить друг за другом в определенном направлении; в игре «Надуем шар» упражнять детей в умении строить круг и медленно его расширять.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе при перемещении по разным грунтам, ориентировку в пространстве через подвижные игры.* *3. В подвижных играх воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1Г*	***Тема:*** *ООД № 2Г* ***Цель:****1.Закреплять умение детей ходить и бегать друг за другом в определенном направлении, действуя по сигналу.* *2.В упражнении «Обезьянки» развивать силу мышц рук, используя висы на лианах; функцию равновесия в ходьбе по дорожкам с разной поверхностью.* *2. В подвижной игре «Воробушки и автомобиль» воспитывать у детей умение действовать по сигналу, желание действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 2Г*	***Тема:*** *ООД № 3Г* ***Цель:****1.В играх с большим мячом закреплять умение правильно держать мяч за бока, энергично бросать его и догонять; В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение после бега и подпрыгиваний на месте на двух ногах возвращаться в ограниченное пространство (ворота обозначены деревьями).* *2.Развивать силу мышц ног при подпрыгиваниях на месте; силу мышц рук в действиях с мячом; ориентировку в пространстве в подвижных играх.* *3.В подвижных играх воспитывать умение детей действовать совместно, по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 3Г*	***Тема:*** *ООД № 4Г* ***Цель:****1. В подвижной игре «Автомобили» закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство (в ворота шириной 3м); в игровом упражнении «Зайцы на лужайке» закреплять умение подпрыгивать на месте повыше, правильно приземляться.* *2.Развивать силу мышц ног в упражнении «Зайцы на лужайке»;ориентировку в пространстве в подвижной игре «Автомобили».* *3.В подвижных играх воспитывать у детей умение действовать совместно со сверстниками, в соответствии с сигналом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 4Г*
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**

Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 9* ***Цель:****1.Закреплять умение принимать правильное и.п. при броске большого мяча вдаль снизу 2 руками, упражнять детей в умении энергично отталкивать мяч руками; упражнять детей в умении передвигаться на ладонях и коленях по доске, положенной на пол; В подвижной игре «Зайцы и волк» учить детей в подпрыгивании на месте на 2 ногах приземляться на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю ступню.* *2.Развивать силу мышц рук при бросании мяча; силу мышц ног в подвижной игре; функцию равновесия при ползании на ладонях и коленях.* *3.Воспитывать у детей умение участвовать в совместных действиях со сверстниками, действовать в соответствии с сигналом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9*	***Тема:*** *ООД № 11* ***Цель:*** *1.В прыжках на двух ногах с продвижением вперед учить детей отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх, закреплять умение правильно приземляться; упражнять детей в умении передвигаться на ладонях и коленях по скамейке высотой 20 см; в подвижной игре «Автомобили» закреплять умение реагировать на зрительный сигнал, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при передвижении по скамейке; силу мышц ног в прыжках с продвижением вперед; ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение участвовать в совместных действиях со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 11*	***Тема:*** *ООД № 13* ***Цель:****1.При прокатывании большого мяча двумя руками снизу закреплять умение принимать правильное и.п.; упражнять детей в ползании змейкой между предметами; в подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять 4 прыжка без остановки, приземляться мягко.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по доске; ориентировку в пространстве при ползании змейкой; силу мышц ног при выполнении прыжков в игре.* *3.Воспитывать у детей желание придти на помощь сверстнику в игре и оказать посильную помощь взрослому в расстановке оборудования.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13*	***Тема:*** *ООД № 15* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении принимать правильное и.п. при спрыгивании со скамейки; в подвижной игре «Автомобили» приучать детей во время бега реагировать на звуковой сигнал.* *2.Развивать силу мышц ног при спрыгивании со скамьи; ориентировку в пространстве при выполнении ходьбы, бега, в игре «Автомобили».* *3.Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 10* ***Цель:*** *1.Учить детей в прыжках с продвижением вперед отталкиваться вперед-вверх, обращая внимание на одновременное отталкивание 2 ногами; закреплять умение передвигаться на ладонях и коленях по доске, положенной на пол; в подвижной игре «Автомобили» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, упражнять в умении*	***Тема:*** *ООД № 12* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей умение принимать правильное и.п. при броске большого мяча вдаль, развивать умение энергично отталкивать мяч руками; упражнять детей в ходьбе змейкой между предметами; в подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять 4 прыжка без остановки, прыгать легко, приземляться на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю	***Тема:*** *ООД № 14* ***Цель:*** *1.Учить детей спрыгивать со скамьи высотой 15 см., принимая правильное и.п.; в подвижной игре «Автомобили» приучать детей слушать сигнал во время бега.* *2. Развивать силу мышц ног при спрыгивании со скамейки; ориентировку в пространстве и внимание в игре.* *3. Воспитывать у детей желание действовать совместно со сверстниками и*	***Тема:*** *ООД № 16* ***Цель:*** *1.Закреплять умение принимать и.п. при спрыгивании со скамьи, приземляться на носки перекатом на всю ступню; упражнять детей в ползании по доске; в подвижной игре «Автомобили» закреплять умение реагировать на зрительный и слуховой сигнал во время бега.* *2.Развивать перекрестную координацию при ползании по*

	реагировать на зрительный сигнал. *2. При ходьбе и ползании по скамейке развивать функцию равновесия; силу мышц ног в прыжках с продвижением.* *3.Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 10*	*ступню* *2. Развивать силу мышц рук при броске мяча вдаль; силу мышц ног при выполнении прыжков в подвижной игре; ориентировку в пространстве при ходьбе змейкой.* *3.Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 12*	*оказать посильную помощь взрослому в расстановке оборудования.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 14*	*доске; силу мышц ног при спрыгивании со скамьи; быстроту и внимание в игре.* *3.Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 16*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 5Г* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей умение выполнять основные движения в естественных условиях.* *2.Развивать ориентировку в пространстве в играх и перестроениях; мышцы ног в подпрыгиваниях на месте; быстроту, умение действовать по сигналу в игре «Медведь».* *3.Воспитывать у детей умение участвовать в совместных действиях со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5Г*	***Тема:*** *ООД № 6Г* ***Цель:*** *1.В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение реагировать на зрительный сигнал (зеленый флажок-взлет, желтый-посадка); в игровом упражнении «По извилистой дорожке» закреплять умение детей ходить змейкой, огибая предметы.* *2.Развивать быстроту, внимание в игре «Самолеты»; ориентировку в пространстве в игре «По извилистой дорожке».* *3.Воспитывать умение детей действовать совместно со сверстниками, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №6Г*	***Тема:*** *ООД № 7Г* ***Цель:*** *1.В подвижной игре «Поезд» закреплять умение детей ходить и бегать друг за другом в разном темпе в определенном направлении, действовать по сигналу; в подвижной игре «Зайцы и лиса» закреплять умение детей выполнять 3-4 прыжка подряд с продвижением вперед, после прыжков и бега возвращаться в определенное пространство.* *2.Развивать у детей силу мышц ног в прыжках с продвижением вперед; ориентировку в пространстве, внимание в игре «Поезд».* *3. Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 7Г*	***Тема:*** *ООД № 8Г* ***Цель:*** *1.В подвижной игре «Автомобили» учить детей реагировать на звуковой (колокольчик) и зрительный (флажок) сигнал; в игровом упражнении «Спрыгни с песочницы» (высотой 20 см.) закреплять умение принимать и.п. для ног, приземляться на две полусогнутые ноги с носка в обычной обуви.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по бровке; силу мышц ног при спрыгивании с песочницы; ориентировку в пространстве и внимание в игре «Автомобили».* *3. Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 8Г*
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1	***Тема:*** *ООД № 17*	***Тема:*** *ООД № 19*	***Тема:*** *ООД № 21*	***Тема:*** *ООД № 23*

(в зале)	***Цель:****1.При прокатывании мяча закреплять умение энергично его отталкивать;упражнять детей в умении переходить от ходьбы к подлезанию; закреплять умение ползать в прямом направлении; в подвижной игре «Воробушки и кот» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи, отталкиваясь одновременно двумя ногами, и правильно приземляться на носки.* *2.Развивать силу мышц рук при прокатывании мяча;развивать функцию равновесия при ходьбе по скамейке; в подвижной игре развивать силу мышц ног, быстроту,внимание.* *3.Воспитывать у детей желание к выполнению ролей в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17*	***Цель:****1.При прокатывании большого мяча закреплять у детей умение придавать ему определенное направление; учить детей ходьбе боком приставным шагом по доске, положенной на пол; в подвижной игре «Солнышко и дождик» закреплять умение бегать быстро, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей глазомер при скатывании мяча с наклонной доски;функцию равновесия при ходьбе приставным шагом;быстроту,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19*	***Цель:****1.Учить детей энергично прокатывать большой мяч в заданном направлении на расстояние не более 2 метров;закреплять умение подлезать на ладонях и коленях под шнур, натянутый на высоте 50 см., не задевая его; в подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение прыгать врассыпную, отталкиваясь двумя ногами, приземляться на полусогнутые ноги.* *2.Развивать у детей глазомер при прокатывании мяча в ворота;силу мышц ног, выносливость,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21*	***Цель:****1.Учить детей энергично прокатывать мяч в прямом направлении; закреплять умение детей в прыжках, с зажатым между ногами мячом, отталкиваться сильнее, приземляться на полусогнутые ноги на носки; в подвижной игре «Кролики» учить детей подлезать под шнур на ладонях и коленях, не задевая его.* *2.Развивать у детей силу мышц ног в прыжках с мячом; ловкость в подлезани под шнур; глазомер при прокатывании мяча; быстроту,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в выполнении движений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 18* ***Цель:****1.Учить детей при прокатывании большого мяча придавать ему определенное направление, закреплять умение принимать и.п. при броске большого мяча; в подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять в выполнении прыжков с продвижением вперед, закреплять умение отталкиваться двумя ногами и приземляться одновременно на две ноги.* *2.Развивать у детей глазомер при прокатывании мяча с*	***Тема****: ООД № 20* ***Цель:*** *1.Учить детей подлезать на ладонях и коленях под шнур, не задевая его; учить детей ходьбе с высоким подниманием ног, следить за осанкой; в подвижной игре «Куры в огороде» закреплять умение спрыгивать легко, приземляясь одновременно на две ноги, полусогнутые в коленях, на носки.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе с высоким подниманием ног;силу мышц ног при спрыгиваниях .*	***Тема:*** *ООД № 22* ***Цель:****1.Закреплять умение энергично прокатывать большой мяч в заданном направлении. Приучать детей подлезать под дугу высотой 50 см. на ладонях и коленях, не задевая препятствия; в подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение прыгать врассыпную, отталкиваясь двумя ногами, приземляться на полусогнутые ноги* *2.Развивать у детей моторику рук в действиях с мячом;*	***Тема:*** *ООД № 24* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей подлезать на ладонях и коленях, не задевая дугу; в прыжках в высоту с места закреплять умение энергично отталкиваться вперед – вверх; в подвижной игре «Автомобили» закреплять умение реагировать на сигнал во время движении (зрительный, звуковой)* *2.Развивать у детей силу мышц ног в прыжках в высоту с места;ловкость в подлезании под дугу;быстроту,внимание в*

	наклонной доски;силу мышц ног в подвижной игре «Зайцы и волк». *3.Воспитывать у детей самостоятельность.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 18*	*3.Воспитывать у детей самостоятельность.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 20*	*глазомер при прокатывании мяча под дугу;силу мышц ног, выносливость,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 22*	*подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение выполнять движения по названию.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 24*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 9Г* ***Цель:*** *1.Учить детей ходить по краям площадки; упражнять в умении ходить и бегать в колонне, огибая препятствия;закреплять умение мягко приземляться в обычной обуви при спрыгивании с бордюрного камня; в подвижной игре «Автомобили» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по бровке;силу мышц ног в прыжках в глубину;быстроту,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9Г*	***Тема:*** *ООД №10Г* ***Цель:*** *1.Учить детей при подъеме на пригорок наклонять туловище вперед и перемещаться на передней части стопы; упражнять в беге на скорость в естественных условиях (расстояние 8-10 метров).* *2.Развивать у детей функцию равновесия при подъеме на горку,ходьбе через валики; быстроту, выносливость в беге на скорость; ловкость, внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей желание к выполнению ролей в подвижной игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 10Г*	***Тема:*** *ООД №11Г* ***Цель:*** *1.Учить детей бегать легко в обычной обуви; упражнять в подлезании на ступнях без опоры на руки; в подвижной игре «Автомобили» закреплять умение выполнять бег врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу.* *2.Развивать ловкость,быстроту в подлезании под шнур; выносливость,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 11Г*	***Тема:*** *ООД №12Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении передвигаться на передней части стопы при подъеме в горку; закреплять умение регулировать ширину шага при преодолении препятствий в естественных условиях; в подвижной игре «Автобусы» учить детей реагировать на цвет при перемещении: на красный - остановка, на зеленый - в путь.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при подъеме в горку;быстроту, внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение действовать сообща, двигаться, не наталкиваясь друг на друга.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 12Г*
Месяц: Декабрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 25* ***Цель:****1.Закреплять умение подлезать на ладонях и*	***Тема:*** *ООД № 27* ***Цель:*** 1.Упражнять детей в умении сохранять равновесие,	***Тема:*** *ООД № 29* ***Цель:*** *1.Учить детей в лазанье по гимнастической стенке*	***Тема:*** *ООД № 31* ***Цель:****1.Упражнять детей в выполнении лазанья по*

	коленях под дугу; учить детей в перепрыгивании через валик выполнять толчок вперед-вверх, привлечь внимание к силе толчка; в подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, использовать для бега всю площадку. *2.Развивать у детей силу мышц ног при прыжках и подпрыгиваниях; в подвижной игре быстроту,ориентировку в пространстве.* *3. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 25*	стоя на одной ноге, при перешагивании через гимнастические палки; упражнять детей в *прокатывании большого мяча плавно, сочетая небольшой замах с броском.* *2. В подвижной игре «Воробушки и кот» закреплять умение выполнять спрыгивание с гимнастической скамейки.* *3. Развивать у детей умение действовать по словесным указаниям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27*	*ставить ногу на середину стопы, захватывая реку рукой круговым хватом;в подвижной игре «Кто знает, что нужно делать?» учить детей пользоваться названным движением для выполнения задания.* *2.Развивать у детей перекрестную координацию в лазании по гимнастической стенке;укреплять свод стопы в ходьбе по гимнастическим палкам; быстроту,ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность, умение действовать по словесной инструкции взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 29*	*гимнастической стенке; упражнять в умении выполнять правильно спрыгивание со скамьи.* *2.В подвижной игре «Найди свой цвет» развивать у детей быстроту,внимание, умение ориентироваться в пространстве во время бега;развивать силу мышц ног при спрыгивании в глубину;перекрестную координацию при лазании на гимнастическую стенку.* *3.Воспитывать у детей умение действовать согласованно со сверстниками, по словесным указаниям взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 31*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 26* ***Цель:*** *1.Учить детей прокатывать большой мяч плавно, сочетая небольшой замах с отталкиванием; упражнять детей в умении подлезать на ладонях и коленях под шнур, натянутый на высоте 45 см.;в подвижной игре «Воробушки и кот» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи.* *2.Развивать у детей глазомер и силу мышц рук при прокатывании мяча;силу мышц ног,ориентировку в пространстве,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение*	***Тема:*** *ООД № 28* ***Цель:****1.Закреплять умение прокатывать большой мяч плавно, сочетая небольшой замах с броском; в подвижной игре «Зайцы и волк» побуждать детей прыгать легко на двух полусогнутых ногах в разных направлениях.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при перешагивании через гимнастические палки;силу мышц рук и глазомер при прокатывании мяча;силу мышц ног,ориентировку в пространстве,быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей*	***Тема:*** *ООД № 30* ***Цель:****1.В лазанье по гимнастической стенке упражнять детей в правильной постановке ног и захвате рейки руками; в подвижной игре «Кто знает, что нужно делать?» приучать детей пользоваться названным движением для выполнения задания.* *2. Развивать у детей перекрестную координацию в лазании по гимнастической стенке;укреплять свод стопы в ходьбе по гимнастическим палкам; быстроту,ориентировку в пространстве в подвижной*	***Тема:*** *ООД № 32* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении лазанья по гимнастической стенке; упражнять в умении выполнять правильно спрыгивание со скамьи.* *2.В подвижной игре «Найди свой цвет» развивать у детей быстроту,внимание, умение ориентироваться в пространстве во время бега;развивать силу мышц ног при спрыгивании в глубину;перекрестную координацию при лазании на гимнастическую стенку.* *3.Воспитывать у детей умение действовать согласованно со*

	действовать сообща,соблюдать элементарные правила. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 26*	*желание действовать сообща, умение действовать по словесным указаниям.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 28*	*игре.* *3.Воспитывать у детей умение действовать согласованно со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 30*	*сверстниками, по словесным указаниям взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 32*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 13Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в перепрыгивании через снежные валики (отталкиваться вперед-вверх, приземляться на две полусогнутые ноги на переднюю часть стопы), привлечь внимание детей к силе толчка; учить детей использовать подлезание на ступнях без помощи рук под высоко подвешенный шнур; в подвижной игре «Самолеты» побуждать детей бегать по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга, меняя скорость движения.* *2.Развивать у детей силу мышц ног в прыжках через валики;функцию равновесия в ходьбе по рыхлому снегу;ориентировку в пространстве и быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение действовать согласованно в играх и упражнениях.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13Г*	***Тема:*** *ООД № 14Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении знакомых движений в естественных условиях.* *2.Развивать функцию равновесия при подъеме на горку,при ходьбе по узким тропинкам;силу мышц ног в прыжках в длину с места;быстроту,внимание в подвижной игре.* *3.Воспитывать желание действовать согласованно со сверстниками, выразительность движений в передаче образов.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 14Г*	***Тема:*** *ООД № 15Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять прыжки в естественных условиях, придерживаться плана действий: приготовиться-прыгнуть; закрепить правильную посадку на санках при скатывании с горки.* *2.Развивать у детей силу мышц ног при прыжках с бордюра;координацию движенией,равновесие в ходьбе по узкой дорожке,ходьбе с высоким подниманием ног,в скатывании с горки.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в выполнении движений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15Г*	***Тема:*** *ООД № 16Г* ***Цель:*** *1.Закреплять умение прыгать из обруча в обруч, сочетать направление, силу толчка и правильное приземление.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по кирпичикам, скатывании с горки на санках;силу мышц ног в прыжках из обруча в обруч.* *3.Воспитывать у детей взаимопомощь при выполнении упражнений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 16Г*
Месяц: Январь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	*Зимние каникулы*	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 33* ***Цель:*** *1.Знакомить детей с и.п.*	***Тема:*** *ООД № 35* ***Цель:****1.Учить детей при*

			для ног при бросании малых предметов одной рукой снизу; в подвижной игре «Кролики» закреплять умение подлезать под дугу на ладонях и коленях в спокойной обстановке, в момент погони убегать, минуя препятствие. *2.Развивать глазомер при метании, ловкость, быстроту через подвижную игру.* *3. В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение действовать по словесным указаниям взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 33*	*прокатывании малого мяча придавать его движению прямое направление, закреплять правильное и.п.для ног; познакомить детей с перестроением из колонны в пары на месте; в подвижной игре «Мой веселый, звонкий мяч»закреплять умение прыгать ритмично в указанном темпе. 2.Развивать глазомер при прокатывании малого мяча; ориентировку в пространстве при перестроении.* *3. В подвижной игре «Мой веселый, звонкий мяч» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 35*
Физическая культура №2 (в зале)	*Зимние каникулы*	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 34* ***Цель:*** *1.Приучать детей выполнять прыжки на месте на двух ногах ритмично в указанном темпе; закреплять умение принимать и.п. при броске мешочка одной рукой снизу; в подвижной игре «Кролики» закреплять умение подлезать под дуги на ладонях и коленях в спокойной обстановке, в момент погони убегать, минуя препятствие.* *2.Развивать глазомер в метании мешочка одной рукой снизу; быстроту, ловкость через подвижную игру.* *3.В подвижной игре «Кролики» воспитывать у детей умение*	***Тема:*** *ООД № 36* ***Цель:*** *1.Закреплять умение принимать правильное и.п.при метании мяча в зависимости от его размера; в подвижной игре «Мой веселый ,звонкий мяч» закреплять умение прыгать легко, ритмично.* *2.Развивать глазомер и силу при бросании мячей разного размера; чувство ритма через подвижную игру; ориентировку в пространстве при перестроении.* *3.В подвижной игре «Мой веселый, звонкий мяч» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками, действовать по*

			действовать по словесным указаниям взрослого. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 34*	*сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 36*
Физическая культура №3	*Зимние каникулы*	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 17Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении перемещаться по скользкой поверхности приставным шагом боком.* *2.Развивать равновесие при перемещении по скользкой поверхности; через подвижную игру развивать выразительность движений;* *3.В подвижной игре «Зайцы и волк» воспитывать у детей четкость действий по сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17Г*	***Тема:*** *ООД № 18Г* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей подпрыгивать на месте, приземляться на две ноги на носки (в зимней обуви) в подвижной игре «Зайцы и волк».* *2.Развивать ориентировку в пространстве в подвижной игре «Найди свой цвет»; глазомер в упражнении «Набери шишки для белочки».* *3.В катании на ледянках и санках с горки воспитывать у детей умение объединяться и не мешать другим действовать успешно.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 18Г*
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 37* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в пролезании через обруч на ладонях и коленях, не задевая его; упражнять в легком спрыгивании со скамьи высотой 20 см.; упражнять в перестроении из колонны в пары от обозначенного места; в подвижной игре «Лохматый пес» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать ориентировку в*	***Тема:*** *ООД № 39* ***Цель:*** *1.При спрыгивании со скамьи упражнять детей в умении принимать правильное и.п.; приучать детей при метании мешочка попадать в обруч, лежащий на полу с расстояния 2 м., принимать правильное и.п.; в подвижной игре «Воробушки и голуби» закреплять умение лазать по гимнастической стенке (влезать на 2 рейки).* *2.Развивать у детей функцию*	***Тема:*** *ООД № 41* ***Цель:*** *1.Учить детей подлезанию под шнур на ступнях без опоры на руки; познакомить с подвижной игрой «Воробушки и кот», закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство, упражнять детей в мягком приземлении при спрыгивании со скамьи высотой 15 см. на 2 полусогнутые ноги на носки.* *2.Развивать ориентировку в*	***Тема:*** *ООД № 43* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в полдлезании на ступнях без помощи рук, обратить внимание детей на положение головы в разные моменты выполнения движения; познакомить детей с прыжком в длину с места, закрепить и.п. для выполнения прыжка, обратить внимание на приземление одновременно на 2 ноги; приучать детей выполнять перестроение из*

	пространстве через подвижную игру, ловкость при пролезании в обруч. *3. В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать умение действовать по звуковому сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 37*	*равновесия при спрыгивании со скамейки, глазомер при метании мешочка в цель.* *3.В подвижной игре «Воробушки и голуби» воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 39*	*пространстве через подвижную игру, ловкость при подлезании, силу мышц ног при спрыгивании.* *3.В подвижной игре «Воробушки и кот» воспитывать умение детей действовать сообща, точно выполнять правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 41*	*колонны в пары с хода.* *2.Развивать быстроту, смелость через подвижную игру «Кот и мыши», ловкость при подлезании.* *3.В подвижной игре «Кот и мыши» воспитывать у детей умение взаимодействовать с партнером по игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 43*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 38* ***Цель:****1.Закреплять умение пролезать на ладонях и коленях в обруч, не задевая его; упражнять детей в спрыгивании со скамейки, в умении легко приземляться на носки; в подвижной игре «Лохматый пес» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать силу мышц ног при спрыгивании, ориентировку в пространстве через подвижную игру, ловкость при пролезании в обруч.* *3. В подвижной игре «Лохматый пес» воспитывать умение действовать по звуковому сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 38*	***Тема:*** *ООД № 40* ***Цель:****1.Закреплять умение при спрыгивании со скамьи приземляться на полусогнутые в коленях ноги перекатом с носка на всю ступню; упражнять детей в умении попадать мешочком в обруч, лежащий на полу с расстояния 2 м.; в подвижной игре «Воробушки и голуби» закреплять умение лазать по гимнастической стенке.* *2.Развивать глазомер при метании мешочка в цель, силу мышц ног при спрыгивании, ориентировку в пространстве через подвижную игру.* *3. В подвижной игре «Воробушки и голуби» воспитывать умение детей действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 40*	***Тема:*** *ООД № 42* ***Цель:****1.Упражнять детей в подлезании на ступнях без помощи рук; в подвижной игре закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство, спрыгивать со скамьи высотой 15 см., приземляться мягко.* *2.Развивать ориентировку в пространстве через подвижную игру, ловкость при подлезании, силу мышц ног при спрыгивании.* *3.В подвижной игре «Воробушки и кот» воспитывать умение детей действовать сообща, точно выполнять правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 42*	***Тема:*** *ООД № 44* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в прыжках в длину с места, приучать приземляться одновременно на две ноги перекатом с носка на всю стопу; приучать детей ловить мяч после отскока от пола, захватывая его с боков.* *2.Развивать у детей быстроту бега и смелость в подвижной игре, ловкость в действиях с мячом.* *3.В подвижной игре «Кот и мыши» воспитывать у детей самостоятельность при выполнении правил игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 44*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 19Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.*	***Тема:*** *ООД № 20Г* ***Цель:****1.Упражнять детей в регулировании высоты подъема ног при вхождении на*	***Тема:*** *ООД № 21Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении принимать правильное и.п. для ног при бросании*	***Тема:*** *ООД № 22Г* ***Цель:****1.Упражнять детей в энергичном отталкивании предмета от плеча и снизу*

	2.Развивать интерес к подвижным играм, двигательную активность, ориентировку в пространстве через подвижные игры. *3.В катании на ледянках с горки воспитывать у детей умение объединяться и не мешать другим действовать успешно.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19Г*	*ступеньки крыльца или горки и спуске по ним;* *закреплять правильное и.п. для ног при бросании предмета вдаль; в подвижной игре «Мороз и дети» приучать детей убегать от погони в разных направлениях.* *2.Развивать быстроту, ориентировку в пространстве через подвижную игру, функцию равновесия при подъеме и спуску со ступенек.* *3. В подвижной игре «Мороз и дети» воспитывать у детей дружеские отношения со сверстниками в играх.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 20Г*	*снежков в горизонтальную цель одной рукой снизу и от плеча, обратить внимание на смену положения ног при бросках правой и левой рукой; в подвижной игре «Заморожу» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать глазомер при метании снежков, ориентировку в пространстве через игру.* *3.В подвижной игре «Заморожу» воспитывать у детей умение действовать точно по звуковому сигналу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21Г*	*одной рукой при броске вдаль.* *2.В подвижной игре «Кот и мыши» развивать умение бегать на скорость по естественному грунту в прямом направлении.* *3.Воспитывать у детей умение действовать согласованно со сверстниками во время игр и упражнений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 22Г*
Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 45* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей при подбрасывании мяча вверх бросать его перед собой, после отскока ловить, захватывая с боков; упражнять детей в выполнении правильного и.п. для ног при выполнении прыжков в длину с места; познакомить с содержанием подвижной игры «Лиса и гуси»; закреплять умение выполнять подлезание на ступнях без помощи рук в спокойной обстановке. 2.Развивать у детей быстроту бега и ориентировку в пространстве через подвижную игру;*	***Тема:*** *ООД № 47* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подлезании на ступнях без помощи рук в обруч среднего размера; в подвижной игре «Цветные автомобили» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей умение сохранять равновесие при ходьбе по шнуру приставным шагом прямо; в подвижной игре - ориентировку в пространстве.* *3.В подвижной игре «Цветные автомобили» воспитывать у детей самостоятельность, умение действовать по*	***Тема:*** *ООД № 49* ***Цель:*** *1.В отбивании большого мяча от пола упражнять детей в умении выпускать мяч с разной силой, отталкивая его перед собой (у носков ног.); в подвижной игре «Воробушки и кот» закреплять умение возвращаться в ограниченное пространство, выполнять спрыгивание на две полусогнутые ноги.* *2.Развивать у детей ловкость в действиях с мячом; через подвижную игру функцию равновесия и ориентировку в пространстве.* *3.В подвижной игре «Воробушки и кот»*	***Тема:*** *ООД № 51* ***Цель:****1. Упражнять детей в умении принимать правильное и.п. и мягко приземляться при выполнении цепи прыжков в длину с места, энергично отталкиваться двумя ногами; закреплять умение лазать по гимнастической стенке удобным для ребенка способом (высоту влезания ребенок определяет сам); в подвижной игре «Самолетики и тучи» приучать детей после бега возвращаться в определенное место, обозначенное цветом.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при выполнении прыжков в длину с места;*

	ловкость в действиях с мячом. *3.В подвижной игре «Лиса и гуси» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками в соответствии с правилами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 45*	*словесной инструкции взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 47*	*воспитывать умение взаимодействовать со сверстниками в соответствии с правилами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 49*	*через подвижную игру-ориентировку в пространстве.* *3.В подвижной игре «Самолетики и тучи» воспитывать у детей умение оценивать свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 51*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 46* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой и ловить его, захватывая с боков после отскока; в подвижной игре «Лиса и гуси» закреплять умение выполнять подлезание на ступнях без помощи рук в спокойной обстановке.* *2.Развивать умение сохранять равновесие при ходьбе по шнуру приставным шагом с приставлением пятки одной ноги к носку другой; развивать ловкость в действиях с мячом.* *3.В подвижной игре «Лиса и гуси» воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками в соответствии с правилами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 46*	***Тема:*** *ООД № 48* ***Цель:*** *1.В отбивании большого мяча об пол упражнять детей в правильной ловле мяча, захватывая его с боков; в подвижной игре «Цветные автомобили» закреплять умение бегать врассыпную быстро, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать у детей ловкость в действиях с мячом; через подвижную игру умение ориентироваться в пространстве.* *3.В подвижной игре «Цветные автомобили» воспитывать у детей умение действовать сообща, выполняя правила игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 48*	***Тема:*** *ООД № 50* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей слитность движений (ноги расставлены, ступни параллельны, присесть) при выполнении цепи прыжков в длину с места и правильное приземление; упражнять в энергичном отталкивании одновременно двумя ногам; учить детей при лазании по гимнастической стенке ставить ногу на середину стопы, правильно захватывать рейку руками; познакомить детей с подвижной игрой «Самолетики и туча», закреплять умение бегать врассыпную.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при выполнении прыжков; через подвижную игру ориентировку в пространстве.* *3.В подвижной игре «Самолетики и тучи» воспитывать умение взаимодействовать со сверстниками в соответствии с правилами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 50*	***Тема:*** *ООД № 52* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении принимать правильное и.п. и мягко приземляться при выполнении цепи прыжков в длину с места, энергично отталкиваться двумя ногами; закреплять умение лазать по гимнастической стенке удобным для ребенка способом (высоту влезания ребенок определяет сам); в подвижной игре «Самолетики и тучи» приучать детей после бега возвращаться в определенное место, обозначенное цветом.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при выполнении прыжков в длину с места; через подвижную игру-ориентировку в пространстве.* *3.В подвижной игре «Самолетики и тучи» воспитывать у детей умение оценивать свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 52*

Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 23Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в бросании снежков (мешочков) в горизонтальную цель от плеча и снизу.* *2.В игре «Быстрые санки» развивать быстроту бега в естественных условиях; глазомер при метании в горизонтальную цель.* *3.Воспитывать у детей умение действовать точно по звуковому сигналу взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23Г*	***Тема:*** *ООД № 24Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в бросании снежков (мешочков) в горизонтальную цель от плеча и снизу.* *2.В игре «Быстрые санки» развивать быстроту бега в естественных условиях; глазомер при метании в горизонтальную цель.* *3.Воспитывать у детей умение действовать точно по звуковому сигналу взрослого.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 24Г*	***Тема:*** *ООД № 25Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении приспосабливать ходьбу к условиям, в которых она выполняется; обеспечить удовольствие от катания с горки (использовать скатывание с игрушками).* *2.Развивать ориентировку в пространстве при выполнении основных движений и перестроений, функцию равновесия в ходьбе по снежным валикам; через игровое упражнение развивать выразительность движений.* *3.В игровом упражнении «Покажи, кто пришел» воспитывать у детей умение брать на себя роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 25Г*	***Тема:*** *ООД № 26Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении приспосабливать ходьбу к условиям, в которых она выполняется; обеспечить удовольствие от катания с горки (использовать скатывание с игрушками).* *2.Развивать ориентировку в пространстве при выполнении основных движений и перестроений, функцию равновесия в ходьбе по снежным валикам; через игровое упражнение развивать выразительность движений.* *3.В игровом упражнении «Покажи, кто пришел» воспитывать у детей умение брать на себя роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 26Г*
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 53* ***Цель:****1.Упражнять детей в метании малых предметов от плеча одной рукой; закреплять умение принимать правильное и.п.; в подвижной игре «Наседка и цыплята» приучать детей подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 50 см. с ходу в удобном для ребенка темпе.* *2.Развивать у детей глазомер в метании мешочков в цель; через подвижную игру развивать быстроту,*	***Тема:*** *ООД № 55* ***Цель:****1.Закреплять умение выполнять метание малого мяча одной рукой от плеча в круг, расположенный на стене; познакомить детей с правилами игры «Огуречик», закреплять умение действовать по сигналу.* *2.Развивать глазомер через метание малого мяча в цель; через подвижную игру развивать быстроту и легкость бега.* *3.В подвижной игре «Огуречик» воспитывать у*	***Тема:*** *ООД № 57* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей подниматься на ладонях и коленях по наклонному скату, чередуя движения рук и ног; в прыжках в длину с места закреплять умение принимать правильное и.п., энергично отталкиваться и мягко приземляться; познакомить детей с подвижной игрой «Зайцы и сторож».* *2.Развивать у детей перекрестную координацию через ползание по наклонному скату; функцию равновесия при*	***Тема:*** *ООД № 59* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей приземляться на полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю стопу при спрыгивании; закреплять умение принимать правильное и.п. при попадании в вертикальную цель от плеча одной рукой; в подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение переходить от бега к подлезанию в быстром темпе, удаляться как можно дальше от клетки.* *2.Развивать у детей функцию*

	ловкость, ориентировку в пространстве. *3.В подвижной игре «Наседка и цыплята» воспитывать у детей умение взаимодействовать с партнером по игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 53*	*детей умение выполнять роль водящего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 55*	*выполнении прыжков в длину с места; через подвижную игру-ориентировку в пространстве, легкость бега.* *3.В подвижной игре «Зайцы и сторож» воспитывать у детей умение оценивать свои действия в соответствии с правилами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 57*	*равновесия при спрыгивании с куба, глазомер при метании в цель; через подвижную игру быстроту и ловкость.* *3.В подвижной игре «Наседка и цыплята» воспитывать у детей самостоятельность при выборе способов выполнения правил игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 59*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 54* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в метании мешочка от плеча, в умении менять и.п. для ног при броске правой и левой рукой; в подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение подлезать на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 50 см. с ходу (темп увеличить).* *2. Развивать у детей глазомер в метании мешочков в цель; через подвижную игру развивать быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве.* *3.В подвижной игре «Наседка и цыплята» воспитывать у детей умение взаимодействовать с партнером по игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 54*	***Тема:*** *ООД № 56* ***Цель:*** *1.Учить детей подниматься на ладонях и коленях по наклонному скату, чередуя движения руки ног; в прыжках в длину с места закреплять умение принимать правильное и.п., энергично отталкиваться и мягко приземляться.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при выполнении прыжков в длину с места и ходьбы по скамейке; перекрестную координацию через ползание по наклонному скату; через подвижную игру развивать быстроту и легкость бега.* *3.В подвижной игре «Огуречик» воспитывать у детей умение выполнять роль водящего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 56*	***Тема:*** *ООД № 58* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в подъеме и спуске по наклонному скату на ладонях и коленях; в прыжках в длину с места закреплять умение принимать и.п., энергично отталкиваться и мягко приземляться.* *2.Развивать у детей перекрестную координацию через ползание по наклонному скату; функцию равновесия при выполнении прыжков в длину с места; через подвижную игру-ориентировку в пространстве, легкость и быстроту бега.* *3.В подвижной игре «Зайцы и сторож» воспитывать у детей умение оценивать свои действия в соответствии с правилами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 58*	***Тема:*** *ООД № 60* ***Цель:*** *1.При спрыгивании с куба упражнять детей в мягком приземлении; закреплять умение самостоятельно готовиться к прыжку; закреплять умение бросать мешочек в вертикальную цель одной рукой от плеча; в подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение переходить от бега к подлезанию в быстром темпе, удаляться как можно дальше от клетки.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при спрыгивании с куба, глазомер при метании в цель; через подвижную игру быстроту и ловкость.* *3.В подвижной игре «Наседка и цыплята» воспитывать у детей самостоятельность, умение оценивать свои действия.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 60*

Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД № 27Г* ***Цель:*** *1.Выявить, каким снарядам дети отдают предпочтение.* *2.Развивать ориентировку в пространстве, функцию равновесия, ловкость, глазомер через игровые упражнения.* *3.Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками при выполнении физических упражнений, поощрить разнообразие действий с мячом, выразительность движений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27Г*	***Тема:*** *ООД № 28Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении использовать оборудование и пособия по интересам; выявить, каким снарядам дети отдают предпочтение.* *2.Развивать ориентировку в пространстве, функцию равновесия, ловкость, глазомер через игровые упражнения.* *3.Воспитывать у детей умение взаимодействовать со сверстниками при выполнении физических упражнений, поощрить разнообразие действий с мячом, выразительность движений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 28Г*	***Тема:*** *ООД № 29Г* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении подлезать под препятствие с разной скоростью; закреплять умение спрыгивать легко, мягко опускаясь на полусогнутые ноги.* *2.Развивать функцию равновесия через спрыгивание со скамейки, быстроту при подлезании под шнур; через подвижную игру развивать быстроту реакции на сигнал.* *3.В подвижной игре и игровых упражнениях воспитывать у детей умение действовать согласованно со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 29ПГ*	***Тема:*** *ООД № 30Г* ***Цель:*** *1.Закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперед, приземляясь на 2 ноги на переднюю часть стопы в естественных условиях; упражнять детей в умении бросать мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой; в подвижной игре «Ловишка» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *2.Развивать ориентировку в пространстве через подвижную игру; глазомер при бросании мешочка в цель.* *3.В подвижной игре «Ловишка» воспитывать у детей умение взаимодействовать с партнерами по игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 30Г*
Месяц: Май				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *Диагностика уровня развития ходьбы и бега.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития прыжка в длину с места.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития двигательных навыков: подлезание под дуги высотой 50 и 60 см..* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Обследование гибкости у детей.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *Диагностика уровня развития метания в горизонтальную цель.*	***Тема:*** *Диагностика метания вдаль малых предметов.* ***Цель:*** *Выявить итоговый*	***Тема:*** *Обследование осанки.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической*	***Тема:*** *Диагностика.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической*

	Цель: *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	*уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	*подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	*подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*
Физическая культура №3	***Тема:*** *Диагностика уровня развития метания в вертикальную цель.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития двигательных навыков: бросание большого мяча вдаль.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Обследование выносливости у детей* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник****:* *Технологические карты диагностического комплекса.*

Средняя группа

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** Технологические карты диагностического комплекса	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** Технологические карты диагностического комплекса	***Тема:*** *ООД №1-2* ***Цель:*** *1. В подпрыгиваниях на месте на двух ногах закреплять умение приземляться легко, на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню; упражнять детей умении энергично отталкиваться от пола, подпрыгивать выше; побуждать детей самостоятельно определять, что нужно сделать, чтобы прыжок был выше закреплять умение подниматься на ладонях и коленях по наклонному скату, чередуя движения рук и ног, оценить координацию движений.* *2. В подвижной игре «Цветные автомобили» закреплять умение бегать легко, ориентироваться в пространстве.* *3. Развивать и поощрять активность детей во время ООД.* ***Методический источник:*** *Техкарта №1*	***Тема:*** *ООД №3-4* ***Цель:*** *1. При подбрасывании большого мяча вверх закреплять умение бросать его перед собой; в лазанье по наклонной лесенке приучать детей не пропускать рейки, ставить руки и ноги каждый раз на соседнюю рейку.* *2.В подвижной игре «Воробушки и кот» закреплять умение при спрыгивании приземляться мягко на две полусогнутые ноги на носки.* *3. Поощрять инициативу и самостоятельность у детей во время выполнения движений.* ***Методический источник:*** *Техкарта №2*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** Технологические карты диагностического комплекса	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** Технологические карты диагностического комплекса	***Тема:*** *ООД №1-2* ***Цель:*** *1. В подпрыгиваниях на месте на двух ногах закреплять умение приземляться легко, на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню; упражнять детей*	***Тема:*** *ООД №3-4* ***Цель:*** *1. При подбрасывании большого мяча вверх закреплять умение бросать его перед собой; в лазанье по наклонной лесенке приучать детей не пропускать рейки, ставить руки и ноги*

			умении энергично отталкиваться от пола, подпрыгивать выше; побуждать детей самостоятельно определять, что нужно сделать, чтобы прыжок был выше закреплять умение подниматься на ладонях и коленях по наклонному скату, чередуя движения рук и ног, оценить координацию движений. *2. В подвижной игре «Цветные автомобили» закреплять умение бегать легко, ориентироваться в пространстве.* *3. Развивать и поощрять активность детей во время ООД.* ***Методический источник:*** *Техкарта №1*	*каждый раз на соседнюю рейку.* *2.В подвижной игре «Воробушки и кот» закреплять умение при спрыгивании приземляться мягко на две полусогнутые ноги на носки.* *3. Поощрять инициативу и самостоятельность у детей во время выполнения движений.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** Технологические карты диагностического комплекса	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** Технологические карты диагностического комплекса	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по бровке; закреплять умение выполнять подпрыгивания на месте легко, приземляться мягко на переднюю часть стопы в обычной обуви.* *2.В подвижной игре «Птицы в гнездах» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на сигнал.* *3. Воспитывать у детей качество взаимовыручки.* ***Методический источник:*** *Техкарта №1*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. В метании мешочка вдаль от плеча одной рукой закреплять умение принимать правильное и.п.; в прыжках с продвижением вперед отрабатывать выполнение толчка двумя ногами и приземление на две полусогнутые ноги на носки.* *2.В подвижной игре «Самолеты» закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, используя все пространство площадки.* *3. Приучать детей осознанно относиться к выполнению правил игры.* ***Методический источник:***

				Техкарта №2
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 5-6* ***Цель:*** *1.Закреплять умение принимать правильное и.п. для ног при прокатывании большого мяча двумя руками снизу; приучать детей в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх, следить за правильным приземлением.* *закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях с хода, не задевая шнур.* *2.В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении прыжков с продвижением вперед на двух ногах.* *3. Приучать детей к выполнению действий по сигналу.* ***Методический источник:*** *Техкарта №3*	***Тема:*** *ООД №7-8* ***Цель:*** *1.Закреплять умение в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх, правильно приземляться; упражнять детей в умение выполнять подтягивание на руках, лежа на животе на гимнастической скамейке. Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение* *2. В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.* *3. Воспитывать самостоятельность в организации знакомых игр.* ***Методический источник:*** *Техкарта №4*	***Тема:*** *ООД №9-10* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч двумя руками снизу в определенном направлении, регулируя силу броска; учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение. Учить детей при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка.* *2.В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять легкие, пружинистые прыжки на двух ногах с продвижением вперед в спокойной обстановке.* *3. Воспитывать инициативность в организации знакомых игр.* ***Методический источник:*** *Техкарта №5*	***Тема:*** *ООД №11-12* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей в прыжках с продвижением вперед при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка; приучать детей подбрасывать мяч невысоко перед собой, ловить, захватывая его с боков; обратить внимание на согласованные движения рук и ног: при ловле сгибаются руки и ноги, при броске – выпрямляются.* *2. В подвижной игре «Кто быстрее?» закреплять умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимая правильное и.п. для бега.* *3. Воспитывать у детей умение действовать сообща, вызывать дружеские отношения между детьми во время ООД.* ***Методический источник:*** *Техкарта №6*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 5-6* ***Цель:*** *1.Закреплять умение принимать правильное и.п. для ног при прокатывании большого мяча двумя руками снизу; приучать детей в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно*	***Тема:*** *ООД №7-8* ***Цель:*** *1.Закреплять умение в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться одновременно двумя ногами вперед-вверх, правильно приземляться; упражнять детей в умение выполнять подтягивание на*	***Тема:*** *ООД №9-10* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч двумя руками снизу в определенном направлении, регулируя силу броска; учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение. Учить детей при приземлении*	***Тема:*** *ООД №11-12* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей в прыжках с продвижением вперед при приземлении создавать благоприятные условия для следующего прыжка; приучать детей подбрасывать мяч невысоко перед собой, ловить, захватывая*

	двумя ногами вперед-вверх, следить за правильным приземлением. *закреплять умение выполнять подлезание на ладонях и коленях с хода, не задевая шнур.* *2.В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении прыжков с продвижением вперед на двух ногах.* *3. Приучать детей к выполнению действий по сигналу.* ***Методический источник:*** *Техкарта №3*	*руках, лежа на животе на гимнастической скамейке. Учить детей готовиться к быстрому бегу, выполнять ускорение* *2. В подвижной игре «Кролики» приучать детей выполнять подлезание на ладонях и коленях под шнур, не задевая его.* *3. Воспитывать самостоятельность в организации знакомых игр.* ***Методический источник:*** *Техкарта №4*	*создавать благоприятные условия для следующего прыжка.* *2.В подвижной игре «Зайцы и волк» закреплять умение выполнять легкие, пружинистые прыжки на двух ногах с продвижением вперед в спокойной обстановке.* *3. Воспитывать инициативность в организации знакомых игр.* ***Методический источник:*** *Техкарта №5*	*его с боков; обратить внимание на согласованные движения рук и ног: при ловле сгибаются руки и ноги, при броске – выпрямляются.* *2. В подвижной игре «Кто быстрее?» закреплять умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимая правильное и.п. для бега.* *3. Воспитывать у детей умение действовать сообща, вызывать дружеские отношения между детьми во время ООД.* ***Методический источник:*** *Техкарта №6*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении перебрасывать большой мяч от груди двумя руками через шнур; закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе и беге по узкой дорожке.* *2.В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в умении выполнять прыжки на месте, с продвижением вперед, легко, на передней части стопы в обычной обуви.* *3. Развивать у детей умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Техкарта №3*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей готовиться к бегу, бежать легко на передней части стопы; упражнять в умении прокатывать большой мяч в ворота двумя руками снизу, принимать правильной и.п. для ног.* *2.В подвижной игре «Куры в огороде» побуждать детей опускать голову ниже при подлезании под шнур (высотой 70 см),на ногах без помощи рук в спокойной обстановке.* *3. Воспитывать у детей доброжелательные отношения со сверстниками.* ***Методический источник:*** *Техкарта №4*	***Тема:*** *ООД на улице* *Физкультурный досуг «Осень»* ***Цель:*** *Закрепить выполнение основных движений в естественных условиях.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №5*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Закреплять умение выполнять прыжки с продвижением вперед, создавать условия для следующего прыжка; упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой и ловить его, захватывая с боков.* *2.В игровом упражнении «Собери овощи» закреплять умение выполнять бег с ускорением и замедлением, принимая правильное и.п.* *3. Воспитывать у детей умение действовать сообща.* ***Методический источник:*** *Техкарта №6*
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**

Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД №13-14* ***Цель:*** *1.Закреплять 1умение принимать правильное и.п. при метании мешочка одной рукой снизу. Познакомить с фазами метания: прицелиться, замахнуться, бросить; закреплять умение выполнять подлезание под шнур на ладонях и коленях с ходу; закреплять умение правильно приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню в прыжках со скамьи высотой 30 см, принимать правильное и.п.* *2. В подвижной игре «Зайцы и волк» приучать детей пользоваться прыжками с продвижением вперед на двух ногах в момент погони.* *3. Формировать у детей чувство взаимовыручки.* ***Методический источник:*** *Техкарта №7*	***Тема:*** *ООД №15-16* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в прокатывании малого мяча одной рукой снизу на расстояние 10 м, выполняя правильно прицеливание, замах и бросок; закреплять умение принимать правильное и.п. при спрыгивании с куба высотой 40 см, приземляться перекатом с носка на всю ступню;* *2.В подвижной игре «Перелет птиц» закрепить умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.* *3. Воспитывать у детей умение считаться с интересами партнеров.* ***Методический источник:*** *Техкарта №8*	***Тема:*** *ООД №17-18* ***Цель:*** *1. Закреплять умение отбивать мяч двумя руками о землю точно перед собой, ловить, захватывая мяч с боков, согласовывать движения рук и ног; знакомить детей со способом передвижения на ступнях и ладонях. Предложить детям самостоятельно показать действия этим способом на основе знаний о принципе называния способов подлезания, ползания (по точкам опоры). учить детей выполнять бег из и.п.стоя спиной к направлению движения.* *2. В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи, приземляясь на 2 ноги перекатом с носка на всю ступню, подлезать на ступнях без помощи рук под шнур (выс. 60 см.)* *3. Продолжать развивать активность детей в играх.* ***Методический источник:*** *Техкарта №9*	***Тема:*** *ООД №19-20* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движения рук и ног; упражнять детей в умении быстро выполнять разворот в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения; закреплять умение ползать в быстром темпе по доске на ступнях и ладонях; учить регулировать силу толчка при спрыгивании с куба через узкий и широкий ручей. Показать значение выноса рук в момент приземления для сохранения равновесия.* *2.В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.* *3. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, умение придти на помощь.* ***Методический источник:*** *Техкарта №10*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД №13-14* ***Цель:*** *1.Закреплять 1умение принимать правильное и.п. при метании мешочка одной рукой снизу. Познакомить с фазами метания: прицелиться, замахнуться, бросить; закреплять умение выполнять подлезание под шнур на ладонях и коленях с ходу;*	***Тема:*** *ООД №15-16* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в прокатывании малого мяча одной рукой снизу на расстояние 10 м, выполняя правильно прицеливание, замах и бросок; закреплять умение принимать правильное и.п. при спрыгивании с куба высотой 40 см, приземляться перекатом с*	***Тема:*** *ООД №17-18* ***Цель:*** *1. Закреплять умение отбивать мяч двумя руками о землю точно перед собой, ловить, захватывая мяч с боков, согласовывать движения рук и ног; знакомить детей со способом передвижения на ступнях и ладонях. Предложить детям*	***Тема:*** *ООД №19-20* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю большого мяча, согласуя движения рук и ног; упражнять детей в умении быстро выполнять разворот в беге из и.п. стоя спиной к направлению движения; закреплять умение*

	закреплять умение правильно приземляться одновременно на две полусогнутые ноги, перекатом с носка на всю ступню в прыжках со скамьи высотой 30 см, принимать правильное и.п. *2. В подвижной игре «Зайцы и волк» приучать детей пользоваться прыжками с продвижением вперед на двух ногах в момент погони.* *3. Формировать у детей чувство взаимовыручки.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №7*	*носка на всю ступню;* *2.В подвижной игре «Перелет птиц» закрепить умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.* *3. Воспитывать у детей умение считаться с интересами партнеров.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №8*	*самостоятельно показать действия этим способом на основе знаний о принципе называния способов подлезания, ползания (по точкам опоры). учить детей выполнять бег из и.п.стоя спиной к направлению движения.* *2. В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение выполнять спрыгивание со скамьи, приземляясь на 2 ноги перекатом с носка на всю ступню, подлезать на ступнях без помощи рук под шнур (выс. 60 см.)* *3. Продолжать развивать активность детей в играх.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №9*	*ползать в быстром темпе по доске на ступнях и ладонях; учить регулировать силу толчка при спрыгивании с куба через узкий и широкий ручей. Показать значение выноса рук в момент приземления для сохранения равновесия.* *2.В подвижной игре «Наседка и цыплята» закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамьи.* *3. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, умение придти на помощь.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №10*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Закреплять умение выполнять ходьбу и бег в естественных условиях. Привлечь внимание детей к использованию разных способов ходьбы с учетом грунта; упражнять в умении мягко приземляться в прыжках в длину с места и в высоту с места;* *2.Познакомить детей с содержанием и правилами игры «Лошадки», приучать детей действовать по сигналу.* *3.Воспитывать у детей умение действовать сообща.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №7*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Приучать детей приспосабливать способы ходьбы и бега к условиям перемещения; упражнять детей в умении перелезать через бревно, используя запрыгивание с упором руками; развивать умение пролезать быстро с ходу;* *2. В подвижной игре «Лошадки» упражнять детей в умении использовать бег на скорость или с увертыванием в зависимости от ситуации.* *3.Воспитывать дружеские взаимоотношения отношения между детьми.* . ***Методический источник:***	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Приучать детей приспосабливать способы ходьбы и бега к условиям перемещения; упражнять детей в умении перелезать через бревно, используя запрыгивание с упором руками; развивать умение пролезать быстро с ходу.* *2. В подвижной игре «Лошадки» упражнять детей в умении использовать бег на скорость или с увертыванием в зависимости от ситуации.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №9*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять знакомые движения в естественных условиях.* *2.Оценивать правильность действий детей.* *3. Воспитывать у детей творчество и выдумку в изображении знакомых предметов.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №10*

		Техкарта №8		
Месяц: Декабрь				
ООД	***Неделя***			
	I	***II***	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 21-22* ***Цель:*** *1.Закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании с куба с поворотом на 90*, побуждать детей выпрыгивать выше вверх, приземляться мягко на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу; предложить детям определить, каким способом можно подлезть быстро и не задеть под шнур на высоте 60 см., побуждать детей пользоваться названием способов подлезания.* *2.В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять детей в умении регулировать скорость движения, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *В подвижной игре «Светофор» закреплять умение принимать правильное и.п. при прокатывании малого мяча, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.* *3. Поощрять у детей выразительность имитационных движений, умение действовать в соответствии с правилами .* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №11*	***Тема:*** *ООД № 23-24* ***Цель:*** *1.В прыжках через валики высотой 10 см. закреплять умение энергично отталкиваться от пола за счет резкого выпрямления ног; развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лежа на животе. учить детей ходить приставным шагом прямо по шнуру, приставляя пятку к носку, сохраняя правильную осанку.* *2.В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см., подниматься и опускаться по гимнастической стенке, не пропуская реек.* *3.Развивать самостоятельность в использовании разученных упражнений.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №12*	***Тема:*** *ООД № 25-26* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей использовать взмах руками для увеличения силы толчка в прыжках в высоту с места; развивать ловкость и силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке лежа на животе; развивать функцию равновесия в ходьбе по шнуру приставным шагом. Упражнять детей в умении регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу* *2. В подвижной игре «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в умении пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты препятствия.* *3. Поощрять у детей творчество в выполнении различных действий с предметами.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №13*	***Тема:*** *ООД № 27-28* ***Цель:*** *1.Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу; упражнять детей в умении быстро набирать и замедлять скорость в челночном беге.* *2.В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ступнях под ближайшее препятствие.* *3. Развивать у детей выразительность в действиях, способность оценивать движения других детей.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №14*
Физическая культура №2	***Тема:*** *ООД № 21-22*	***Тема:*** *ООД № 23-24*	***Тема:*** *ООД № 25-26*	***Тема:*** *ООД № 27-28*

(в зале)	***Цель:*** *1.Закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании с куба с поворотом на 90*, побуждать детей выпрыгивать выше вверх, приземляться мягко на полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу; предложить детям определить, каким способом можно подлезть быстро и не задеть под шнур на высоте 60 см., побуждать детей пользоваться названием способов подлезания.* *2.В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять детей в умении регулировать скорость движения, бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга.* *В подвижной игре «Светофор» закреплять умение принимать правильное и.п. при прокатывании малого мяча, бегать легко, не наталкиваясь друг на друга.* *3. Поощрять у детей выразительность имитационных движений, умение действовать в соответствии с правилами .* ***Методический источник:*** *Техкарта №11*	***Цель:*** *1.В прыжках через валики высотой 10 см. закреплять умение энергично отталкиваться от пола за счет резкого выпрямления ног; развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лежа на животе. учить детей ходить приставным шагом прямо по шнуру, приставляя пятку к носку, сохраняя правильную осанку.* *2.В подвижной игре «Котята и щенята» закреплять умение передвигаться на ступнях и ладонях, выполняя подлезание под шнур, натянутый на высоте 60 см., подниматься и опускаться по гимнастической стенке, не пропуская реек.* *3.Развивать самостоятельность в использовании разученных упражнений.* ***Методический источник:*** *Техкарта №12*	***Цель:*** *1.Закреплять умение детей использовать взмах руками для увеличения силы толчка в прыжках в высоту с места; развивать ловкость и силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке лежа на животе; развивать функцию равновесия в ходьбе по шнуру приставным шагом. Упражнять детей в умении регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу* *2. В подвижной игре «Не попадись в мышеловку» упражнять детей в умении пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты препятствия.* *3. Поощрять у детей творчество в выполнении различных действий с предметами..* ***Методический источник:*** *Техкарта №13*	***Цель:*** *1.Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу; упражнять детей в умении быстро набирать и замедлять скорость в челночном беге.* *2.В подвижной игре «Кролики» закреплять умение выполнять подлезание на ступнях под ближайшее препятствие.* *3. Развивать у детей выразительность в действиях, способность оценивать движения других детей.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №14*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице «В гости к елке»* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении действовать в естественных условиях.* *2. Развивать самостоятельность в*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять перелезание через бревно быстро с ходу с опорой на руки; в скольжении по ледяным дорожкам привлекать внимание детей к группировке:*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.В подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в мягком приземлении при выполнении разных прыжков: на месте на двух ногах, на двух ногах с продвижением вперед, в*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.В подвижной игре «Цветные автомобили» упражнять детей в умении быстро начинать бег, принимая правильное и.п., быстро выполнять разворот при начале бега из и.п., стоя*

	определении способа выполнения различных движений в зависимости от условий. *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №11*	*при скольжении присесть в низкую стойку, руки вперед.* *2.В подвижной игре «Лошадки» упражнять в передвижении разными способами: с высоким подниманием ног, галопом вперед, бегом.* *3. Поощрять творчество и выдумку в изображении знакомых объектов..* ***Методический источник:*** *Техкарта №12*	*прыжках в высоту с места.* *2.В подвижной игре «Цветные автомобили» развивать у детей умение распределять внимание на зрительный сигнал и условия выполнения.* *3.Поощрять творчество и выдумку в изображении знакомых объектов..* ***Методический источник:*** *Техкарта №13*	*спиной к направлению движения.* *2.В подвижной игре «Елочки и лесник» упражнять детей в умении принимать правильную осанку.* *3.Поощрять самостоятельность, инициативу детей.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №14*
Месяц: Январь				
ООД	***Неделя***			
	I	***II***	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**		***Тема:*** *ООД № 29-30* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места закреплять умение приземляться на две ноги, полусогнутые в коленях, перекатом с пятки на всю ступню. Использовать взмах рук для увеличения силы толчка. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и правильно ловить его.* *2. Приучать детей выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшие препятствия, развивать быструю ориентировку в пространстве* *3. Воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №15*	***Тема:*** *ООД № 31-32* ***Цель:*** *1. Закреплять умение принимать правильное и.п. при спрыгивание, отталкиваться одновременно двумя ногами.* *2. Упражнять детей в перебрасывании и ловле мяча в парах. Приучать выпускать мяч партнеру по дугообразной траектории. Упражнять в умении пользоваться ускорением при беге, увертываться при перемещении с разной скоростью; закреплять умение лазать по гимнастической стенке не пропуская реек, правильно выполнять постановку ноги на середину стопы и захватывать рейку круговым хватом* *3. Воспитывать доброжелательное отношение со сверстниками и умение играть в команде..*	***Тема:*** *ООД № 33-34* ***Цель:*** *1.При лазанье по гимнастической стенке упражнять детей в слитном выполнении движений при подъеме и спуске. Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.* *2. В подтягивании на руках лежа на скамейке побуждать детей за одно подтягивание продвинуть туловище как можно дальше. Закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамейке.* *3. В подвижной игре «Наседка и цыплята» вызывать интерес к двигательной деятельности и приучать к самостоятельному выбору способа подлезания.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №17*

			Методический источник: *Техкарта №16*	
Физическая культура №2 **(в зале)**		***Тема:*** *ООД № 29-30* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места закреплять умение приземляться на две ноги, полусогнутые в коленях, перекатом с пятки на всю ступню. Использовать взмах рук для увеличения силы толчка. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и правильно ловить его.* *2. Приучать детей выполнять подлезание на ладонях и ступнях под ближайшие препятствия, развивать быструю ориентировку в пространстве* *3. Воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №15*	***Тема:*** *ООД № 31-32* ***Цель:*** *1. Закреплять умение принимать правильное и.п. при спрыгивание, отталкиваться одновременно двумя ногами.* *2. Упражнять детей в перебрасывании и ловле мяча в парах. Приучать выпускать мяч партнеру по дугообразной траектории. Упражнять в умении пользоваться ускорением при беге, увертываться при перемещении с разной скоростью; закреплять умение лазать по гимнастической стенке не пропуская реек, правильно выполнять постановку ноги на середину стопы и захватывать рейку круговым хватом* *3. Воспитывать доброжелательное отношение со сверстниками и умение играть в команде.* .***Методический источник:*** *Техкарта №16*	***Тема:*** *ООД № 33-34* ***Цель:*** *1.При лазанье по гимнастической стенке упражнять детей в слитном выполнении движений при подъеме и спуске. Развивать функцию равновесия при ходьбе и беге из обруча в обруч.* *2. В подтягивании на руках лежа на скамейке побуждать детей за одно подтягивание продвинуть туловище как можно дальше. Закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании со скамейке.* *3. В подвижной игре «Наседка и цыплята» вызывать интерес к двигательной деятельности и приучать к самостоятельному выбору способа подлезания.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №17*
Физическая культура №3 **(на прогулке)**		***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в ходьбе и беге по рыхлому и утрамбованному снегу по участку, огибая препятствия.* *2. Закреплять умение принимать и.п. при броске снежков в даль от плеча правой и левой рукой.* *3. Приучать к самостоятельному созданию*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в ходьбе и беге по рыхлому и утрамбованному снегу по участку, огибая препятствия.* *2. Закреплять умение принимать и.п. при броске снежков в даль от плеча правой и левой рукой.* *3. Приучать к самостоятельному созданию*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении действовать успешно в естественных условиях.* *2. Закреплять умение выполнять знакомые движения в необычных условиях.* *3. Вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности.* .

		условий для выполнения физических упражнений. . ***Методический источник:*** *Техкарта №15*	*условий для выполнения физических упражнений.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №16*	***Методический источник:*** *Техкарта №17*
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 35-36* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении бросать мешочек в даль. Привлекать внимание детей к переносу тяжести тела с одной ноги на другую при замахе и броске; Выполнять замах в зависимости от требований к дальности броска.* *2. Знакомить детей с переходом на соседней пролет гимнастической стенке приставным шагом боком. Упражнять детей в умении пользоваться подлезанием на ступнях без опоры на руки и на ладонях и коленях в зависимости от высоты препятствия. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление.* *3. В подвижной игре «Самолеты» воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками..* ***Методический источник:*** *Техкарта №18*	***Тема:*** *ООД № 37-38* ***Цель:*** *1. Закреплять умение регулировать силу броска при прокатывании малого мяча.* *2. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление, использовать замах для увеличения дальности прыжка.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее прибежит к флажку» приучать к самостоятельному созданию условий.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №19*	***Тема:*** *ООД № 39-40* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять: бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч; разные способы подлезания. Упражнять детей в умении придавать точное направление малому мячу при прокатывании его одной рукой снизу по дорожке шириной 40 см.* *2. Знакомить детей с функцией маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге на месте. Привлечь внимание к положению маховой ноги. Закреплять умение сохранять равновесие и регулировать силу толчка при спрыгивании с куба. Побуждать детей к оценке приземления.* *3. Приучать детей к выполнению действий по сигналу.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №20*	***Тема:*** *ООД № 41-42* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сохранять равновесие после поворота на 90 градусов при спрыгивании с куба высотой 25 см; выпрыгивать выше вверх, приземляться легко на две полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу. Упражнять детей в умении подниматься на ступнях и ладонях по наклонному скату, спускаться на ступнях без помощи рук* *2. Закреплять умение придавать точное направление малому мячу при прокатывании его по дорожке шириной 30 см. 3. Формировать у детей чувство взаимовыручки.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №21*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 35-36* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении бросать мешочек в даль.*	***Тема:*** *ООД № 37-38* ***Цель:*** *1. Закреплять умение регулировать силу броска при*	***Тема:*** *ООД № 39-40* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять: бег широкими*	***Тема:*** *ООД № 41-42* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сохранять равновесие после*

	Привлекать внимание детей к переносу тяжести тела с одной ноги на другую при замахе и броске; Выполнять замах в зависимости от требований к дальности броска. *2. Знакомить детей с переходом на соседней пролет гимнастической стенке приставным шагом боком. Упражнять детей в умении пользоваться подлезанием на ступнях без опоры на руки и на ладонях и коленях в зависимости от высоты препятствия. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление.* *3. В подвижной игре «Самолеты» воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками.* *.**Методический источник:*** *Техкарта №18*	*прокатывании малого мяча.* *2. Закреплять умение в прыжках в длину с места выполнять правильно толчок и приземление, использовать замах для увеличения дальности прыжка.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее прибежит к флажку» приучать к самостоятельному созданию условий.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №19*	*шагами, пробегая из обруча в обруч; разные способы подлезания. Упражнять детей в умении придавать точное направление малому мячу при прокатывании его одной рукой снизу по дорожке шириной 40 см.* *2. Знакомить детей с функцией маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге на месте. Привлечь внимание к положению маховой ноги. Закреплять умение сохранять равновесие и регулировать силу толчка при спрыгивании с куба. Побуждать детей к оценке приземления.* *3. Приучать детей к выполнению действий по сигналу.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №20*	*поворота на 90 градусов при спрыгивании с куба высотой 25 см; выпрыгивать выше вверх, приземляться легко на две полусогнутые ноги перекатом с носка на всю стопу. Упражнять детей в умении подниматься на ступнях и ладонях по наклонному скату, спускаться на ступнях без помощи рук* *2. Закреплять умение придавать точное направление малому мячу при прокатывании его по дорожке шириной 30 см. 3. Формировать у детей чувство взаимовыручки.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №21*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать у детей разнообразие действий при скатывании с горки на санках. Воспитывать у детей ловкость, смелость.* *2. Упражнять в метании в горизонтальную цель одной рукой (снизу или от плеча).* *3. Побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата.* *.**Методический источник:*** *Техкарта №18*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Формировать у детей разнообразные действия на ледяных дорожках. Закреплять умение пользоваться замахом при метании в даль.* *2. Упражнять в умении сохранять равновесие при подъеме и спуске с возвышенности.* *3. Побуждать к проявлению стремления к качественному выполнению движения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №19*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Формировать у детей разнообразные действия на ледяных дорожках. Закреплять умение пользоваться замахом при метании вдаль.* *2. Упражнять в умении сохранять равновесие при подъеме и спуске с возвышенности.* *3. Побуждать к проявлению стремления к качественному выполнению движения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №20*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Закреплять умение использовать скользящий шаг при ходьбе на лыжах, развивать координацию движений.* *2. При скатывании с горки упражнять в использовании стойки лыжника* *3. Воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности..* ***Методический источник:*** *Техкарта №21*

Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 43-44* ***Цель:*** *1. закреплять умения при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.* *2. При перебрасывании большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать точные направления, регулировать силу броска. Ловить мяч, захватывая его с боков; Закреплять умение в прыжках с продвижением вперед и спрыгивание со скамьи регулировать силу отталкивания, сохранять равновесие при приземлении* *3. В подвижной игре «Автомобиле» воспитывать уважительные отношения друг к другу, учить реагировать на зрительный сигнал..* ***Методический источник:*** *Техкарта №22*	***Тема:*** *ООД № 45- 46* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в передвижении на ладонях и коленях и на ступнях и ладонях в быстром темпе. Приучать переходить от подлезания к бегу.* *2. Развивать силу мышц рук при подтягивании на скамейке.* *3. В подвижной игре «Самолеты» воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в умении бегать не наталкиваясь друг на друга.* .***Методический источник:*** *Техкарта №23*	***Тема:*** *ООД № 47-48* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в использовании взмаха рук для увеличения дальности полета в прыжках в длину с продвижением вперед.* *2. Развивать силу мышц рук при прокатывании набивных мячей.* *3. Развивать у детей способность правильно оценивать выполнение движений у себя и у сверстников..* ***Методический источник:*** *Техкарта №24*	***Тема:*** *ООД № 49-50* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места побуждать детей отталкиваться вперед-вверх, набирать высоту для полета.* *2. Знакомить детей с траекторией полета мяча при броске в корзину одной рукой снизу. Закреплять умение согласовывать движение рук и ног.* *3. Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения со сверстниками..* ***Методический источник:*** *Техкарта №25*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 43-44* ***Цель:*** *1. закреплять умения при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.* *2. При перебрасывании большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать точные направления, регулировать силу*	***Тема:*** *ООД № 45- 46* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в передвижении на ладонях и коленях и на ступнях и ладонях в быстром темпе. Приучать переходить от подлезания к бегу.* *2. Развивать силу мышц рук при подтягивании на скамейке.* *3. В подвижной игре «Самолеты» воспитывать*	***Тема:*** *ООД № 47-48* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в использовании взмаха рук для увеличения дальности полета в прыжках в длину с продвижением вперед.* *2. Развивать силу мышц рук при прокатывании набивных мячей.* *3. Развивать у детей способность правильно*	***Тема:*** *ООД № 49-50* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места побуждать детей отталкиваться вперед-вверх, набирать высоту для полета.* *2. Знакомить детей с траекторией полета мяча при броске в корзину одной рукой снизу. Закреплять умение согласовывать движение рук и ног.*

	броска. Ловить мяч, захватывая его с боков; Закреплять умение в прыжках с продвижением вперед и спрыгивание со скамьи регулировать силу отталкивания, сохранять равновесие при приземлении 3. В подвижной игре «Автомобиле» воспитывать уважительные отношения друг к другу, учить реагировать на зрительный сигнал.. ***Методический источник:*** *Техкарта №22*	*доброжелательные отношения со сверстниками в умении бегать не наталкиваясь друг на друга..* ***Методический источник:*** *Техкарта №23*	*оценивать выполнение движений у себя и у сверстников..* ***Методический источник:*** *Техкарта №24*	*3. Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения со сверстниками..* ***Методический источник:*** *Техкарта №25*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Закреплять умение выполнять бросок энергично, используя замах. Развивать согласованные движения рук и ног при метании вдаль. 2. Упражнять в умении пользоваться правильным захватом при лазанье. 3. Побуждать детей к проявлению настойчивости при достижении конечного результата. .* ***Методический источник:*** *Техкарта №22*	***Тема:*** *ООД на улице «Масленица. Проводы зимы»* ***Цель:*** *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №23*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять энергичный замах при метании малых предметов вдаль, осуществлять перенос центра тяжести с одной ноги на другую при замахе и броске. 2. Закреплять умение выполнять перелезание через бревно с ходу, развивать умение выполнять влезание с ходу на гимнастическую стенку и слезать не пропуская рейки. 3. Поддерживать у детей интерес к двигательной деятельности..* ***Методический источник:*** *Техкарта №24*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в подъеме и спуске по ступенькам деревянной горки, не держась за перила, регулировать уровень подъема ноги. 2. В метании в вертикальную цель знакомить детей с броском от плеча одной рукой. Действовать согласованно рукой и ногами. 3. Воспитывать у детей качество взаимовыручки.* ***Методический источник:*** *Техкарта №25*
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 51-52* ***Цель:*** *1. Закреплять умение отталкиваться энергично*	***Тема:*** *ООД № 53-54* ***Цель:*** *1. Учить детей вращать скакалку, согласовывать*	***Тема:*** *ООД № 55-56* ***Цель:*** *1. Закреплять умение сочетать точное направление*	***Тема:*** *ООД № 57-58* ***Цель:*** *1. Упражнять в умении выполнять переход с одного*

	одновременно двумя ногами в прыжках с продвижением вперед. *2. Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить маленький мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу. Закреплять умение переходить с одного пролета гимнастической стенки на другой.* *3. В подвижной игре «Цветные автомобили» приучать детей начинать действия на установленный сигнал..* ***Методический источник:*** *Техкарта №26*	*вращение с подпрыгиванием. Закреплять умение выполнять круговой замах при перебрасывании большого мяча двумя руками от груди, привлекать внимание к дугообразной траектории движения мяча при полете.* *2. Упражнять детей в самостоятельном определении последовательности действий при выполнении перехода на высоте с одного пролета на другой. 3. В подвижной игре «Бездомный заяц» формировать элементарные умения ориентировки в пространстве..* ***Методический источник:*** *Техкарта №27*	*с энергичным броском при попадании большого мяча в корзину. Предложить детям назвать выбранный способ метания.* *2. Упражнять в умении выполнять прыжки через скакалку, вращать скакалку кистями рук, согласовывать вращение скакалки с прыжком.* *3. В подвижной игре «Перелет птиц» побуждать к проявлению стремления к качественному выполнению движений.* *.**Методический источник:*** *Техкарта №28*	*пролета на другой на середине гимнастической стенки.* *2. Закреплять умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. Упражнять детей в выполнении прыжков в длину с места. Привлекать внимание к отталкиванию вперед-вверх.* *3. В подвижной игре «Пастух и стадо» формировать элементарные умения самоорганизации и соблюдать правила игры.* *.**Методический источник:*** *Техкарта №29*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 51-52* ***Цель:*** *1. Закреплять умение отталкиваться энергично одновременно двумя ногами в прыжках с продвижением вперед.* *2. Закреплять умение принимать и.п. при метании в зависимости от величины предмета. Предложить детям забросить маленький мяч в корзину одной рукой снизу, затем большой мяч двумя руками снизу. Закреплять умение переходить с одного пролета гимнастической стенки на другой.* *3. В подвижной игре «Цветные автомобили» приучать детей начинать действия на установленный сигнал.*	***Тема:*** *ООД № 53-54* ***Цель:*** *1. Учить детей вращать скакалку, согласовывать вращение с подпрыгиванием. Закреплять умение выполнять круговой замах при перебрасывании большого мяча двумя руками от груди, привлекать внимание к дугообразной траектории движения мяча при полете.* *2. Упражнять детей в самостоятельном определении последовательности действий при выполнении перехода на высоте с одного пролета на другой. 3. В подвижной игре «Бездомный заяц» формировать элементарные умения ориентировки в пространстве.*	***Тема:*** *ООД № 55-56* ***Цель:*** *1. Закреплять умение сочетать точное направление с энергичным броском при попадании большого мяча в корзину. Предложить детям назвать выбранный способ метания.* *2. Упражнять в умении выполнять прыжки через скакалку, вращать скакалку кистями рук, согласовывать вращение скакалки с прыжком.* *3. В подвижной игре «Перелет птиц» побуждать к проявлению стремления к качественному выполнению движений.* *.**Методический источник:*** *Техкарта №28*	***Тема:*** *ООД № 57-58* ***Цель:*** *1. Упражнять в умении выполнять переход с одного пролета на другой на середине гимнастической стенки.* *2. Закреплять умение принимать и.п. в зависимости от величины предмета при броске мяча в корзину одной рукой снизу, двумя руками снизу. Упражнять детей в выполнении прыжков в длину с места. Привлекать внимание к отталкиванию вперед-вверх.* *3. В подвижной игре «Пастух и стадо» формировать элементарные умения самоорганизации и соблюдать правила игры.* *.**Методический источник:*** *Техкарта №29*

	.***Методический источник:*** *Техкарта №26*	***Методический источник:*** *Техкарта №27*		
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Показать детям возможность использования метания снизу одной рукой от плеча при попадании в коробку высотой 50 см.* *2. Упражнять детей в подъеме и спуске по наклонной поверхности и ступенькам лестницы.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее принесет мешочек?» воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками при передаче мешочка..* ***Методический источник:*** *Техкарта №26*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Знакомить детей с отбиванием мяча о стенку. Упражнять в ловле мяча.* *2. Упражнять детей в выполнении прыжка в длину с места; оценить правильность выполнения и.п., толчка, приземления.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее принесет мешочек?» приучать детей не начинать эстафету без ее передачи..* ***Методический источник:*** *Техкарта №27*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Показать детям возможность использования метания снизу одной рукой от плеча при попадании в коробку высотой 50 см.* *2. Упражнять детей в подъеме и спуске по наклонной поверхности и ступенькам лестницы.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее принесет мешочек?» воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками при передаче мешочка..* ***Методический источник:*** *Техкарта №28*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Приучать детей в метании на дальность одной рукой от плеча переносить центр тяжести с сзадистоящей ноги на впередистоящую ногу, выполнять энергичный бросок.* *2. Закреплять умение выполнять перелезание через бревно с ходу в упоре руками, быстро, последовательно перенося ноги на другую сторону.* *3. В подвижной игре «Заяц и волк» учить детей действовать точно по сигналу и рекомендациям педагога..* ***Методический источник:*** *Техкарта №29*

Старшая группа

Месяц: Сентябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *Диагностика уровня развития основных движений (бег)* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности. основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития гибкости у детей* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития равновесия у детей* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития силы* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *Определение силы различных групп мышц* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития основных движений (подлезание)* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития двигательных навыков(лазанье)* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности*	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:***

	Методический источник: *Технологические карты диагностического комплекса.*	*основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	*основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	*Технологические карты диагностического комплекса.*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *Диагностика уровня развития основных движений (метание)* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития основных движений (прыжки)* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития двигательных навыков(метание)* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития выносливости* ***Цель:*** *Выявить начальный уровень сформированности основных движений.* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*
Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1,2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 1* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в мягком приземлении на полусогнутые ноги на носки при подпрыгивании на месте на двух ногах; закреплять умение бросать большой мяч перед собой и ловить его, захватывая с боков; продолжать формировать правильную осанку.* *2.Развивать перекрестную координацию в ползании по прямой на ладонях и коленях.* *3. В подвижной игре «Волшебные елочки» воспитывать у детей умение оценивать своих сверстников, допускающих ошибки при ходьбе, побуждая их исправлять.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1,2*	***Тема:*** *ООД № 2* ***Цель:****1. Упражнять детей в умении сохранять правильную осанку при ходьбе; в игре «Подбрось-поймай» упражнять детей в умении бросать мяч точно перед собой и ловить его, захватывая с боков; в подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять в выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед.* *2.Развивать силу мышц ног, выносливость в подвижной игре; гибкость при подлезании; ловкость в ходьбе между кеглями; мускулатуру рук в упражнении с мячом.* *3. Воспитывать у детей самостоятельность в оценке умения сохранять правильную осанку при ходьбе.* ***Методический источник:***	***Тема:*** *ООД № 3* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в мягком приземлении при выполнении прыжка в длину с места, закреплять умение энергично отталкиваться и сочетать толчок с взмахом рук; упражнять в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты; закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча об пол, упражнять детей в правильной ловле мяча.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по доске боком, с мешочком на голове; силу мышц ног в прыжках в длину с места; ловкость, силу мышц рук при отбивании мяча; быстроту в подвижной игре.* *3. Воспитывать у детей*	***Тема:*** *ООД № 4* ***Цель:****1.Закреплять умение регулировать силу толчка при выполнении прыжков в длину с места с помощью рук; закреплять умение бросать большой мяч от груди двумя руками, учить выполнять круговой замах, согласовывать движения рук и ног при замахе и броске; упражнять детей в ползании на ладонях и коленях между шнурами.* *2.Развивать у детей силу мышц ног в прыжках в длину с места; глазомер, силу мышц рук в забрасывании мяча в корзину; перекрестную координацию в ползании; быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение оценивать свои возможности, правильно воспринимать поражение в игре.*

		Технологическая карта ООД № 3,4	*умение согласовывать свои действия с действиями сверстников и со словами игры.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5,6*	***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 7,8*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД № 1(прогулка)* ***Цель:****1. Упражнять детей в умении выполнять ходьбу с ускорением, изменяя положение рук и используя широкий шаг; учить детей регулировать силу толчка в прыжках в высоту с места с учетом высоты препятствия.* *2.Развивать силу мышц ног в прыжках через валики; ориентировку в пространстве при перестроениях; быстроту в подвижной игре «Цветные автомобили».* *3.Воспитывать у детей инициативу в выполнении движений.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 1П*	***Тема:*** *ООД № 2(прогулка)* ***Цель:****1.Закреплять выполнение основных движений (ходьба, бег, метание в горизонтальную цель) в естественных условиях; упражнять детей в мягком приземлении при подпрыгивании и энергичном отталкивании двумя ногами.* *2.В подвижной игре «Беги к названному дереву» развивать у детей ориентировку в пространстве; глазомер при метании шишек; силу мышц ног в подпрыгиваниях.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в организации игр..* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №2П*	***Тема:*** *ООД № 3(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять умение бросать вдаль мешочки, используя бросок от головы одной рукой; упражнять в беге с ускорением в подвижной игре «Быстро возьми предмет»; упражнять детей в прыжках в длину с места, сочетая толчок с взмахом рук.* *2.Развивать силу мышц рук в метании мешочка вдаль; силу мышц ног в прыжках в длину с места и подпрыгиваниях; быстроту, ловкость в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самоконтроль, творчество в передаче знакомых образов в движении.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 3П*	***Тема:*** *ООД № 4(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей выполнять движения с ходу; учить детей безопасным действиям в естественных условиях, используя полосу препятствий; в подвижной игре «Найди себе пару» упражнять детей в умении выполнять бег с ускорением.* *2.Развивать перекрестную координацию в лазании по гимнастической стенке; ловкость в перелезании через бревно; силу мышц ног в прыжках в длину с места, выносливость в подпрыгиваниях на одной ноге; быстроту ,ориентировку в пространстве в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самоконтроль, творчество в передаче знакомых образов в движении.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 4П*
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1,2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 9* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении пользоваться круговым замахом, выполнять сильный бросок при выполнении*	***Тема:*** *ООД № 11* ***Цель:*** *1.В прыжках с доставанием до предмета учить детей определять место для толчка; упражнять детей*	***Тема:*** *ООД № 13* ***Цель:*** *1.Закреплять приемы ведения мяча на месте правой и левой рукой, учить детей отбивать мяч в определенном*	***Тема:*** *ООД № 15* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей правильность выполнения приземления и и.п. в прыжках в глубину; упражнять детей в*

	метания большого мяча вдаль; закреплять умение пролезать в обруч боком; в подвижной игре «Караси и щука» учить детей выполнять подлезание с ходу, выбирая способы подлезания в зависимости от высоты. *2.Развивать силу мышц рук при метании мяча вдаль;ориентировку в пространстве при перестроениях;ловкость при пролезании в обруч;быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей чувство взаимоуважения, умение действовать в команде и сопереживать.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9,10*	*в отбивании и ловле после отскока от пола большого мяча в парах; учить детей отбивать мяч от пола ладонью; упражнять детей в выполнении быстрого подлезания на ступнях без рук и на ладонях и коленях в подвижной игре «Караси и щука».* *2.Развивать у детей силу мышц ног в прыжках в высоту;силу мышц рук и моторику в действиях с мячами;быстроту и ловкость в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения со сверстниками, умение придти на помощь.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 11,12*	*ритме; упражнять детей в умении ползать различными способами: между кубиками на ладонях и коленях, по дорожке на ступнях и ладонях; закреплять мягкое приземление при выполнении прыжков в глубину; в подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в быстром продвижении прыжками на двух ногах,умение выбирать свободное место для подлезания.* *2.Развивать у детей силу мышц ног, ловкость в прыжках в глубину; перекрестную координацию в ползании между предметами; силу мышц рук,моторику в действиях с мячами;ориентировке в пространстве и быстроту в подвижной игре;укреплять свод стопы в ходьбе по шнуру.* *3.Воспитывать у детей уважение друг к другу, самостоятельность при создании условий для игры, умение выполнять роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13,14*	*умении сочетать перешагивание через предметы с подлезанием на ступнях без рук и на ладонях и коленях, быстро переходить к выполнению подлезания разными способами; закреплять умение выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения; упражнять детей в умении принимать правильное и.п. и замах при бросании мешочка в обруч; в подвижной игре «Кот и мыши» учить детей быстро выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.* *2.Развивать у детей функцию равновесия в ходьбе по скамейке и через мячи;глазомер при метании мешочка в обруч;укреплять свод стопы в ходьбе по ребристой доске; быстроту, ловкость, увертливость в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей умение оценивать свои возможности, правильно воспринимать поражение в игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15,16*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД № 5(прогулка)* ***Цель:*** *1.Учить детей безопасным действиям в естественных условиях, используя полосу препятствий.* *2.Развивать у детей умение ориентироваться на участке в соответствии с маршрутом карты.*	***Тема****: ООД №6(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении действовать в соответствии с азбукой уличного движения; учить детей выполнять знакомые движения с разной амплитудой и скоростью;закреплять знание следующих правил:*	***Тема:*** *ООД №7(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей умение при скольжении по ледяным дорожкам действовать на полусогнутых ногах, туловище наклонено вперед;* *2.Развивать в подвижной игре «Ловишки» умение детей*	***Тема:*** *ООД №8(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей умение метать в движущуюся цель мешочком, принимая правильное и.п.для ног и рук.* *2.Развивать в подвижной игре «Мы – веселые ребята» умение детей увертываться различными*

	3.Воспитывать у детей умение действовать в команде и сопереживать. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 5П*	*-машины на дорогах придерживаются правой стороны;* *-светофор сигнализирует,когда можно ехать,идти;* *-пешеходы двигаются,когда машины стоят.* *2.Развивать у детей ориентировку в пространстве при передвижениях и перестроениях; в подвижной игре быстроту, ловкость, внимание.* *3.Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения со сверстниками, умение придти на помощь.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 6П*	*увертываться различными способами;ориентировку в пространстве при перестроениях;силу мышц ног в прыжках; функцию равновесия при скольжении по ледяным дорожкам.* *3.Воспитывать у детей творческие проявления, самостоятельность при создании условий для игры, умение выполнять роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 7П*	*способами;ориентировку в пространстве при перестроениях;глазомер при метании в движущуюся цель; функцию равновесия при ходьбе по бровкам.* *3.Воспитывать у детей творческие проявления, самостоятельность при создании условий для игры, умение выполнять роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 8П*
Месяц: Декабрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1,2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 17* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения; упражнять детей в выполнении энергичного замаха при метании мешочка вдаль одной рукой снизу,перенося центр тяжести с одной ноги на другую; закреплять умение пользоваться разными способами подлезания в зависимости от высоты; в подвижной игре «Мы - веселые ребята» закреплять умение быстро переходить от прыжков на месте к бегу.*	***Тема:*** *ООД № 19* ***Цель:*** *1.Учить детей изменять направление толчка при спрыгивании с предмета в плоский обруч, лежащий впереди, справа, слева; упражнять детей в сочетании замаха и броска при метании вдаль мешочка снизу одной рукой;закреплять умение выполнять подтягивание на скамейке с помощью рук;упражнять детей в правильном захватывании рейки при выполнении лазания.* *2.Развивать силу мышц рук при подтягивании на скамейке; перекрестную координацию*	***Тема:*** *ООД № 21* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в правильном захвате рейки при лазанье; упражнять детей в подтягивании на скамейке лежа на животе с помощью рук; учить детей самостоятельно выбирать физические упражнения для выполнения после разминки; в подвижной игре «Перемени предмет» упражнять детей в умении выполнять ускорение* *2.Развивать перекрестную координацию при выполнении лазания; силу мышц рук при подтягивании на скамейке; функцию равновесия при ходьбе*	***Тема:*** *ООД № 12(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении ходить и бегать широкими и семенящими шагами; развивать умение выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед на передней части стопы, выполняя прыжки мягко опускаясь на полусогнутые ноги; в подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» упражнять детей в умении выполнять подлезание на ступнях без опоры на руки в быстром темпе.* *2.Развивать силу мышц ног в прыжках с продвижением*

	2.Развивать перекрестную координацию в подлезании под шнуры;силу мышц рук при метании мешочка вдаль;быстроту,ловкость, ориентировку в пространстве в подвижной игре. *3.Воспитывать дружеские взаимоотношения детей, умение действовать сплоченно.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17,18*	*при лазании на гимнастическую стенку;силу мышц ног и ориентировку в пространстве при спрыгиваниях;ловкость и быстроту в подвижной игре «Перемени предмет».* *3.Воспитывать у детей действовать согласованно в паре со сверстником, оказывать* взаимопомощь. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19,20*	*по набивным мячам.* *3.Воспитывать у детей умение самостоятельно создавать условия для игр, выполнять роль ведущего; умение оценивать своих сверстников, допускающих ошибки при выполнении упражнений, побуждая их исправлять.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21,22*	*вперед;выносливость и быстроту в подвижной игре;функцию равновесия в игре «След в след».* *3.Воспитывать у детей командный дух, умение поддержать сверстников в игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 12П*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД № 9(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении ходить и бегать,преодолевая препятствия;закреплять выполнение знакомых упражнений в естественных условиях.* *2.Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве по маршрутной карте; функцию равновесия при ходьбе по бровкам и наклонным поверхностям;быстроту, выносливость в играх – эстафетах.* *3.Воспитывать у детей командный дух, умение поддержать сверстников в игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 9П*	***Тема:*** *ООД № 10(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей выполнение знакомых упражнений в естественных условиях; учить безопасным действиям, используя полосу препятствий. 2.Развивать выносливость, силу, ловкость, быстроту.* *3.Воспитывать у детей интерес к спортивным играм, желание действовать совместно со взрослыми, взаимовыручку, умение сопереживать.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 10П*	***Тема:*** *ООД № 11(прогулка)* ***Цель:*** *1.В подвижной игре «Перемени предмет» упражнять детей в выполнении быстрого поворота и ускорения;в подвижной игре «Зайцы и волк» упражнять детей в выполнении мягких прыжков, в сочетании прыжков и бега;упражнять детей в умении бегать на пределе своих возможностей.* *2.Развивать выносливость и быстроту в подвижной игре «Парные перебежки»;силу мышц ног в игре «Зайцы и волк»;ловкость и увертливость в игре с переменой предмета.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность,умение выполнять роль ведущего в играх и упражнениях.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 11П*	***Тема:*** *ООД № 13(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в скольжении по ледяным дорожкам на полусогнутых ногах; упражнять в беге в быстром темпе; познакомить детей с содержанием и правилами игры «Бездомный заяц».* *2.Развивать функцию равновесия в ходьбе приставными шагами,в скольжении по ледяным дорожкам;выносливость и быстроту в подвижной игре.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность,умение выполнять роль ведущего в играх и упражнениях.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 13П*
Месяц: Январь				
ООД	**Неделя**			

	I	II	III	IV
Физическая культура №1,2 (в зале)	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 14(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей прицельно выполнять бросок при попадании в движущуюся цель, выбирать наиболее подходящий момент, регулировать силу броска; в подвижной игре «Кто быстрее принесет льдинку?» упражнять детей в быстром беге зигзагом.* *2.Развивать глазомер при метании в движущуюся цель; быстроту в подвижной игре; функцию равновесия при передвижении по скользкой поверхности.* *3.Воспитывать командный дух, умение поддержать сверстников в игре.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 14П*	***Тема:*** *ООД № 23* ***Цель:*** *1.Закреплять у детей навыки ведения мяча правой и левой рукой; совершенствовать умение детей подтягиваться в положении лежа, хватом скрестно на гимнастической скамейке.* *2.Развивать ловкость при выполнении основных движений, быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Собери венок» воспитывать у детей чувство товарищества, взаимовыручки, поддерживать дух честного соревнования.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23,24*	***Тема:*** *ООД № 25* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении вести мяч по прямой; упражнять в перебрасывании и ловле мяча в парах; в подвижной игре упражнять детей в быстром подллезании; закреплять слитное выполнение всех элементов в прыжках в длину с места; учить детей забрасывать большой мяч в вертикальную цель от головы двумя руками* *2.Развивать быстроту в подвижной игре, силу мышц ног в прыжках, глазомер и силу мышц рук в действиях с мячами.* *3.В подвижной игре «Наседка и цыплята» воспитывать у детей взаимовыручку, умение правильно относиться к проигрышу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 25,26*
Физическая культура №3 (на прогулке)	*Зимние каникулы*	***Тема:*** *ООД № 15(прогулка)* ***Цель:*** *1.Учить детей к безопасным действиям в естественных условиях, используя полосу препятствий.* *2.Развивать ловкость, выносливость, глазомер, быстроту через подвижные игры и игровые упражнения.* *3.Воспитывать взаимовыручку, умение сопереживать.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 15П*	***Тема:*** *ООД № 16(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять физические упражнения в естественных условиях.* *2.Развивать ловкость, выносливость, равновесие, быстроту через подвижные игры и игровые упражнения.* *3.Воспитывать у детей взаимопомощь, дух товарищества.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 16П*	***Тема:*** *ООД № 17(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять физические упражнения в естественных условиях; закреплять правила скатывания с горки на санках и ледянках.* *2.Развивать ловкость, выносливость, быстроту через подвижные игры и игровые упражнения.* *3.Воспитывать самостоятельность в подготовке условий для подвижных игр, умение*

				выполнять роль ведущего. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 17П*
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1,2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 27* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении прыжков на одной ноге с продвижением вперед; упражнять детей в ведении и забрасывании большого мяча в баскетбольную корзину.* *2.Развивать ориентировку в пространстве и быстроту через подвижную игру; равновесие при ходьбе по узкой гимнастической скамейке; ловкость и силу мышц рук в упражнениях с мячами.* *3.В подвижной игре «Чья команда быстрее пробежит к флажку?» воспитывать у детей дух товарищества, умение правильно относиться к проигрышу.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27,28*	***Тема:*** *ООД № 29* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении перебрасывать малый мяч из руки в руку, сочетая движения рук и ног; в прыжках с места на предметы приучать детей подтягивать ноги к животу, выполнять энергичный замах руками; упражнять детей в правильном хвате за рейку в лазанье чередующимся шагом; в подвижной игре.* *упражнять в мягком приземлении при спрыгивании.* *2.Развивать быстроту, увертливость, в подвижной игре «Выше ноги от земли», ловкость в упражнениях с малым мячом, силу мышц ног при запрыгивании на предметы; перекрестную координацию при ползании между рейками гимнастической лестницы.* *3.В подвижной игре «Выше ноги от земли» воспитывать у детей самостоятельность в выполнении правил* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 29,30*	***Тема:*** *ООД № 31* ***Цель:*** *1.Упражнять в энергичном отталкивании набивного мяча при бросании вдаль, побуждать детей включать замах для увеличения силы броска, согласовывать движения рук и ног; закреплять умение выполнять энергичный толчок при спрыгивании с поворотом на 90*; в прыжках в высоту с разбега учить детей отталкиваться одной ногой, а приземляться одновременно на две ноги; в подвижной игре упражняться в умении передвигаться боком, спиной.* *2.Развивать перекрестную координацию при лазанье по гимнастической лестнице; быстроту, увертливость в подвижной игре «Ловишка, бери ленту!»; силу мышц рук при броске набивного мяча вдаль; равновесие в прыжках в высоту с разбега.* *3.В подвижной игре воспитывать у детей самостоятельность в проведении игр, выборе судьи, в контроле за выполнением правил.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №*	***Тема:*** *ООД № 33* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой и приземляться на две ноги в прыжках в высоту с разбега, учить детей слитно выполнять разбег и толчок; упражнять детей в умении определять время броска при метании в движущуюся цель, бросать снизу одной рукой, закреплять умение правильно принимать нужное и.п.; упражнять детей в умении выбирать разные способы подлезания в зависимости от высоты препятствия; упражнять детей в умении выполнять бег из и.п. стоя спиной к направлению движения в игре «Два Мороза».* *2.Развивать быстроту, увертливость в подвижной игре; перекрестную координацию в лазанье по гимнастической стенке; развивать глазомер при метании в движущуюся цель.* *3. В подвижной игре «Два Мороза» воспитывать у детей самостоятельность в распределении ролей, в контроле за выполнением правил.* ***Методический источник:***

			31,32	*Технологическая карта ООД № 33,34*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД № 18(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять физические упражнения в естественных условиях.* *2.Развивать ловкость, выносливость, быстроту через подвижные игры и игровые упражнения.* *3.Воспитывать самостоятельность в подготовке условий для подвижных игр и умении распределять роли.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19П*	***Тема:*** *ООД № 19(прогулка)* ***Цель:*** *1.В скольжении по ледяным дорожкам учить детей выполнять приемы падения в группировке на бок (приземляться в круг, нарисованный в конце дорожки, справа, слева).* *2.В подвижной игре «Выше ноги от земли» развивать умение сохранять статическое равновесие на ограниченной поверхности (снежные валики разной высоты с ледяной коркой); развивать быстроту бега в подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?».* *3.Воспитывать самостоятельность в подготовке условий для подвижных игр, в соблюдении правил.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 19П*	***Тема:*** *ООД № 20(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в использовании замаха при метании вдаль; учить детей группироваться при приземлении во время скольжения по ледяным дорожкам; упражнять в умении объезжать встречающиеся препятствия при скольжении.* *2.Развивать ловкость, выносливость, быстроту через подвижные игры и игровые упражнения.* *3.Воспитывать самостоятельность в подготовке и проведении подвижных игр.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 20П*	***Тема:*** *ООД № 21(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в скольжении по ледяным дорожкам; упражнять в прыжках через снежные валы, отрабатывая толчок одной ногой; в подвижной игре «Два Мороза» упражнять детей в беге в различных ситуациях и разными способами; упражнять в метании в движущуюся цель через игровое упражнение «Кто быстрее наполнит коробку?»* *2.Развивать функцию равновесия при прыжках и скольжении; глазомер при метании в движущуюся цель.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в организации условий для игр.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 21П*
Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1,2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 35* ***Цель:*** *1.Учить детей выполнять замах из-за головы двумя руками при метании большого мяча вдаль; прыжках в длину с разбега упражнять детей в умении отталкиваться одной ногой, а приземляться на две ноги; побуждать детей отталкиваться вперед-вверх; упражнять детей в умении*	***Тема:*** *ООД № 37* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в согласовании движений рук, ног и туловища в броске большого мяча из-за головы двумя руками; упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка в прыжках в длину с разбега; упражнять детей в энергичном отталкивании в прыжках в*	***Тема:*** *ООД № 39* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в правильном выполнении прыжка в длину с места, прыжка в высоту с разбега; учить детей ползать по-пластунски, обратить внимание на координацию движений рук и ног; в подвижной игре «Мяч по кругу» упражнять детей в*	***Тема:*** *ООД № 41* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении прыжка в высоту с разбега; упражнять детей в сочетании замаха и броска при выполнении метания вдаль предмета малого размера; развивать у детей умение энергично отталкиваться двумя ногами, группироваться и выпрямляться в разных фазах*

	самостоятельно выполнять бросок в движущуюся цель: определять время, скорость и направление броска. *2.Развивать умение сохранять равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке; глазомер при метании мешочком в цель; силу мышц рук при метании большого мяча вдаль; ловкость и быстроту в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Медведь и пчелы» воспитывать у детей самостоятельность при распределении ролей, умение выполнять роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 35,36*	*длину с места; упражнять в умении выполнять бросок мяча двумя руками в баскетбольное кольцо с ходу, самостоятельно выбирать способ броска.* *2.Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке;силу мышц рук при выполнении подтягивания на скамейке; глазомер при забрасывании мяча в корзину; силу мышц ног в прыжках в длину с места.* *3.В подвижной игре «Хитрая лиса» воспитывать у детей самостоятельность в подготовке оборудования к игре, дружеские взаимоотношения с детьми, умение придти на помощь.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 37,38*	*точном перебрасывании и ловле мяча, умении распределять внимание на два движущихся объекта.* *2.Развивать у детей умение балансировать при передвижении по шатающейся поверхности; развивать глазомер при передаче и ловле мяча друг другу; функцию равновесия при выполнении приземления в прыжках в высоту с разбега; пользоваться перекрестной координацией в ползании по-пластунски.* *3.В подвижной игре «Мяч по кругу» воспитывать у детей самостоятельность при распределении ролей в игре и выполнении роли ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 39,40*	*прыжка в длину с места.* *2.Развивать у детей в лазанье по гимнастической стенке перекрестную координацию; функцию равновесия при приземлении в прыжках в высоту; быстроту и увертливость в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Пятнашки» воспитывать у детей умение согласовывать свои действия с водящим.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 41,42*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД № 22(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять выполнение упражнений в играх соревновательного характера; упражнять детей в умении выполнять основные движения в естественных условиях.* *2.Развивать ловкость, выносливость, быстроту через подвижные игры и игровые упражнения.* *3.Воспитывать самостоятельность в подготовке условий для подвижных игр и умении распределять роли.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 22П*	***Тема:*** *ООД № 23(прогулка)* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в мягком выполнении бега и прыжков в естественных условиях; знакомить с броском биты прямой рукой сбоку.* *2.Развивать глазомер, силу мышц рук при сбивании городков; быстроту, увертливость в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Хитрая лиса» воспитывать у детей самоконтроль при выполнении правил.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 23П*	***Тема:*** *ООД № 24(прогулка)* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в выполнении основных движений в быстром темпе, используя парные эстафеты; упражнять в умении распределять внимание на два движущихся объекта в игре «Мяч по кругу».* *2.Развивать у детей глазомер при бросании и ловле мяча; быстроту в играх-эстафетах; развивать подъемную силу мышц ног в ходьбе по разновысотным пенькам, сохраняя равновесие.* *3.Воспитывать в играх – эстафетах дух товарищества, умение правильно относиться*	***Тема:*** *ООД № 25(прогулка)* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении действовать в естественных условиях сообща.* *2.Развивать выносливость, быстроту, ловкость, силу, функцию равновесия при выполнении основных движений.* *3. Воспитывать самостоятельность в определении способа выполнения различных движений в зависимости от препятствий, в подготовке условий для игр.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД №*

			к проигрышу. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 24П*	*25П*
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1,2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 43* ***Цель:****1.Упражнять детей в энергичном выполнении толчка с использованием взмаха руками при запрыгивании на скамейку; закреплять умение детей при сбивании маленьким предметом выполнять слитно замах и бросок с использованием переноса центра тяжести с одной ноги на другую; упражнять детей в правильном выполнении прыжков в длину с разбега; в подвижной игре «Пожарные на учениях» упражнять детей в умении переходить от подлезания к лазанию.* *2.Развивать у детей глазомер при сбивании кубиков малым мячом; функцию равновесия при перемещении по узкой рейке, соблюдая правильную осанку; в подвижной игре «Пожарные на учениях» развивать быстроту, ловкость, перекрестную координацию.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в проведении общеразвивающих упражнений; в подвижной игре «Пожарные на учениях» воспитывать самостоятельность в*	***Тема:*** *ООД № 45* ***Цель:****1.*Упражнять детей в умении регулировать силу броска при сбивании предмета; учить детей сочетать вращение короткой скакалкой с прыжком; упражнять детей в пролезании в обруч разными способами; в подвижной игре «Волк во рву» закреплять умение *пользоваться прыжком в длину с разбега в игровой ситуации.* *2.Развивать функцию равновесия при ходьбе по скамейке; глазомер при сбивании кубиков малым мячом; ловкость, координацию движений в пролезании под различными предметами; силу мышц рук в действиях с мячами.* *3.Воспитывать у детей самостоятельность в действиях с мячом; в подвижной игре «Волк во рву» - самостоятельность в подготовке условий для игры и распределении ролей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 45,46*	***Тема:*** *ООД № 47* ***Цель:****1.В перебрасывании большого мяча через сетку упражнять детей в использовании амплитуды вперед – вверх; в прыжках через короткую скакалку упражнять детей в сочетании вращения и подпрыгивания; учить детей выполнять круговой замах при метании вдаль малого предмета из – за плеча одной рукой; развивать умение энергично отталкиваться при подпрыгивании на месте на двух ногах.* *2.Развивать силу мышц рук и глазомер при перебрасывании мяча, метании мешочка вдаль; координацию движений в прыжках через скакалку; быстроту, увертливость и ловкость в подвижной игре; силу мышц ног в прыжках в высоту с места.* *3.В подвижной игре «Мышеловка» воспитывать у детей самостоятельность в проведении игр, в контроле за выполнением правил.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 47,48*	***Тема:*** *ООД № 49* ***Цель:****1.Упражнять детей в выполнении прыжков в высоту с разбега; закреплять умение выполнять круговой замах в метании мешочка вдаль, закреплять умение принимать правильное исходное положение; упражнять детей в умении выполнять прыжок в длину с разбега.* *2.Развивать умение использовать перекрестную координацию при лазанье по веревочной лестнице; силу мышц рук при метании мешочка вдаль, при бросании набивного мяча; силу мышц ног при прыжках в высоту с разбега, прыжках в длину с места; в подвижной игре «Охотники и утки» развивать глазомер, быстроту и увертливость в беге.* *3.В играх большой и малой подвижности воспитывать у детей умение оценивать выполнение правил и умение самостоятельно выполнять роль ведущего.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 49,50*

	организации условий для игры,умение выполнять роль судьи в подвижной игре. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 43,44*			
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД № 26(прогулка)* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей выполнять бросок прямой рукой сбоку при сбивании городков битой; использовать умение детей строить фигуры из городков, приобретенное на занятиях в группе.* *2.Развивать у детей глазомер при сбивании городков битой; ориентировку в пространстве при перестроениях и выполнении ОД.* *3.Воспитывать у детей умение самостоятельно создавать условия для игры в городки, договариваться друг с другом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 27П*	***Тема:*** *ООД № 27(прогулка)* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сравнивать силу удара деревянной и полиэтиленовой битами; ввести в игру в городки правила сбивания городков не только с линии кона, но и с линии полукона.* *2. Развивать глазомер при сбивании городков битой; ориентировку в пространстве при перестроениях и выполнении ОД.* *3.Воспитывать у детей умение самостоятельно создавать условия для игры в городки, договариваться друг с другом.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 28П*	***Тема:*** *ООД № 28(прогулка)* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении действовать в естественных условиях сообща.* *2.Развивать выносливость, быстроту, ловкость, силу, функцию равновесия при выполнении основных движений.* *3. Воспитывать самостоятельность в определении способа выполнения различных движений в зависимости от препятствий, в подготовке условий для игр.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 29П*	***Тема:*** *ООД № 29(прогулка)* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении действовать в естественных условиях в соответствии с картой-схемой.* *2.Развивать ориентировку в пространстве, выносливость, быстроту, ловкость, силу, функцию равновесия при выполнении основных движений.* *3. Воспитывать самостоятельность в определении способа выполнения различных движений в зависимости от препятствий, в подготовке условий для игр.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ООД № 30П*
Месяц: Май				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *Диагностика уровня развития ходьбы и бега.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития метания* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития подлезания разными способами* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития силы у детей.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*
Физическая культура №2	***Тема:*** *Определение силы*	***Тема:*** *Диагностика.*	***Тема:*** *Обследование осанки.*	***Тема:*** *Диагностика уровня*

(в зале)	*различных групп мышц* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	*развития гибкости у детей.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *Диагностика* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития прыжков* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития лазанья.* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*	***Тема:*** *Диагностика уровня развития выносливости у детей* ***Цель:*** *Выявить итоговый уровень физической подготовленности дошкольников* ***Методический источник:*** *Технологические карты диагностического комплекса.*

Подготовительная группа

Месяц: Октябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 1-2* ***Цель:*** *1. Предложить детям назвать правильное положение головы и туловища при ходьбе; упражнять детей в умении мягко приземляться на полусогнутые ноги в подпрыгиваниях на месте с разной силой отталкивания; закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой повыше и правильно ловить его, сочетать движения рук и ног развивать перекрестную координацию в ползании.*	***Тема:*** *ООД № 3-4* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении регулировать силу толчка в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой, ловить его, сочетая движения рук и ног; упражнять детей в умении подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить его той же рукой, перебрасывать мяч из одной руки в другую закреплять умение выбирать способ подлезания в*	***Тема:*** *ООД № 5-6* ***Цель:*** *1. Закреплять умение выполнять прыжок в длину с места, привлечь внимание детей к выполнению замаха для увеличения дальности полета; приучать детей самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия, стремиться выполнить подлезание с ходу. Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол и ведении его по прямой*	***Тема:*** *ООД № 7-8* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять движение на пределе своих возможностей; упражнять детей в умении вести мяч между предметами, меняя скорость движения при ведении мяча закреплять умение лазать с использованием перекрестной координации при подъеме и спуске по гимнастической стенке.* *2. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к*

	2.В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять в лазанье, не пропуская реек. *3.Воспитывать у детей партнерские отношения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №1*	*зависимости от высоты препятствия.* *2.В подвижной игре «Перелет птиц» упражнять детей в умении лазать с использованием перекрестной координации.* *3.Воспитывать у детей уважительное отношение к своему партнеру по игре..* ***Методический источник:*** *Техкарта №2*	*2.В подвижной игре «Догони свою пару» упражнять детей в умении принимать и.п. для бега и быстро набирать скорость.* *3.Привлекать детей к распределению ролей и подачу сигналов.* ***Методический источник:*** *Техкарта №3*	*флажку?» закреплять умение выбирать способ подлезания, быстро переходить от бега к подлезанию.* *3.Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №4*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 1-2* ***Цель:*** *1. Предложить детям назвать правильное положение головы и туловища при ходьбе; упражнять детей в умении мягко приземляться на полусогнутые ноги в подпрыгиваниях на месте с разной силой отталкивания; закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой повыше и правильно ловить его, сочетать движения рук и ног развивать перекрестную координацию в ползании.* *2.В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять в лазанье, не пропуская реек.* *3.Воспитывать у детей партнерские отношения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №1*	***Тема:*** *ООД № 3-4* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении регулировать силу толчка в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой, ловить его, сочетая движения рук и ног; упражнять детей в умении подбрасывать малый мяч одной рукой и ловить его той же рукой, перебрасывать мяч из одной руки в другую закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия.* *2.В подвижной игре «Перелет птиц» упражнять детей в умении лазать с использованием перекрестной координации.* *3.Воспитывать у детей уважительное отношение к своему партнеру по игре..* ***Методический источник:*** *Техкарта №2*	***Тема:*** *ООД № 5-6* ***Цель:*** *1. Закреплять умение выполнять прыжок в длину с места, привлечь внимание детей к выполнению замаха для увеличения дальности полета; приучать детей самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия, стремиться выполнить подлезание с ходу. Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при отбивании мяча о пол и ведении его по прямой* *2.В подвижной игре «Догони свою пару» упражнять детей в умении принимать и.п. для бега и быстро набирать скорость.* *3.Привлекать детей к распределению ролей и подачу сигналов..* ***Методический источник:*** *Техкарта №3*	***Тема:*** *ООД № 7-8* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места побуждать детей выполнять движение на пределе своих возможностей; упражнять детей в умении вести мяч между предметами, меняя скорость движения при ведении мяча закреплять умение лазать с использованием перекрестной координации при подъеме и спуске по гимнастической стенке.* *2. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» закреплять умение выбирать способ подлезания, быстро переходить от бега к подлезанию.* *3.Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №4*

Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении ходить разными способами в зависимости от грунта; упражнять детей в умении выполнять метание мешочков вдаль: принимать правильное и.п., сочетать замах с броском; закреплять умение выполнять прыжки, используя разную силу отталкивания, приземляться легко, пружиня в коленях.* *2.В подвижной игре «Встречные перебежки» упражнять детей в умении сохранять скорость бега и быстро изменять направление движения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №1*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать у детей ориентировку в пространстве во время бега; закреплять умение выполнять метание мешочка вдаль с замахом; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.* *2. В подвижной игре «Гуси-лебеди» упражнять в умении выбирать способ бега в зависимости от ситуации.* ***Методический источник:*** *Техкарта №2*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей ориентироваться на участке в соответствии с маршрутом карты.* *2.Воспитывать умение действовать в команде..* ***Методический источник:*** *Техкарта №3*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Закреплять умение детей ориентироваться на участке в соответствии с маршрутом карты.* *2.Воспитывать умение действовать в команде.* ***Методический источник:*** *Техкарта №4*
Месяц: Ноябрь				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 9-10* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сочетать ведение мяча и забрасывание его в баскетбольную корзину от головы двумя руками или от груди двумя руками; закреплять умение пролезать в обруч, выполняя последовательно цепь действий: перенести ногу через обруч на другую сторону, перенести центр тяжести на эту ногу; формировать слитное выполнение всех движений; развивать*	***Тема:*** *ООД № 11-12* ***Цель:*** *1. Развивать умение определять место для отталкивания в прыжках в высоту с разбега; развивать умение согласовывать отбивание и ловлю мяча при действиях в паре. Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и их роста; приучать выполнять подлезание быстро с ходу.* *2.В подвижной игре «Ловишка,*	***Тема:*** *ООД № 13-14* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в ведении и забрасывании мяча в баскетбольное кольцо. Закреплять умение вести мяч и передавать его на ходу партнеру, ловить мяч с отскоком от земли и без отскока; развивать у детей силу отталкивания в прыжках на скамейку, закреплять выполнение группировки.* *2. В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять детей в лазанье с использованием перекрестной координации в*	***Тема:*** *ООД № 15-16* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении лазать по гимнастической стенке перекрестной координацией, переходя с одного пролета на другой; закреплять умение слитно выполнять замах и толчок в прыжках в длину с места; развивать у детей самостоятельность в выборе позы при подтягивании на скамейке лежа на животе.* *2.В подвижной игре «Мяч водящему» упражнять детей в точном бросании и ловле мяча,*

	равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки. *2.В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении передвигаться спиной вперед, боком.* *3. Воспитывать у детей уважительное отношение к своему партнеру по игре.* ***Методический источник:*** *Техкарта №5*	*бери ленту!» упражнять детей в умении действовать разумно, передвигаясь боком, спиной вперед в зависимости от ситуации.* *3. Привлекать детей к распределению ролей, подачи сигналов..* ***Методический источник:*** *Техкарта №6*	*быстром темпе.* *3. Формировать у детей партнерские отношения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №7*	*в умении быстро после броска освобождать место партнерам.* *3.Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №8*
Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 9-10* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении сочетать ведение мяча и забрасывание его в баскетбольную корзину от головы двумя руками или от груди двумя руками; закреплять умение пролезать в обруч, выполняя последовательно цепь действий: перенести ногу через обруч на другую сторону, перенести центр тяжести на эту ногу; формировать слитное выполнение всех движений; развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки.* *2.В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении передвигаться спиной вперед, боком.* *3. Воспитывать у детей уважительное отношение к своему партнеру по игре..* ***Методический источник:*** *Техкарта №5*	***Тема:*** *ООД № 11-12* ***Цель:*** *1. Развивать умение определять место для отталкивания в прыжках в высоту с разбега; развивать умение согласовывать отбивание и ловлю мяча при действиях в паре. Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и их роста; приучать выполнять подлезание быстро с ходу.* *2.В подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей в умении действовать разумно, передвигаясь боком, спиной вперед в зависимости от ситуации.* *3. Привлекать детей к распределению ролей, подачи сигналов.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №6*	***Тема:*** *ООД № 13-14* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в ведении и забрасывании мяча в баскетбольное кольцо. Закреплять умение вести мяч и передавать его на ходу партнеру, ловить мяч с отскоком от земли и без отскока; развивать у детей силу отталкивания в прыжках на скамейку, закреплять выполнение группировки.* *2. В подвижной игре «Медведь и пчелы» упражнять детей в лазанье с использованием перекрестной координации в быстром темпе.* *3. Формировать у детей партнерские отношения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №7*	***Тема:*** *ООД № 15-16* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении лазать по гимнастической стенке перекрестной координацией, переходя с одного пролета на другой; закреплять умение слитно выполнять замах и толчок в прыжках в длину с места; развивать у детей самостоятельность в выборе позы при подтягивании на скамейке лежа на животе.* *2.В подвижной игре «Мяч водящему» упражнять детей в точном бросании и ловле мяча, в умении быстро после броска освобождать место партнерам.* *3.Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №8*
Физическая культура №3	***Тема:*** *ООД на улице*	***Тема:*** *ООД на улице*	***Тема:*** *ООД на улице*	***Тема:*** *ООД на улице*

(на прогулке)	***Цель:*** *1. Развивать у детей ориентировку в пространстве во время бега; закреплять умение выполнять метание мешочка вдаль с замахом; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.* *2. В подвижной игре «Гуси-лебеди» упражнять в умении выбирать способ бега в зависимости от ситуации..* ***Методический источник:*** *Техкарта №5*	***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять круговой замах одной рукой при метании шишек, желудей вдаль; закреплять правильный захват мелких предметов при метании; развивать у детей умение быстро начинать бег из и.п. стоя спиной к направлению движения и выполнять ускорение. 2.В подвижной игре «Мышеловка» упражнять детей в умении выбирать нужный способ подлезания с учетом высоты ворот и их роста..* ***Методический источник:*** *Техкарта №6*	***Цель:*** *1. Упражнять детей в выборе способа ходьбы в зависимости от грунта, включая скользкую поверхность; разучить выполнение кругового замаха при метании мешочка вдаль; развивать согласованность движений рук и ног в прыжках в высоту с места.* *2. В подвижной игре «Кот и мыши» формировать умение сочетать быстрый бег с быстрым подлезанием.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №7*	***Цель:*** *1. Упражнять детей в выборе способа ходьбы в зависимости от грунта, включая скользкую поверхность; разучить выполнение кругового замаха при метании мешочка вдаль; развивать согласованность движений рук и ног в прыжках в высоту с места.* *2. В подвижной игре «Кот и мыши» формировать умение сочетать быстрый бег с быстрым подлезанием.* ***Методический источник:*** *Техкарта №8*
Месяц: Декабрь				
ООД	***Неделя***			
	I	***II***	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 17-18* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении начинать бег из разных и.п. (стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно); упражнять детей в лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет слева и справа.* *В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в умении определять место для отталкивания, слитно выполнять разбег и отталкивание* *2. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки;*	***Тема:*** *ООД № 19-20* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении быстро начинать бег из положения лежа на животе; закреплять умение правильной выполнять все составные элементы прыжка в высоту с прямого разбега, добиваться слитности их выполнения; развивать у детей быстроту действий при подлезании под дуги разной высоты;* *Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо; развивать способность сохранять равновесие на гимнастической скамейке,*	***Тема:*** *ООД № 21-22* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо с расстояния 2 и 3 м.; закреплять умение выполнять толчок двумя ногами в определенном направлении при спрыгивании со скамейки; упражнять детей в использовании перекрестной координации при ползании по полу и скамейке;* *Закреплять умение выполнять круговой замах при метании вдаль из-за плеча одной рукой* *2.В подвижной игре «Ловля обезьян» упражнять детей в*	***Тема:*** *ООД № 23-24* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять круговой замах при метании вдаль мешочков и шишек, обратить внимание, какой предмет летит дальше и почему; упражнять детей в энергичном отталкивании при спрыгивании, приучать регулировать силу отталкивания с учетом расстояния, развивать умение сохранять равновесие при приземлении;* *в прыжках в длину с места побуждать детей выполнять энергичный замах руками для увеличения силы толчка;* *2.в подвижной игре «Ловишка,*

	быстроту в беге из разных и.п.; координацию движений в лазании по гимнастической стенке; *умение ориентироваться в пространстве в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Охотники и звери» воспитывать у детей умение соблюдать правила игры, уважительное отношение к своему партнеру по игре..* ***Методический источник:*** *Техкарта №9*	*выполняя приседание и поворот на 90** *2. в подвижной игре «Охотники и звери» упражнять детей в умении прицельно выполнять метание.* *3. воспитывать доброжелательное отношение друг к другу..* ***Методический источник:*** *Техкарта №10*	*быстром лазании по гимнастической стенке и веревочной лестнице.* *3.Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №11*	*бери ленту!» упражнять детей передвигаться боком, спиной вперед, экономить силы с учетом действий ловишки..* ***Методический источник:*** *Техкарта №12*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 17-18* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении начинать бег из разных и.п. (стоя спиной к направлению движения, стоя на коленях, сидя ноги скрестно);* *упражнять детей в лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет слева и справа.* *В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в умении определять место для отталкивания, слитно выполнять разбег и отталкивание* *2. Развивать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки;* *быстроту в беге из разных и.п.; координацию движений в лазании по гимнастической стенке;* *умение ориентироваться в пространстве в подвижной игре.* *3.В подвижной игре «Охотники*	***Тема:*** *ООД № 19-20* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении быстро начинать бег из положения лежа на животе; закреплять умение правильной выполнять все составные элементы прыжка в высоту с прямого разбега, добиваться слитности их выполнения; развивать у детей быстроту действий при подлезании под дуги разной высоты;* *Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо; развивать способность сохранять равновесие на гимнастической скамейке, выполняя приседание и поворот на 90** *2. в подвижной игре «Охотники и звери» упражнять детей в умении прицельно выполнять метание.* *3. воспитывать доброжелательное отношение*	***Тема:*** *ООД № 21-22* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо с расстояния 2 и 3 м.; закреплять умение выполнять толчок двумя ногами в определенном направлении при спрыгивании со скамейки; упражнять детей в использовании перекрестной координации при ползании по полу и скамейке;* *Закреплять умение выполнять круговой замах при метании вдаль из-за плеча одной рукой* *2.В подвижной игре «Ловля обезьян» упражнять детей в быстром лазании по гимнастической стенке и веревочной лестнице.* *3.Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №11*	***Тема:*** *ООД № 23-24* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять круговой замах при метании вдаль мешочков и шишек, обратить внимание, какой предмет летит дальше и почему; упражнять детей в энергичном отталкивании при спрыгивании, приучать регулировать силу отталкивания с учетом расстояния, развивать умение сохранять равновесие при приземлении;* *в прыжках в длину с места побуждать детей выполнять энергичный замах руками для увеличения силы толчка;* *2.в подвижной игре «Ловишка, бери ленту!» упражнять детей передвигаться боком, спиной вперед, экономить силы с учетом действий ловишки..* ***Методический источник:*** *Техкарта №12*

	и звери» воспитывать у детей умение соблюдать правила игры, уважительное отношение к своему партнеру по игре. ***Методический источник:*** *Техкарта №9*	*друг к другу.* ***Методический источник:*** *Техкарта №10*		
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице Сюжетное «В зоопарке»* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в выборе способа ходьбы в зависимости от грунта, включая скользкую поверхность; формировать у детей умение регулировать амплитуду движений в соответствии с изображаемым образом.* *2.Развивать у детей быстроту, ловкость, выносливость, умение ориентироваться в пространстве через игры-соревнования.* *3. В подвижных играх-соревнованиях воспитывать умение действовать в команде, правильно воспринимать проигрыш в игре; в играх-имитациях воспитывать у детей самостоятельность, творчество, фантазию в изображении знакомых образов.* ***Методический источник:*** *Техкарта №9*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве;* *2. Упражнять детей в умении выполнять основные движения в естественных условиях; 3. Учить детей ориентироваться по плану.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №10*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в умении выполнять круговой замах при метании вдаль из-за плеча одной рукой; развивать умение удерживать равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры;* *2. Упражнять детей в умении быстро выполнять перелезание через бревно в упоре руками и махом ногой; 3. В подвижной игре «Парные перебежки» упражнять детей в быстром беге (расстояние 20 м.).* ***Методический источник:*** *Техкарта №11*	***Тема:*** ***Цель:*** *1. Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве;* *2. Упражнять детей в умении выполнять основные движения в естественных условиях; 3. Учить детей ориентироваться по плану.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №12*
Месяц: Январь				
ООД	***Неделя***			
	I	***II***	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)		***Тема:*** *ООД № 25-26* ***Цель:*** *1. Развивать у детей умение*	***Тема:*** *ООД № 27-28* ***Цель:*** *1. Уточнить с детьми*	***Тема:*** *ООД № 29-30* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в*

		проводить знакомые ОУ со сверстниками; *2. Предложить детям самостоятельно выбрать движения для занятия, готовить условия для их выполнения. Формировать умение организовываться для совместного выполнения знакомых физических упражнений;* *3. Поручить организацию и проведение выбранной игры детям..* ***Методический источник:*** *Техкарта №13*	*выполнение броска от груди с замахом при метании вдаль набивного мяча. В прыжках в длину с разбега закреплять отталкивание одной ногой, приземление одновременно на две ноги.* *2. Упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу под дуги и шнуры, выбирать способ подлезания с учетом их роста.* *3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Два Мороза» и воспитывать доброжелательное отношение между сверстниками..* ***Методический источник:*** *Техкарта №14*	*бросании мяча партнеру на заданное расстояние и в определенном направлении. Закреплять правильную ловлю мяча с захватом с боков.* *2. Закреплять умение быстро переходить от бега к лазанью. Развивать способность быстро выполнять лазанье перекрестной координации.* *3. Воспитывать у детей умение самостоятельно оценивать друг друга в точности выполнения заданий..* ***Методический источник:*** *Техкарта №15*
Физическая культура №2 **(в зале)**		***Тема:*** *ООД № 25-26* ***Цель:*** *1. Развивать у детей умение проводить знакомые ОУ со сверстниками;* *2. Предложить детям самостоятельно выбрать движения для занятия, готовить условия для их выполнения. Формировать умение организовываться для совместного выполнения знакомых физических упражнений;* *3. Поручить организацию и проведение выбранной игры детям..* ***Методический источник:*** *Техкарта №13*	***Тема:*** *ООД № 27-28* ***Цель:*** *1. Уточнить с детьми выполнение броска от груди с замахом при метании вдаль набивного мяча. В прыжках в длину с разбега закреплять отталкивание одной ногой, приземление одновременно на две ноги.* *2. Упражнять детей в умении выполнять подлезание с ходу под дуги и шнуры, выбирать способ подлезания с учетом их роста.* *3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Два Мороза» и воспитывать доброжелательное отношение между сверстниками..* ***Методический источник:*** *Техкарта №14*	***Тема:*** *ООД № 29-30* ***Цель:*** *1.Упражнять детей в бросании мяча партнеру на заданное расстояние и в определенном направлении. Закреплять правильную ловлю мяча с захватом с боков.* *2. Закреплять умение быстро переходить от бега к лазанью. Развивать способность быстро выполнять лазанье перекрестной координации.* *3. Воспитывать у детей умение самостоятельно оценивать друг друга в точности выполнения заданий..* ***Методический источник:*** *Техкарта №15*

Физическая культура №3 **(на прогулке)**		***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать умение выполнять широкий скользящий шаг на лыжах.* *2. Оценить лыжную стойку при ходьбе по лыжне и скатывание с горки. Упражнять детей в умении подниматься на горку ступающим хлопающим шагом и полуёлочкой.* *3. Воспитывать у детей взаимопомощь..* ***Методический источник:*** *Техкарта №13*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве;* *2. Содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости.* *3. Поддерживать и развивать у детей интерес к подвижным играм, организуемым сверстниками, развивать организаторские способности..* ***Методический источник:*** *Техкарта №14*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве;* *2. Содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости.* *3. Поддерживать и развивать у детей интерес к подвижным играм, организуемым сверстниками, развивать организаторские способности..* ***Методический источник:*** *Техкарта №15*
Месяц: Февраль				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 31-32* ***Цель:*** *1. Развивать силу толчка; в прыжках на мат с разбега закреплять умение выполнять толчок одной ногой, а приземляться на две.* *2. Приучать детей быстро переходить от подлезания к лазанью с использованием перекрестной координации. Упражнять в выполнении перехода с одного пролета гимнастической стенки на другой.* *3. Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №16*	***Тема:*** *ООД № 33-34* ***Цель:*** *1. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить маленький мяч двумя руками и одной. Согласовывать движение рук и ног.* *2. Развивать умение выполнять бросок от плеча одной рукой с замахом и без него при попадании в вертикальную цель (большой мяч, подвешенный в сетке)* *3. Поручить организацию и проведение знакомой игры детям..* ***Методический источник:*** *Техкарта №17*	***Тема:*** *ООД № 35-36* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в метании маленьким мячом в вертикальную цель. Развивать умение регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.* *2. В прыжках в высоту с разбега обратить внимание на выпрыгивание вверх в толчке, вынос рук вперед для сохранения равновесия. Знакомить детей с выполнением кувырка вперед.* *3. Побуждать детей к проявлению активности и самостоятельности при организации игровой деятельности.* ***Методический источник:*** *Техкарта №18*	***Тема:*** *ООД № 37-38* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с разбега вырабатывать слитность выполнения разбега и толчка. Упражнять детей в выполнении кувырка вперед.* *2. Закреплять умение выполнять метание в вертикальную цель различными предметами с разного расстояния.* *3. Приучать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений..* ***Методический источник:*** *Техкарта №19*

Физическая культура №2 **(в зале)**	***Тема:*** *ООД № 31-32* ***Цель:*** *1. Развивать силу толчка; в прыжках на мат с разбега закреплять умение выполнять толчок одной ногой, а приземляться на две.* *2. Приучать детей быстро переходить от подлезания к лазанью с использованием перекрестной координации. Упражнять в выполнении перехода с одного пролета гимнастической стенки на другой.* *3. Способствовать развитию самоорганизации в подвижных играх..* ***Методический источник:*** *Техкарта №16*	***Тема:*** *ООД № 33-34* ***Цель:*** *1. Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить маленький мяч двумя руками и одной. Согласовывать движение рук и ног.* *2. Развивать умение выполнять бросок от плеча одной рукой с замахом и без него при попадании в вертикальную цель (большой мяч, подвешенный в сетке)* *3. Поручить организацию и проведение знакомой игры детям..* ***Методический источник:*** *Техкарта №17*	***Тема:*** *ООД № 35-36* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в метании маленьким мячом в вертикальную цель. Развивать умение регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.* *2. В прыжках в высоту с разбега обратить внимание на выпрыгивание вверх в толчке, вынос рук вперед для сохранения равновесия. Знакомить детей с выполнением кувырка вперед.* *3. Побуждать детей к проявлению активности и самостоятельности при организации игровой деятельности..* ***Методический источник:*** *Техкарта №18*	***Тема:*** *ООД № 37-38* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с разбега вырабатывать слитность выполнения разбега и толчка. Упражнять детей в выполнении кувырка вперед.* *2. Закреплять умение выполнять метание в вертикальную цель различными предметами с разного расстояния.* *3. Приучать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений.* ***Методический источник:*** *Техкарта №19*
Физическая культура №3 **(на прогулке)**	***Тема:*** *ООД на улице* «Взятие крепости» ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении регулировать ширину шага при ходьбе, развивать чувство равновесия.* *2. Приучать детей выполнять знакомые движения в тревожной ситуации.* *3. В подвижной игре «Догонялки» воспитывать у детей умение соблюдать правила игры, уважительные отношения к своему партнеру по игре..* ***Методический источник:*** *Техкарта №16*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Развивать умение выполнять широкий скользящий шаг на лыжах.* *2. Оценить лыжную стойку при ходьбе по лыжне и скатывание с горки. Упражнять детей в умении подниматься на горку ступающим хлопающим шагом и полуелочкой.* *3. Воспитывать у детей умение самостоятельно оценивать друг друга в точности выполнения заданий..* ***Методический источник:*** *Техкарта №17*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в использовании замаха при метании в даль. Закреплять умение группироваться при приземлении во время скольжения.* *2. Развивать умение объезжать встречающиеся препятствия при скольжении по ледяным дорожках (пропустить между ног, объехать слева или справа, перепрыгнуть).* *3. Воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности..* ***Методический источник:*** *Техкарта №18*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. В метании снежков в даль привлечь внимание детей к бросанию по дугообразной траектории. Закреплять умение слитно выполнять замах и бросок.* *2. Закреплять умение выполнять группировку и объезжать препятствия при скольжении по ледяным дорожкам.* *3. В подвижной игре «Два Мороза» упражнять детей в умении действовать в соответствии с обстановкой (ловишки с боку; один ловишка впереди, а другой сзади).* ***Методический источник:*** *Техкарта №19*

Месяц: Март				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 39-40* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка.* *2. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия разной высоты.* *3. Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом».* ***Методический источник:*** *Техкарта №20*	***Тема:*** *ООД № 41-42* ***Цель:*** *1. Закреплять умение выполнять ведение мяча и забрасывание его в баскетбольное кольцо. Развивать способность лазать с использованием перекрестной координации, переходя с одного пролета на другой.* *2. Упражнять детей в выполнении кувырка вперед, в мягком выполнении запрыгивания.* *3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Лягушки и цапли».* . ***Методический источник:*** *Техкарта №21*	***Тема:*** *ООД № 43-44* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места упражнять детей в слитном, естественном выполнении и.п., замаха, толчка и приземления. Развивать способность сохранять равновесие при приземлении.* *2. В перебрасывании и ловле мяча в парах развивать умение выпускать предмет по дугообразной траектории, ловить мяч, захватывать его с боков, следить за полетом мяча и развивать реакцию на летящий мяч. Упражнять детей в подтягивании на скамейке лежа на животе. Оценить, при каком положении ног подтягиваться труднее.* *3. В подвижной игре «Перелет птиц» позволить детям самим определить высоту влезания на гимнастическую стенку..* ***Методический источник:*** *Техкарта №22*	***Тема:*** *ООД № 45-46* ***Цель:*** *1. В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка. Привлечь внимание детей к отталкиванию вверх-вперед. Уточнить связь места для отталкивания и результативности прыжка.* *2. Закреплять умение энергично отталкивать набивной мяч, согласуя движения рук, ног и туловища. Развивать силу отталкивания.* *3. Воспитывать у детей партнерские отношения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №23*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 39-40* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с разбега побуждать детей к выполнению энергичного толчка, слитному выполнению разбега и толчка.* *2. Упражнять детей в умении выбирать способ для быстрого подлезания под препятствия*	***Тема:*** *ООД № 41-42* ***Цель:*** *1. Закреплять умение выполнять ведение мяча и забрасывание его в баскетбольное кольцо. Развивать способность лазать с использованием перекрестной координации, переходя с одного пролета на другой.*	***Тема:*** *ООД № 43-44* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с места упражнять детей в слитном, естественном выполнении и.п., замаха, толчка и приземления. Развивать способность сохранять равновесие при приземлении.* *2. В перебрасывании и ловле*	***Тема:*** *ООД № 45-46* ***Цель:*** *1. В прыжках в высоту с разбега упражнять детей в слитном выполнении разбега и толчка. Привлечь внимание детей к отталкиванию вверх-вперед. Уточнить связь места для отталкивания и результативности прыжка.*

	разной высоты. *3. Знакомить с содержанием и правилами игры «Ловишки с мячом».* . ***Методический источник:*** *Техкарта №20*	*2. Упражнять детей в выполнении кувырка вперед, в мягком выполнении запрыгивания.* *3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Лягушки и цапли».* . ***Методический источник:*** *Техкарта №21*	*мяча в парах развивать умение выпускать предмет по дугообразной траектории, ловить мяч, захватывать его с боков, следить за полетом мяча и развивать реакцию на летящий мяч. Упражнять детей в подтягивании на скамейке лежа на животе. Оценить, при каком положении ног подтягиваться труднее.* *3. В подвижной игре «Перелет птиц» позволить детям самим определить высоту влезания на гимнастическую стенку..* ***Методический источник:*** *Техкарта №22*	*2. Закреплять умение энергично отталкивать набивной мяч, согласуя движения рук, ног и туловища. Развивать силу отталкивания.* *3. Воспитывать у детей партнерские отношения..* ***Методический источник:*** *Техкарта №23*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в перелезании через бревно сходу.* *2. Развивать умение регулировать силу отталкивания, используя взмах руками, в прыжках в длину с места.* *3. В подвижной игре «Перелет птиц» обеспечивать условия для проявления самостоятельности в двигательной деятельности в соответствии с обстановкой..* ***Методический источник:*** *Техкарта №20*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в использовании замаха при метании в даль из за плеча одной рукой.* *2. Закреплять умение прыгать легко мягко приземляясь в обычной обуви.* *3. В подвижной игре «Горелки» воспитывать партнерские отношения в умении взаимодействовать в паре.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №21*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Приучать детей энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.* *2. Закреплять умение бегать в разных направлениях, ориентироваться в пространстве.* *3. Развивать у детей командные качества, помогать друг другу.* . ***Методический источник:*** *Техкарта №22*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в использовании замаха при метании вдаль из-за плеча одной рукой.* *2. Закреплять умение прыгать легко, мягко приземляться в обычной обуви.* *3. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Горелки»* ***Методический источник:*** *Техкарта №23*
Месяц: Апрель				
ООД	**Неделя**			
	I	**II**	**III**	**IV**
Физическая культура №1 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 47-48* ***Цель:*** *1. В прыжках в высоту с разбега предложить детям*	*Тема: ООД № 49-50* *Цель:* *1. Закреплять умение энергично отталкиваться и*	***Тема:*** *ООД № 51-52* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в ведении, передаче, ловле и забрасывании*	***Тема:*** *ООД № 53-54* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с разбега вырабатывать слитное*

	самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка. *2. В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели. Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации.* *3. В подвижной игре «Ловишка бери ленту» развивать у детей самостоятельный выбор способа передвижения (передвигаться боком, спиной вперед)..* ***Методический источник:*** *Техкарта №24*	*группироваться при выполнении запрыгивания. Закреплять умение вести и забрасывать мяч в баскетбольное кольцо* *2. В подвижной игре « Пожарные на учениях» упражнять детей в быстром влезании на гимнастическую стенку с использованием перекрестной координации.* *3. Приучать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №25*	*в баскетбольной кольцо большого мяча. Развивать согласованность действий у партнеров.* *2. В прыжках в длину с места отрабатывать умение отталкиваться вперед-вверх.* *3. Развивать у детей доброжелательные отношения у детей в подвижной игре «Ловишка, бери ленту»..* ***Методический источник:*** *Техкарта №26*	*выполнение разбега и толчка. Предложить детям сравнивать дальность прыжка при коротком и дальнем разбеге. В последнем прыжке предоставить право выбора длины разбега ребенку.* *2. Предложить детям выполнять забрасывание мяча в баскетбольное кольцо в тройках: один ведет мяч и за 3-4 шага до кольца передает мяч ребенку, стоящему перед кольцом. Поймав этот мяч, ребенок передает его третьему, набегающему с другой стороны.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» развивать согласованность действий между играющими.* ***Методический источник:*** *Техкарта №27*
Физическая культура №2 (в зале)	***Тема:*** *ООД № 47-48* ***Цель:*** *1. В прыжках в высоту с разбега предложить детям самостоятельно определять расстояние для разбега. Подчеркнуть связь быстрого разбега и толчка.* *2. В метании в цель упражнять детей в умении выбирать способ броска в зависимости от местонахождения цели. Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестной координации.* *3. В подвижной игре «Ловишка бери ленту» развивать у детей самостоятельный выбор*	*Тема: ООД № 49-50* *Цель:* *1. Закреплять умение энергично отталкиваться и группироваться при выполнении запрыгивания. Закреплять умение вести и забрасывать мяч в баскетбольное кольцо* *2. В подвижной игре « Пожарные на учениях» упражнять детей в быстром влезании на гимнастическую стенку с использованием перекрестной координации.* *3. Приучать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к*	***Тема:*** *ООД № 51-52* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в ведении, передаче, ловле и забрасывании в баскетбольной кольцо большого мяча. Развивать согласованность действий у партнеров.* *2. В прыжках в длину с места отрабатывать умение отталкиваться вперед-вверх.* *3. Развивать у детей доброжелательные отношения у детей в подвижной игре «Ловишка, бери ленту»..* ***Методический источник:*** *Техкарта №26*	***Тема:*** *ООД № 53-54* ***Цель:*** *1. В прыжках в длину с разбега вырабатывать слитное выполнение разбега и толчка. Предложить детям сравнивать дальность прыжка при коротком и дальнем разбеге. В последнем прыжке предоставить право выбора длины разбега ребенку.* *2. Предложить детям выполнять забрасывание мяча в баскетбольное кольцо в тройках: один ведет мяч и за 3-4 шага до кольца передает мяч ребенку, стоящему перед кольцом. Поймав этот мяч, ребенок передает его*

	способа передвижения (передвигаться боком, спиной вперед).. ***Методический источник:*** *Техкарта №24*	*качественному выполнению движений.* *.* ***Методический источник:*** *Техкарта №25*		*третьему, набегающему с другой стороны.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее пробежит к флажку?» развивать согласованность действий между играющими..* ***Методический источник:*** *Техкарта №27*
Физическая культура №3 (на прогулке)	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в умении выполнять метание мешочков в даль.* *2. Закреплять умение выполнять прыжки, используя разную силу отталкивания, приземляться легко, пружиня в коленях.* *3. Воспитывать у детей партнерские отношения.* ***Методический источник:*** *Техкарта №24*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в прыжках в высоту с разбега. Побуждать к правильному приземлению, сохраняя равновесие.* *2. Упражнять детей в умении энергично отталкивать большой мяч при метании вдаль. Обратить внимание на траекторию броска.* *3. В подвижной игре «Кто быстрее доберется через препятствие к флажку?» приучать детей использовать освоенные общие положения при выполнении движений в новых условиях (на прогулке), выбирать наиболее пригодный способ действий..* ***Методический источник:*** *Техкарта №25*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Приучать детей энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.* *2. Закреплять умение бегать в разных направлениях, ориентироваться в пространстве.* *3. Развивать у детей командные качества, помогать друг другу..* ***Методический источник:*** *Техкарта №26*	***Тема:*** *ООД на улице* ***Цель:*** *1. Упражнять детей в использовании энергичного замаха для увеличения дальности при метании вдаль из-за плеча одной рукой.* *2. В беге на скорость развивать способность быстро набирать скорость и удерживать ее до конца дистанции.* *3. В подвижной игре «Наседка и коршун» побуждать детей к проявлению активности и предложить детям определить, когда легче выиграть: когда цепочка короткая или длинная..* ***Методический источник:*** *Техкарта №27*

2.3. Утренняя гимнастика и гимнастика пробуждения с детьми

Группа раннего возраста

Месяц: Сентябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 1*	***Тема: Мы проснулись*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 1*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 2*	***Тема: Бабочка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 2*
Месяц: Октябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 3*	***Тема: Солнышко*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 3*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 4*	***Тема: Пробуждение солнышка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 4*
Месяц: Ноябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 5*	***Тема: Заинька-зайчишка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 5*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм*	***Тема: Ветерок*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.*

		ребёнка ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 6*	***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 6*
Месяц: Декабрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 7*	***Тема: Лесные приключения*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 7*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 8*	***Тема: Лесные приключения*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 8*
Месяц: Январь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 9*	***Тема: Путешествие снежинки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 9*
Месяц: Февраль			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 10*	***Тема: В гостях у солнышка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 10*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 11*	***Тема: Просыпающиеся котята*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 11*
Месяц: Март			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм*	***Тема: Веселый зоопарк*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.*

		ребёнка ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 12*	***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 12*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 13*	***Тема: Забавные котята*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 13*
Месяц: Апрель			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 14*	***Тема: Мишки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 14*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 15*	***Тема: Медвежата*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 15*
Месяц: Май			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 16*	***Тема: Просыпающиеся котята*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 16*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать укреплению здоровья детей, создать радостный эмоциональный подъём, «разбудить» организм ребёнка* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 17*	***Тема: Забавные котята*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 17*

Младшая группа

Месяц: Сентябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 1*	***Тема: Музыканты*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 1*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 2*	***Тема: Веселые ножки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 2*
Месяц: Октябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 3*	***Тема: В гостях у солнышка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 3*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 4*	***Тема: Котята*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 4*
Месяц: Ноябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 5*	***Тема: Веселый зоопарк*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 5*
3-4	**Понедельник -**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4***	***Тема: Прятки***

	пятница	***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 6*	***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 6*
Месяц: Декабрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 7*	***Тема: Мы играем*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 7*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 8*	***Тема: Мы играем*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 8*
Месяц: Январь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 9*	***Тема: Мишка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 9*
Месяц: Февраль			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 10*	***Тема: Любимые игрушки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 10*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.*	***Тема: Жучки-паучки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.*

		Методический источник: *Технологическая карта УГ № 11*	***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 11*
Месяц: Март			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 12*	***Тема: Ножки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 12*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 13*	***Тема: Три веселых братца*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 13*
Месяц: Апрель			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 14*	***Тема: Зарядка*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 14*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 15*	***Тема: Лягушки*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 15*
Месяц: Май			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 16*	***Тема: Яблоко*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 16*
3-4	**Понедельник -**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4***	***Тема: Птичка***

	пятница	***Цель:*** *Создать бодрое радостное настроение у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 17*	***Цель:*** *Способствовать пробуждению детей после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Воспитывать бережное отношение к своему организму.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 17*

Средняя группа

Месяц: Сентябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №1*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №1*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №1*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №1*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*
Месяц: Октябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №3*	***Тема:*** *ГП №1-2 «Прогулка в лес»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №3*

II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №3*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №3*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №4*	***Тема:*** *ГП №3-4 «Дождик»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №4*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №4*	***Тема:*** *ГП №3-4«Дождик»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №4*
Месяц: Ноябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №5*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №5*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №5*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №5*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №6*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №6*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №6*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №6*
Месяц: Декабрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник –**	***Тема:*** *УГ №1-2*	***Тема:*** *ГП №1-2*

	пятница	***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №7*	***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №7*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №7*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №7*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №8*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №8*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №8*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №8*
Месяц: Январь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №9*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №9*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №9*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №9*
Месяц: Февраль			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №10*	***Тема:*** *ГП №1-2 «Уголек»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №10*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей.*	***Тема:*** *ГП №1-2 «Уголек»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и*

		Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями. ***Методический источник:*** *техкарта №10*	*улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №10*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №11*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №11*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №11*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №11*
Месяц: Март			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №12*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №12*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №12*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №12*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №13*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №13*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №13*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №13*
Месяц: Апрель			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.*

		упражнениями. ***Методический источник:*** *техкарта №14*	***Методический источник:*** *техкарта №14*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №14*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №14*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №15*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №15*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №15*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №15*
Месяц: Май			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №16*	***Тема:*** *ГП №1-2 «Жук»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №16*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №16*	***Тема:*** *ГП №1-2 «Жук»* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №16*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №17*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №17*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *создание бодрого радостного настроения у детей. Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями.* ***Методический источник:*** *техкарта №17*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Способствовать плавному переходу от сна к бодрствованию и улучшению настроения.* ***Методический источник:*** *техкарта №17*

Старшая группа

Месяц: Сентябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 1*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 1*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 2*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 2*
Месяц: Октябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 3*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 3*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 4*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 4*
Месяц: Ноябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 5*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 5*
3-4	**Понедельник -**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4***	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4***

	пятница	***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 6*	***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 6*
Месяц: Декабрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 7*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 7*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 8*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 8*
Месяц: Январь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 9*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 9*
Месяц: Февраль			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 10*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 10*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 11*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на*

			вторую половину дня. ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 11*
Месяц: Март			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 12*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 12*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 13*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 13*
Месяц: Апрель			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 14*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 14*
3-4	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 15*	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 15*
Месяц: Май			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
1-2	**Понедельник - пятница**	***Тема: Утренняя гимнастика 1-2*** ***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 16*	***Тема: Гимнастика пробуждения 1-2*** ***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 16*
3-4	**Понедельник -**	***Тема: Утренняя гимнастика 3-4***	***Тема: Гимнастика пробуждения 3-4***

	пятница	***Цель:*** *Воспитывать привычку к ежедневным занятиям физкультурой, способствовать укреплению здоровья детей.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта УГ № 17*	***Цель:*** *Способствовать пробуждению после дневного сна. Тонизировать весь организм, воздействуя на биологически активные точки. Предотвращать простудные заболевания. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.* ***Методический источник:*** *Технологическая карта ГП № 17*

Подготовительная группа

Месяц: Сентябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №1*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №1*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №1*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №1*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №2*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №2*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №2*
Месяц: Октябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №3*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №3*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №3*

		Методический источник: *техкарта №3*	
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №4*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №4*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №4*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №4*
Месяц: Ноябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №5*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №5*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №5*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №5*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №6*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №6*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №6*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №6*
Месяц: Декабрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №7*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №7*

II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №7*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №7*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №8*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №8*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №8*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №8*
Месяц: Январь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №9*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №9*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №9*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №9*
Месяц: Февраль			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №10*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №10*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №10*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №10*
III	**Понедельник –**	***Тема:*** *УГ №3-4*	***Тема:*** *ГП №3-4*

	пятница	***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №11*	***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №11*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №11*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №11*
Месяц: Март			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №12*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №12*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №12*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №12*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №13*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №13*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №13*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №13*
Месяц: Апрель			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №14*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №14*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение*

		при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка ***Методический источник:*** *техкарта №14*	*закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №14*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №15*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №15*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №15*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №15*
Месяц: Май			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Утренняя гимнастика	**Гимнастика пробуждения**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №16*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №16*
II	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №1-2* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №16*	***Тема:*** *ГП №1-2* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №16*
III	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №17*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №17*
IV	**Понедельник – пятница**	***Тема:*** *УГ №3-4* ***Цель:*** *формирование и совершенствование двигательных навыков при помощи утренней гимнастики, сохранение и укрепление здоровья ребенка* ***Методический источник:*** *техкарта №17*	***Тема:*** *ГП №3-4* ***Цель:*** *Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих процедур.* ***Методический источник:*** *техкарта №17*

2.4. Индивидуальная работа с детьми по физическому развитию

Группа раннего возраста

Месяц: Сентябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать функцию равновесия при перемещении по бровке боковым приставным шагом
	Среда	
	Четверг	В подвижной игре «Беги к предмету» развивать ориентировку в пространстве, умение бегать в прямом направлении, не наталкиваясь друг на друга.
	Пятница	Упражнять детей в прокатывании большого мяча («Сбей пирамидку из 2 кубиков»)
II	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в умении перешагивать ,высоко поднимая колени при преодолении естественных препятствий
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в спуске и подъеме по ступенькам лестницы
	Пятница	Упражнять детей в умении энергично выпускать большой мяч, действуя в паре со взрослым
III	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать функцию равновесия при перешагивании канавок, веток, валиков из листьев
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в ходьбе семенящим и широким шагом по участку
	Пятница	Упражнять детей в умении ловить большой мяч и энергично его отталкивать, стараясь попасть в воротики, действуя в паре со взрослым
IV	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в умении выполнять энергичный бросок при действиях с маленькими предметами(«Добрось шишку до белки»)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в быстром легком беге и развивать реакцию на сигнал(«Принеси листочек»)
	Пятница	Упражнять детей в подлезании под шнур, не задевая препятствие
Месяц: Октябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	В игре «Прокати мяч» упражнять детей в прокатывании мяча в прямом направлении, постепенно увеличивая расстояние
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в подъеме и спуске по ступенькам крыльца или горки
	Пятница	Упражнять детей в сохранении равновесия при перешагивании 8 палок, положенных на расстоянии одного шага друг от друга
II	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать функцию равновесия при перемещении боком по палке, лежащей на полу
	Среда	
	Четверг	В перелезании через набивной валик упражнять детей в следующей последовательности: встать боком к валику, сделать упор руками, перенести одну ногу через валик, затем другую
	Пятница	Упражнять детей в ползании, развивать перекрестную координацию(«Прокати большой мяч головой до противоположной стороны»)
III	**Понедельник**	

	Вторник	Упражнять детей в умении подлезать под препятствия разной высоты, не задевая их.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в бросании маленьких предметов одной рукой от плеча(ватный мячик)
	Пятница	Развивать у детей функцию равновесия, используя перешагивание через 10 палок, лежащих на кубиках высотой 8 см.
IV	**Понедельник**	
	Вторник	В подпрыгиваниях на месте на 2 ногах упражнять детей в мягком приземлении на носки
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в подлезании под препятствия разной высоты.
	Пятница	Развивать у детей умение бросать предмет в заданном направлении из и.п. стоя и стоя на коленях («Забрось шишку в дупло»)
Месяц: Ноябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в бросании и маленького мяча 1 рукой в заданном направлении,стоя на коленях и сидя на полу.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при перешагивании через препятствия разной высоты,регулируя высоту подъема ноги.
	Пятница	В подпрыгиваниях на месте на 2 ногах упражнять детей в мягком приземлении,пружиня ноги в коленях.
II	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в энергичном отталкивании и мягком приземлении в прыжках из обруча в обруч.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в ловле взрослому большого мяча после прокатывания,захватывая его с боков.
	Пятница	Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе между предметами змейкой,не задевая их.
III	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча для сбивания кеглей из и.п. стоя (расстояние 1,5 -2 м.)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в ходьбе и беге змейкой между предметами,не задевая их.
	Пятница	Упражнять детей в сочетании перешагивания и подлезания при преодолении препятствий:подлезание под шнур(высотой 40 см.)-ходьба через палки-подлезание под дугу-ходьба по доске.
IV	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в лазании по наклонной стремянке,отрабатывая круговой захват рейки руками и постановку ноги на середину стопы.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении придавать определенное направление большому мячу при прокатывании для сбивания 2 кеглей(расстояние 2 м.)
	Пятница	Упражнять детей в перепрыгивании через шнур,побуждая к энергичному отталкиванию.
Месяц: Декабрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в подлезании под препятствия разной высоты,развивать перекрестную координацию.
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей умение сохранять равновесие при преодолении препятствий разной высоты.
	Пятница	Упражнять детей в прокатывании маленького мяча в прямом направлении для сбивания кубиков (расстояние 1,5 м.)
II	**Понедельник**	
	Вторник	Закреплять у детей мягкое приземление в прыжках из обруча в обруч,умение отталкиваться одновременно 2 ногами.

	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в энергичном отталкивании большого мяча с расстояния 2м.
	Пятница	Упражнять детей в сочетании перешагивания и подлезания под дугу.
III	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать у детей глазомер при прокатывании большого мяча для сбивания кеглей с расстояний 1,5 м.
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей умение сочетать подлезание и перелезание в разной последовательности
	Пятница	Упражнять детей в перелезании через валик правым и левым боком,соблюдая последовательность действий.
IV	**Понедельник**	
	Вторник	При бросании малых предметов развивать у детей глазомер и умение выпускать предметы по дугообразной траектории.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в подъеме и спуске по ступенькам лестницы,сохраняя равновесие.
	Пятница	В прыжках из обруча в обруч приучать детей отталкиваться одновременно 2 ногами и мягко приземляться на полусогнутые ноги на носки.
Месяц: Январь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
II	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать у детей умение сохранять равновесие при перемещении по узким дорожкам
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч в заданном направлении в паре со взрослым
	Пятница	Упражнять детей в умении бросать предмет в заданном направлении (забрасывание малого мяча в корзину с расстояния 1-1,5 м.)
III	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия при перешагивании снежных валиков (6-8 шт.) высотой 5 см.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в быстром беге по прямой (расстояние 8-10 м.), побуждая их к легкому бегу на передней части стопы(«Кто тише?»)
	Пятница	Упражнять детей в умении придавать полету мяча заданное направление при забрасывании большого мяча в коробку (расстояние 1-1,5 м.)
IV	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в ходьбе и беге по асфальтированной поверхности, рыхлому снегу, утрамбованной дорожке.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в энергичном толчке и мягком приземлении в подпрыгиваниях на месте на двух ногах (Упражнение «Достань кольцо»)
	Пятница	Развивать функцию равновесия при прохождении по гимнастической скамейке («В гости к Машеньке»)
Месяц: Февраль		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в энергичном отталкивании и мягком приземлении в подпрыгивании на месте («Мой веселый звонкий мяч»)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в ходьбе и беге змейкой, не задевая предметы(мячи,кубики,кегли)
	Пятница	Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч в парах в заданном направлении
II	**Понедельник**	
	Вторник	Закреплять у детей умение при подпрыгивании на месте мягко приземляться на переднюю часть стопы («Достань кольцо»)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в быстром беге и беге с увертыванием («Собери шишки для белочки»)

	Пятница	Упражнять детей в умении сочетать подлезание и ходьбу по мешочкам, расположенным в шахматном порядке(6 шт.),развивать функцию равновесия
III	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в забрасывании малого мяча в коробку с расстояния 1-1,5 м, выполняя бросок от установленной линии
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по рыхлому снегу, утрамбованной и асфальтированной дорожке.
	Пятница	Упражнять детей в умении прокатывать большой мяч в заданном направлении с расстояния 1,5-2 м. («Сбей кубик»)
IV	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в ходьбе семенящими шагами и с высоким подниманием ног в зависимости от грунта
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении бегать легко, не топая («Пробеги тихо, чтобы белочка не испугалась»)
	Пятница	Упражнять детей в прицельности действий при сбивании кубика мешочком с расстояния 1,5 м.
Месяц: Март		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в умении энергично отталкивать мяч и догонять его ползанием и бегом.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в легком беге в естественных условиях, развивать ориентировку в пространстве(«Кто тише прибежит ко мне?»)
	Пятница	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при перемещении по гимнастической скамейке
II	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в подъеме на пригорок с сохранением равновесия и спуске по ступенькам
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в выполнении броска мячом (ватным, резиновым, теннисным и др.)в коробку с расстояния 1 м-1,5 м.
	Пятница	Упражнять детей в выполнении подлезания под препятствия разной высоты, меняя положение головы
III	**Понедельник**	
	Вторник	Развивать умение детей сохранять равновесие при подъеме и спуске по ступенькам лестницы
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении мягко приземляться при выполнении прыжков, быстро переходить от прыжков к бегу, согласовывая свои действия с текстом («Мой веселый, звонкий мяч»)
	Пятница	Упражнять детей в быстром перелезании через валик, соблюдая последовательность (встать боком -положить ладони на валик -перенести сначала одну ногу -затем другую)
IV	**Понедельник**	
	Вторник	В игре «Лошадки» упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, умении преодолевать препятствия разными способами (перешагивание, обегание и др.)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в прокатывании большого мяча в парах, развивать умение придавать мячу нужное направление и задерживать его руками.
	Пятница	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при перемещении широким и семенящим шагом
Месяц: Апрель		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	В упражнении «Достань мяч в сетке» упражнять детей в умении энергично отталкиваться одновременно двумя ногами и мягко опускаться

		на полусогнутые ноги
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при перемещении по бровкам боковым приставным шагом
	Пятница	Упражнять детей в прокатывании малого мяча в заданном направлении с расстояния 1м-1,5 м.
II	**Понедельник**	
	Вторник	Закреплять умение детей прыгать легко, приземляясь на полусогнутые ноги на носки в обычной обуви («Мой веселый, звонкий мяч»)
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по мешочкам семенящими широким шагом
	Пятница	Упражнять детей в умении действовать с маленькими мячами разной фактуры при прокатывании, сбивании кеглей, при попадании в коробки с разного расстояния
III	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в подлезании под препятствия разной высоты
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении прокатывать мяч в парах в заданном направлении и ловить его руками
	Пятница	В упражнении «Достань до мяча» развивать у детей энергичный толчок ми мягкое приземление
IV	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в лазании на 3-4 рейки по лианам или лестницам, в умении удерживать свой вес при висе на рейке лианы
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в подлезании с использованием разных высот, развивать самостоятельность в создании условий для выполнения движений
	Пятница	Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, развивать уверенность при перемещении по возвышенной опоре
Месяц: Май		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в бросании мешочка в коробку одной рукой снизу с расстояния 1,5 м.
	Среда	
	Четверг	При лазанье по лианам и лестницам закреплять умение детей пользоваться правильным хватом рейки и правильно ставить ногу на рейку
	Пятница	Развивать функцию равновесия при ходьбе боковым приставным шагом по бровкам, при ходьбе прямо
II	**Понедельник**	
	Вторник	В игре «Зайка серенький сидит» упражнять детей в подпрыгиваниях на месте на двух ногах, мягком приземлении, быстрому переходу от подпрыгивания к бегу или приседанию
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей умение ловить большой мяч двумя руками в действиях со взрослым, задерживать движение катящегося мяча в действиях со сверстником
	Пятница	Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по дорожке шириной 25 см. на носках и с высоким подниманием колен (длина дорожки 4 м.)
III	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в умении прицельно выполнять бросок мешочком в коробку, стоящую на скамейке или на земле, побуждая к использованию броска снизу одной рукой или от плеча
	Среда	

	Четверг	Развивать у детей разнообразие действий с мячами, действовать в паре со взрослым и сверстником
	Пятница	В упражнении «Достань мяч в сетке (колокольчик)» упражнять детей в подпрыгивании на месте на двух ногах, развивать энергичное отталкивание одновременно двумя ногами
IV	**Понедельник**	
	Вторник	Упражнять детей в ходьбе по наклонной поверхности (доске, один конец которой при поднят на 20-25 см.)
	Среда	
	Четверг	Развивать умение детей выполнять перелезание через бревно, скамейку, соблюдая последовательность действий
	Пятница	В упражнении «Попади в круг» упражнять детей в прицельности действий и умении бросать мешочек в заданном направлении с расстояния 1,5 м

Младшая группа

Месяц: Сентябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Закреплять у детей умение ходить друг за другом в определенном направлении, действовать по сигналу(«Трамвай»)
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия при перемещении по разным грунтам (гравию, траве, асфальту, земле)
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение детей захватывать рейку гимнастической лестницы круговым хватом, не влезая на лестницу(игра«Птицы»)
	Пятница	
II	**Понедельник**	Развивать у детей силу мышц рук, используя висы на лианах: взяться за рейку на уровне поднятых рук и согнуть ноги в коленях(игра «Обезьянки»)
	Вторник	Упражнять детей в бросании и ловле большого мяча взрослому с расстояния 1,5 м
	Среда	
	Четверг	Развивать силу мышц ног при подъеме на пеньки разной высоты, приучать регулировать подъем ноги в зависимости от высоты препятствия
	Пятница	
III	**Понедельник**	Укреплять силу мышц рук и плечевого пояса, выполняя висы на лианах
	Вторник	В играх с большим мячом закреплять умение правильно держать мяч за бока, энергично бросать его и догонять
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение выполнять подпрыгивание на месте на 2 ногах, приземляясь на полусогнутые ноги на носки(игра «Зайцы и волк»)
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Закреплять у детей умение принимать и.п. для ног при броске на расстоянии 2,5 м. в упражнении «Добрось большой мяч до стены»
	Вторник	Закреплять у детей умение подпрыгивать на месте повыше, правильно приземляться в упражнении «Зайцы на лужайке»)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении строиться в круг и медленно его расширять, бегать легко на передней части стопы(игра «Воздушный шар»)
	Пятница	
Месяц: Октябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Закреплять умение детей принимать и.п.для ног, энергично бросать большой мяч двумя руками снизу(«Перебрось мяч через ручей»ширина 2,5 м)
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия в ходьбе по бровке (расстояние 5м.)

	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении правильно выполнять прыжок, приземляясь на полусогнутые ноги ,перекатом с носка на всю стопу (игра «Зайцы и волк»)
	Пятница	
II	**Понедельник**	Упражнять детей в ходьбе по ребристой доске, наступая на рейку серединой стопы, сохраняя равновесие
	Вторник	Упражнять детей в ловкости, учить управлять ногой («Закати мяч ногой в ворота»)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении выполнять три прыжка без остановки с продвижением вперед, отталкиваясь одновременно двумя ногами
	Пятница	
III	**Понедельник**	Упражнять детей в умении ходить и ползать змейкой между кеглями
	Вторник	В ходьбе по разновысотным пенькам развивать силу мышц ног и умение сохранять равновесие
	Среда	
	Четверг	В задании «Спрыгни со скамейки» (высота 15 см.) упражнять детей в мягком спрыгивании на полусогнутые ноги на носки
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в умении ползать змейкой, развивать перекрестную координацию («Проползи по кругу между кубиками»)
	Вторник	Упражнять детей в ходьбе и беге змейкой между разложенными предметами, деревьями
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в прыжках из обруча в обруч(4 обруча), побуждать к энергичному отталкиванию
	Пятница	
Месяц: Ноябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Закреплять у детей умение энергично отталкивать большой мяч при прокатывании(расстояние 4 м.)
	Вторник	Закреплять у детей умение спрыгивать с предметов высотой 15 см.,приземляться одновременно на 2 полусогнутые ноги на носки перекатом на всю ступню.
	Среда	
	Четверг	Развивать функцию равновесия при перешагивании через гимнастические палки,разложенные на расстоянии шага ребенка
	Пятница	
II	**Понедельник**	Упражнять детей в умении придавать определенное направление движению мяча («Прокати мяч по дорожке и сбей кеглю»)(расстояние 3 м.)
	Вторник	Закреплять умение детей выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед
	Среда	
	Четверг	Развивать функцию равновесия при ходьбе по шнуру,приставляя пятку к носку.
	Пятница	
III	**Понедельник**	Закреплять умение детей имитировать движения разных животных и птиц(заяц,воробей,черепаха,лягушка и др.)
	Вторник	Закрепить умение детей ходить боком приставным шагом,развивать функцию равновесия(«Пройди по бровке»)
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей умение менять положение головы при ползании на ладонях и коленях(«Прокати мяч головой»)
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Развивать функцию равновесия при перешагивании из обруча в обруч(«С кочки на кочку»)
	Вторник	Упражнять детей в умении подлезать на ладонях и коленях под дугу высотой 50 см.
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение прыгать на двух ногах с продвижением вперед врассыпную, отталкиваясь 2 ногами

	Пятница	
Месяц: Декабрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в умении придавать мячу заданное направление при прокатывании мяча в парах из и.п. сидя.
	Вторник	Закреплять умение детей в прыжках через снежный валик(высота 15 см.)отталкиваться сильнее ногами,приземляться на носки.
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение детей ходить по шнуру боком приставным шагом с сохранением правильной осанки.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Закреплять умение детей перешагивать через 10 гимнастических палок не останавливаясь,сохраняя равновесие
	Вторник	Закреплять умение детей в прыжках через снежный валик приземляться одновременно на 2 ноги,принимать правильное и.п.
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение детей энергично отталкивать большой мяч в определенном направлени в катании мяча в парах из и.п. стоя на коленях,сидя(расстояние 3 м.)
	Пятница	
III	**Понедельник**	Закреплять умение детей прокатывать большой мяч в определенном направлении с разного расстояния(1,5 м,2м.,3 м.)(«Сбей кеглю»)
	Вторник	Закреплять умение детей прыгать в обруч,сочетать силу толчка,направление и правильное приземление(«С кочки на кочку»)
	Среда	
	Четверг	В упражнении «Проползи и прокати мяч головой» закреплять умение ползать по дорожке,сохраняя равновесие и направление
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Закреплять умение детей прыгать из обруча в обруч,сочетать направление,силу толчка и правильное приземление(«С кочки на кочку»)
	Вторник	Закреплять умение детей строить круг,ходить по кругу и бегать семенящим шагом.(«Воздушный шар»)
	Среда	
	Четверг	Развивать функцию равновесия(«Ходьба по кирпичикам»)
	Пятница	
Месяц: Январь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
II	**Понедельник**	Закреплять у детей умение при лазании по гимнастической стенке подниматься и спускаться, не пропуская рейки, ставя ногу на середину стопы, правильно захватывая рейку руками
	Вторник	Закреплять у детей умение отставлять ногу назад в и.п. при метании малых предметов (упражнение «Закати малый мяч в ворота»)
	Среда	
	Четверг	Закреплять у детей умение подпрыгивать на месте, приземляясь на две ноги на носки (в зимней обуви),бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга(П/и «зайцы и волк»)
	Пятница	
III	**Понедельник**	Закреплять у детей умение выполнять 5-6 прыжков из обруча в обруч без остановки, приземляясь на носки (упражнение «С кочки на кочку»)
	Вторник	В упражнении «Попади в круг льдинкой» закреплять умение детей принимать и.п. для ног при броске одной рукой снизу.
	Среда	
	Четверг	Развивать функцию равновесия при ходьбе по доске, перешагивая через кубики
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в ползании под дугу на ладонях и коленях, не задевая ее и не стуча коленями
	Вторник	Закреплять умение детей прокатывать мяч одной рукой, подлезать под дугу, не задевая ее (расстояние 3 м.)

	Среда	
	Четверг	Развивать у детей глазомер, упражнять в бросании мешочков(снежков, льдинок)в круг, начерченный цветной водой с расстояния 1,5-2 м.
	Пятница	
Месяц: Февраль		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Закреплять у детей умение выполнять подлезание в обруч (диаметр 60 см.) на ступнях без опоры на руки
	Вторник	Закреплять у детей умение прокатывать мяч одной рукой снизу с расстояния 2,5 м («Сбей кеглю»),принимая правильное и.п. для ног
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в броске мешочком правой и левой рукой в корзину с расстояния 2 м.
	Пятница	
II	**Понедельник**	Упражнять детей в прыжках из обруча в обруч, приземляясь на переднюю часть стопы («С кочки на кочку»)
	Вторник	Упражнять детей в умении катать большие мячи в парах, энергично отталкивая его в определенном направлении(расстояние 3 м.)
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в бросании мешочка одной рукой снизу, отставляя ногу назад(«Забрось мешочек в круг»)
	Пятница	
III	**Понедельник**	Закреплять умение детей подлезать под шнур(высота 55 см.) на ногах без помощи рук
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по шнуру приставными шагами вперед
	Среда	
	Четверг	Закреплять у детей умение выполнять бросок мешочком одной рукой снизу в круг (расстояние 2 м.), принимая правильное и.п. для ног
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в ловле мяча после отскока от пола(«Поймай мяч»)
	Вторник	Упражнять детей в умении сбивать кегли малым мячом (расстояние 2 м.),принимая правильное и.п. для ног
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении быстро переходить от бега к подлезанию под шнур, натянутый на высоте 70 см.) («Пробеги, не задень)
	Пятница	
Месяц: Март		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в умении бросать мяч перед собой и ловить его после отскока («Отбей мяч о пол»)
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия в ходьбе приставным шагом пятка к носку по доске (шириной 20 см.)
	Среда	
	Четверг	Закреплять у детей умение переходить от бега к подлезанию на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 70 см.
	Пятница	
II	**Понедельник**	В подпрыгиваниях на месте закреплять умение детей отталкиваться сильнее, приземляться на две ноги с носка(«Достань колокольчик»)
	Вторник	Закреплять умение детей выполнять броски одной рукой снизу с расстояния 2м. в корзину, принимая правильное и.п.
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении ловить мяч, брошенный взрослым («Поймай мяч»)
	Пятница	
III	**Понедельник**	В лазании по гимнастической стенке упражнять детей в умении ставить ногу на середину стопы, правильном захвате рейки руками
	Вторник	В упражнении «Сбей кеглю» упражнять детей в умении прокатывать малый мяч одной рукой снизу, принимая правильное и.п.
	Среда	

	Четверг	Закреплять у детей умение переходить от бега к подлезанию на ступнях без помощи рук под шнур, натянутый на высоте 70 см.
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Закреплять у детей слитное выполнение цепи прыжков с продвижением вперед, развивать энергичное отталкивание одновременно двумя ногами(6 дорожек шириной 40 см)
	Вторник	В упражнении «Играй, играй, мяч не теряй» упражнять детей в умении отбивать мяч от пола и ловить его, захватывая с боков
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение детей выполнять прыжки с продвижением вперед на двух ногах, приземляться на полусогнутые ноги на переднюю часть стопы
	Пятница	
Месяц: Апрель		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	В упражнении «Отбивание большого мяча о пол» закреплять умение детей отбивать мяч, захватывая его с боков, регулируя силу броска
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия в ходьбе по скамейке
	Среда	
	Четверг	В упражнении «Парашютисты» закреплять у детей умение спрыгивать со скамьи высотой 30 см. в обруч, приземляясь на ноги с носка
	Пятница	
II	**Понедельник**	В упражнении «Прокати и пролезь» закреплять умение детей прокатывать малый мяч в ворота (расстояние 3м.), принимая правильное и.п., подлезать под шнур(высота 55 см.) на ступнях без помощи рук
	Вторник	В упражнении «С кочку на кочку» развивать у детей энергичный толчок в прыжках в длину с места
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей умение сохранять равновесие при перемещении по бровкам мелкими шагами, приставными шагами вперед и боком
	Пятница	
III	**Понедельник**	В упражнении «Попади в круг» закреплять умение детей выполнять бросок одной рукой снизу, принимая правильное и.п. для ног
	Вторник	В упражнении «Отбивание большого мяча о пол» закреплять умение ловить мяч после отскока от пола, захватывая его с боков
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в прокатывании обруча ладонью («Прокати обруч»)
	Пятница	
IV	**Понедельник**	В упражнении «Играй, играй, мяч не теряй» закреплять умение детей после отбивания ловить мяч, захватывая его с боков
	Вторник	Упражнять детей в умении сохранять правильную осанку во время ходьбы с мешочком на голове между шнурами шириной 20 см и по шнуру
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении прокатывать обруч, энергично отталкивая его ладонью
	Пятница	
Месяц: Май		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой и ловить его
	Вторник	Развивать у детей функцию равновесия в ходьбе по бревну приставным шагом
	Среда	
	Четверг	В прыжках через ручейки шириной 20 см упражнять детей в умении выполнять цепь прыжков с продвижением вперед
	Пятница	

II	**Понедельник**	В лазанье по гимнастической лестнице закреплять умение детей правильно ставить ногу на рейку и захватывать ее руками
	Вторник	Упражнять детей в перебрасывании большого мяча в паре со взрослым
	Среда	
	Четверг	В метании вдаль мешочков от плеча одной рукой упражнять детей в умении энергично выпускать предмет, принимать правильное и.п.
	Пятница	
III	**Понедельник**	В перелезании через высокое бревно боком упражнять детей в умении переставлять поочередно ноги на противоположную сторону, захватывая бревно с боков
	Вторник	В упражнении «Играй, играй, мяч не теряй» упражнять детей в умении ловить большой мяч после отскока
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении слитно выполнять прыжки через 8 линий, расположенных на расстоянии 20 см. друг от друга
	Пятница	
IV	**Понедельник**	Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по бровке на носках, с высоким подниманием ног на расстояние 5м.
	Вторник	Закреплять умение детей выполнять бросок в горизонтальную цель одной рукой снизу с расстояния 2 м.(«Попади в круг»)
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение детей выполнять подлезание на ступнях без помощи рук («Наседка и цыплята»)
	Пятница	

Средняя и подготовительная группа

Месяц: Октябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Закреплять навык лазанья с использованием перекрестной координации. Закреплять навык подбрасывание мяча точно перед собой повыше.
	Вторник	Закреплять умение принимать и.п. для ног при прыжках в длину с места.
	Среда	В игре «Сбей кеглю» упражнять в умении выполнять метание мешочка. Развивать глазомер, умение придавать нужное направление мешочку при броске.
	Четверг	Упражнять в умении подбрасывать мяч перед собой и ловить захватывая его с боков.
	Пятница	Упражнять в отбивание и подбрасывание мяча. Закреплять приемы ловли мяча.
II	**Понедельник**	Упражнять в умении набрасывать кольца на стержень, использовать бросок от груди одной рукой. Развивать глазомер.
	Вторник	Закреплять умение сочетать силу броска и направления при прокатывание большого мяча двумя руками снизу.
	Среда	Закреплять умение принимать правильное и.п., выполнять прицеливание и бросок, регулируя его силу в упражнении «Попади мешочком в мяч».
	Четверг	Закреплять умение принимать и.п. для ног при действии с малыми предметами.
	Пятница	Закреплять умение выполнять метание в даль, принимать правильное и.п., выполнять замах для увелечения силы броска.
III	**Понедельник**	Упражнять в умении мягко приземляться после прыжка с поворотом 90градусов. Лазание по гимнастической стенке: побуждать использовать перекрестную координацию.
	Вторник	Упражнять в умении принимать правильное и.п. и выполнять энергичный бросок от груди двумя руками при перебрасывании большого мяча через сетку.
	Среда	Закреплять навык лазанья с использованием перекрестной координации. Закреплять навык подбрасывать мяч точно перед собой повыше.
	Четверг	Приучать в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться двумя ногами вперед-вверх, следить за правильным приземлением.

	Пятница	Отбивание мяча об пол на месте: закреплять умение согласовывать отбивание мяча с движением ног. Выполнять ведение мяча вокруг себя, не отрывая опорной ноги от пола.
IV	**Понедельник**	Закреплять правильный захват обруча и умение прокатывать его в определенном направлении. Упражнять в умении выполнять ведение мяча вокруг себя, не отрывая опорной ноги от пола.
	Вторник	Закреплять энергичное отталкивание и мягкое приземление при прыжках в длину с места.
	Среда	Закреплять умение быстро менять темп бега в зависимости от сигнала. В прыжках в длину с места упражнять в слитном выполнении замаха и отталкивания.
	Четверг	Упражнять в умении выполнять подлезание, использую разные способы в зависимости от высоты препятствия.
	Пятница	Закреплять навык метания мешочка в даль. Развивать ориентир в пространстве.
Месяц: Ноябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять у детей силу, способность удерживать свой вес в лазанье по гимнастической стенке перемещаясь на руках. Упражнять в умении действовать прицельно, управлять направлением движения мяча в игре «Сбей городки мячом».
	Вторник	Закреплять навык подбрасывания мяча не высоко перед собой, ловить, захватывая его с боков. Обратить внимание на согласованность рук и ног.
	Среда	Упражнять в умении вести мяч между предметами, меняя скорость движения при ведении мяча.
	Четверг	Упражнять в сочетании сильного отталкивания и правильного приземления в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.
	Пятница	Упражнять у детей силу, способность удерживать свой вес в лазанье по гимнастической стенке перемещаясь на руках. Упражнять в умении действовать прицельно, управлять направлением движения мяча в игре «Сбей городки мячом».
II	**Понедельник**	Закреплять умение регулировать силу броска при сбивании предметов с разного расстояния. Упражнять в умении попадать в движущуюся цель в упражнении «Нагрузи идущую машину».
	Вторник	Упражнять в умении выполнять слитно 8-10 прыжков, приземляясь мягко на полусогнутые ноги в задании «Перебраться с кочки на кочку через болото».
	Среда	Закреплять у детей силу, способность удерживать свой вес, при висах, перемещение на руках.
	Четверг	Закреплять умение умело действовать с мячом, правильно ловить и придавать определенное направление при прокатывании, бросании в задании «Попади в ворота».
	Пятница	В игре «Кто быстрее к флажку», закреплять умение быстро набирать скорость и удерживать ее. Прыжки через валики высота 20см.
III	**Понедельник**	Закреплять умение в прыжках в высоту с разбега использовать разбег для увеличения силы толчка, выполнять слитно разбег и толчок Упражнять в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия и роста детей.
	Вторник	Упражнять в прокатывании малого мяча одной рукой снизу на расстояние до 10 метров, выполняя правильно прицеливание, замах и бросок.
	Среда	Закреплять умение согласовывать отбивание и ловлю мяча при действии в паре.
	Четверг	Упражнять в умении выполнять слитно 8-10 прыжков, приземляясь мягко на полусогнутые ноги.
	Пятница	Закреплять силу, способность удерживать свой вес при висах, перемещении на руках.
IV	**Понедельник**	Развивать мускулатуру пальцев в упражнении «Загони желудь в ворота», меняя расстояние. Закреплять силу отталкивания в прыжках на скамейку, закреплять выполнение группировки.
	Вторник	Закреплять умение действовать по плану: прицелиться, замахнуться и бросить – при прокатывании малого мяча одной рукой снизу.
	Среда	Закреплять умение вести мяч и передавать его на ходу партнеру, ловить его с отскоком от земли и без отскока.
	Четверг	Закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.
	Пятница	Упражнять в ведении и забрасывании мяча в баскетбольное кольцо.
Месяц: Декабрь		

Неделя	День недели	Содержание
I	**Понедельник**	Закреплять умение согласовывать отбивание и ловлю мяча при действии в паре.
	Вторник	Упражнять в умении выбирать правильную траекторию полета мешочка при выполнении задания «Попади в коробку»
	Среда	Упражнять в ведении и забрасывании в баскетбольное кольцо
	Четверг	Закреплять умение: отбивать мяч двумя руками точно перед собой; ловить захватывая мяч с боков; согласовывать движение рук и ног.
	Пятница	Упражнять в умении ползать по пластунски, использовать перекрестную координацию.
II	**Понедельник**	Закреплять умение ведения мяча между предметами и забрасывания мяча в баскетбольное кольцо.
	Вторник	Упражнять в умении сочетать подбрасывание и ловлю, отбивание и ловлю баскетбольного мяча, согласуя движение рук и ног.
	Среда	Закреплять силу броска в сочетании с прицельностью действий в упражнении «Кто дальше отодвинет кубик»
	Четверг	Закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании с куба через узкий и широкий ручей.
	Пятница	Закреплять умение выполнять замах и толчок в прыжках в длину с места.
III	**Понедельник**	Упражнять в умении выбирать правильную траекторию полета мешочка при выполнении задания «Попади в коробку»
	Вторник	Закреплять умение ведения мяча между предметами и забрасывания мяча в баскетбольное кольцо.
	Среда	Закреплять умение переходить от бега к лазанью по гимнастической стенке, правильно захватывая рейку руками, ногу ставить на середину стопы.
	Четверг	Упражнять в ведении и забрасывании мяча в баскетбольное кольцо.
	Пятница	Развивать мускулатуру пальцев в упражнении «Загони желудь в ворота», меняя расстояние. Закреплять силу отталкивания в прыжках на скамейку, закреплять выполнение группировки.
IV	**Понедельник**	Закреплять силу, способность удерживать свой вес при висах, перемещении на руках.
	Вторник	Закреплять правильный захват обруча и умение прокатывать его в определенном направлении. Упражнять в умении выполнять ведение мяча вокруг себя, не отрывая опорной ноги от пола.
	Среда	Закреплять умение выполнять замах и толчок в прыжках в длину с места.
	Четверг	Приучать в прыжках с продвижением вперед энергично отталкиваться двумя ногами вперед-вверх, следить за правильным приземлением.
	Пятница	Закреплять умение сочетать силу броска и направления при прокатывание большого мяча двумя руками снизу.
Месяц: Январь		
II	**Понедельник**	Закреплять умение начинать бег из разных и.п. (стоя на коленях, стоя спиной, сидя ноги скрестно). Развивать умение держать равновесие при ходьбе по узкой рейке гимнастической скамейки.
	Вторник	Закреплять умение регулировать силу толчка при спрыгивании с куба с поворотом на 90 градусов; выпрыгивать выше вверх; приземляться мягко на полусогнутые ноги с переходом с носка на всю стопу.
	Среда	Закреплять в прыжках в высоту с разбега умение определять место для отталкивания; слитно выполнять разбег и отталкивание.
	Четверг	Развивать силу мышц рук при подтягивании на руках по скамье из положения лёжа на животе.
	Пятница	Закреплять умение правильно выполнять все составные элементы прыжка в высоту с разбега, добиваться слитности их выполнения.
III	**Понедельник**	Закреплять умение выполнять круговой замах при метании мяча из-за плеча вдаль. Упражнять в умении ползать по пластунски, согласуя движения рук и ног.
	Вторник	Упражнять в умении регулировать силу броска при прокатывании малого мяча одной рукой снизу.
	Среда	Упражнять в сбивании кубиков с расстояния 4 метра.
	Четверг	Закреплять умение выполнять подлезание на ступнях под ближайшее препятствие.
	Пятница	В упражнении «Сбей кегли» развивать глазомер и умение регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели.
IV	**Понедельник**	Упражнять в умении придавать точные направления мячу при прокатывании в задании «Попади в ноги». Закреплять умение выполнять метание мешочка в движущуюся цель из положения стоя на коленях с расстояния 3 метра.
	Вторник	Закреплять умение, в прыжках в длину с места, выполнять правильно толчок и приземление, использовать замах для увеличения дальности

		прыжка.
	Среда	Закреплять умение выполнять метание в движущуюся цель из и.п. стоя на коленях с расстояния 3 метра. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по качающейся скамейке.
	Четверг	Закреплять умение подлезать под дугу на ступнях ног без помощи рук; на ладонях и ступнях.
	Пятница	Закреплять умение подбрасывать мяч точно перед собой и ловить двумя руками одной; согласовывать движение рук и ног.
Месяц: Февраль		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять в перекатывании большого и маленького мяча в парах.
	Вторник	Упражнять в умение точной передачи большого и маленького мяча в парах, правильному захвату мяча при ловле.
	Среда	В упражнении «Сбей кегли» развивать глазомер и умение регулировать силу броска в зависимости от расстояния до цели; кегли в шахматном порядке в 2 ряда на расстоянии 4 и 5 метров.
	Четверг	Закреплять умение пользоваться подлезанием без опоры на руки при преодолении высоких препятствий в задании «Кто быстрее»
	Пятница	В прыжках в длину с разбега закреплять отталкивание вперед-вверх, побуждать выпрыгивать вверх.
II	**Понедельник**	Закреплять умение детей удерживать направление движения кольца после прицеливания, выполнять замах мягко, регулировать силу броска.
	Вторник	Упражнять в выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и на двух ногах с поворотом на 90 градусов.
	Среда	В прыжках на мост с разбега закреплять умение выполнять толчок одной ногой, а приземляться на две.
	Четверг	При ходьбе по шнуру приставными шагами с закрытыми глазами развивать функцию равновесия.
	Пятница	Закреплять умение принимать правильное и.п. при метании мешочка.
III	**Понедельник**	Упражнения на тренажерах, лазание по гимнастической стенке.
	Вторник	Упражнять в умении придавать точное направление мячу при прокатывании в упражнении «Попади в ноги»
	Среда	Закреплять умение выполнять метание мешочка в движущуюся цель из положения стоя на коленях с расстояния 3 метра.
	Четверг	Упражнять детей в умении при броске одной рукой снизу регулировать силу броска; выполнять замах в зависимости от требований и дальности броска.
	Пятница	Упражнять детей в выполнении перехода с одного пролёта гимнастической стенки на другой.
IV	**Понедельник**	Закреплять умение выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия, ориентироваться в пространстве.
	Вторник	Закреплять умение метать мешочки в цель с расстояния 3 метра. Упражнения на тренажерах, гимнастической стенке.
	Среда	Закреплять умение детей удерживать направление движения кольца после прицеливания; выполнять замах мягко, регулировать силу броска.
	Четверг	Упражнять в выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и на двух ногах с поворотом на 90 градусов.
	Пятница	В прыжках на мост с разбега закреплять умение выполнять толчок одной ногой, а приземляться на две.
Месяц: Март		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять в умении выполнять бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч.
	Вторник	Закреплять функцию маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге на месте.
	Среда	Упражнять умение выполнять кувырок вперед.
	Четверг	Закреплять умение выполнять метание в вертикальную цель различными предметами с разного расстояния.
	Пятница	Упражнения на тренажерах, лазание по гимнастической стенке.
II	**Понедельник**	В упражнении «Поймай шарик в воронку» развивать умение ловить летящий предмет.
	Вторник	Упражнять в умении выполнять бросок от груди одной рукой при набрасывании колец на стержень.
	Среда	Закреплять умение сохранять равновесие и регулировать силу толчка при спрыгивании с куба.

	Четверг	В метании мешочка в даль закреплять внимание детей к бросанию по дугообразной траектории; закреплять слитное выполнение замаха и броска.
	Пятница	Упражнять детей в отбивании и ловле мячей разного размера. Развивать согласованность движений рук и ног.
III	**Понедельник**	Упражнять детей в выполнении прыжка с разбега. Побуждать отталкиваться вперед-вверх, взлетать после толчка.
	Вторник	Упражнять детей в умении обеспечивать полет кольца ребром. Закреплять правильный хват кольца.
	Среда	Упражнять детей в выполнении прыжков через лужи, в прохождении по шатким мостикам.
	Четверг	В упражнении «Чей мяч послушный» закреплять умение отбивать и ловить мяч не сходя с места, регулируя силу отталкивания и направление.
	Пятница	Упражнять в выполнении группировки при запрыгивании на скамейку.
IV	**Понедельник**	Развивать умение сохранять равновесие при спрыгивании со скамейки с поворотом на 180 и 90 градусов.
	Вторник	В упражнении «Попади в корзину» упражнять детей в умении метания малых предметов, принимать правильное и.п., придавать определенное направление полету.
	Среда	Закреплять умение действовать быстро при влезании на гимнастическую стенку.
	Четверг	Закреплять умение выполнять ведение мяча и забрасывание его в баскетбольное кольцо.
	Пятница	Закреплять умение в выполнении кувырка вперед.
Месяц: Апрель		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Закреплять умение при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.
	Вторник	Упражнять в ведении и передаче мяча партнеру.
	Среда	Закреплять умение бросать мяч от головы двумя руками, сочетая движение рук и энергичное выпрямление ног.
	Четверг	При перебрасывании большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать тесное направление, регулировать силу броска, ловить мяч захватив его с боков.
	Пятница	Упражнять детей в подтягивании на скамейке лёжа на животе. Оценить при каком положении ног подтягиваться труднее.
II	**Понедельник**	Упражнять детей в умении обеспечивать полет кольца ребром. Закреплять правильный хват кольца.
	Вторник	Упражнять детей в выполнении прыжков через лужи, в прохождении по шатким мостикам.
	Среда	В упражнении «Чей мяч послушный» закреплять умение отбивать и ловить мяч не сходя с места, регулируя силу отталкивания и направление.
	Четверг	В метании мешочка в даль закреплять внимание детей к бросанию по дугообразной траектории; закреплять слитное выполнение замаха и броска.
	Пятница	Упражнять детей в отбивании и ловле мячей разного размера. Развивать согласованность движений рук и ног.
III	**Понедельник**	Упражнять детей в выполнении прыжка с разбега. Побуждать отталкиваться вперед-вверх, взлетать после толчка.
	Вторник	При перебрасывании большого мяча в парах двумя руками от груди закреплять умение соблюдать тесное направление, регулировать силу броска, ловить мяч захватив его с боков.
	Среда	Упражнять детей в умении обеспечивать полет кольца ребром. Закреплять правильный хват кольца.
	Четверг	Закреплять умение при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий сохранять равновесие, туловище держать прямо.
	Пятница	Упражнять в умении выполнять бег широкими шагами, пробегая из обруча в обруч.
IV	**Понедельник**	Закреплять функцию маховой и толчковой ноги при выполнении прыжков на одной ноге на месте.
	Вторник	Закреплять умение действовать быстро при влезании на гимнастическую стенку.
	Среда	Упражнять в умении придавать точное направление мячу при прокатывании в упражнении «Попади в ноги»
	Четверг	В прыжках на мост с разбега закреплять умение выполнять толчок одной ногой, а приземляться на две.
	Пятница	В упражнении «Попади в корзину» упражнять детей в умении метания малых предметов, принимать правильное и.п., придавать

		определенное направление полету.

Старшая группа

Месяц: Сентябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в прокатывании обруча прямо, закреплять приемы захвата обруча
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей глазомер и умение придавать правильное направление мячу («Попади в лунку»)
	Пятница	Упражнять детей в умении сбивать кегли малым мячом с расстояния 2,5 м
II	**Понедельник**	Упражнять детей в умении выполнять вращательные движения с обручем и кольцебросом, развивать силу мелкой мускулатуры руки
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении выполнять подлезание на ступнях без опоры на руки с ходу(высота 65 см.)в игре «Котята и щенята»
	Пятница	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по бревну прямо и боком
III	**Понедельник**	Упражнять детей в умении принимать правильное и.и. при сбивании фигуры «забор» малым мячом с расстояния 3 м
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении принимать правильное и.п. при прокатывании малого мяча в парах
	Пятница	Упражнять детей в способе лазания по лианам: долезть до середины, перевернуться, слезть
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в выполнении виса на турнике, умении держать ноги согнутыми в коленях или поднимать ноги под разным углом
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении сбивать малым мячом фигуру «бочка» из городков с расстояния 3 м.
	Пятница	Учить детей сохранять равновесие, передвигаясь по разновысотным пенькам и бордюрам
Месяц: Октябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в умении прокатывать мяч между шнурами (ширина 20 см.),придавая мячу точное направление, равномерно отталкивая мяч правой и левой рукой.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в использовании перекрестной координации при ползании между кубиками(расстояние 50 см., прокатывая мяч головой
	Пятница	Упражнять детей в умении сохранять равновесие при ходьбе по бревну боком
II	**Понедельник**	Упражнять детей в прокатывании обруча в парах в определенном направлении (расстояние 3-4 м.)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Закреплять приемы ловли большого мяча и умение бросать мяч в определенном направлении, регулируя силу броска в игре «Школа мяча»
	Пятница	Упражнять детей в быстром подлезании под шнур на ступнях без опоры на руки
III	**Понедельник**	Упражнять детей в действиях с большим мячом: отбивание об пол и ловля, захватывая с боков; подбрасывание до головы и ловля
	Вторник	
	Среда	

	Четверг	Упражнять детей в действиях с малыми резиновыми, теннисными мячами: подбрасывание и ловля одной рукой ,перебрасывание из руки в руку
	Пятница	Развивать у детей функцию равновесия при ходьбе по бровке приставным шагом пятку к носку (расстояние 6м.)
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в действиях с кольцебросами: набрасывание колец, вращение колец пальцами, прокатывание колец.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в прокатывании мяча из и.п., стоя на коленях
	Пятница	Упражнять детей в мягком выполнении прыжков игре «Загони камушек в лунку»,используя подпрыгивание на одной ноге.
Месяц: Ноябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в выполнении заданий с закрытыми глазами:дойти до машины между шнурами,по шнуру,между линиями.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Развивать глазомер,умение принимать правильное и.п.,использовать замах в сбивании большого мяча мешочком с расстояния 4,5 м.
	Пятница	Упражнять детей в подлезании под шнур (высота 70 см.)с ходу в быстром темпе.
II	**Понедельник**	Упражнять детей в прокатывании мяча по ограниченной поверхности,задавая точное направление
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в отбивании мяча на месте(«У кого мяч пропрыгает дольше?»)
	Пятница	Развивать глазомер,закреплять выполнение всех элементов броска в упражнении «Попади шишкой,желудем в лунку»
III	**Понедельник**	Упражнять детей в умении регулировать силу броска в зависимости от расстояния в игре «Сбей мяч»(расстояние 2,5-3 м.)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Закреплять умение детей отталкиваться одновременно 2 ногами в игре «Отгадай,кто прыгает?»
	Пятница	Упражнять детей в выполнении прыжка с ходу(ручей шириной 50 см.)
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в умении прыгать легко из положения стоя,в полуприседе,в приседе,без помощи и с помощью рук.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в отбивании мяча на месте,согласуя движения рук и ног
	Пятница	Упражнять детей в умении спрыгивать с бордюра с поворотом на 90*,приземлясь одновременно на 2 ноги
Месяц: Декабрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в подбрасывании и ловле теннисного мяча.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в лазанье по гимнастической стенке,канату,веревочной лестнице,сохраняя перекрестную координацию
	Пятница	Упражнять детей в быстром перелезании через бревно на высоте 70 см. махом ноги с опорой руками.
II	**Понедельник**	Упражнять детей в сбивании мешочком городков(город-квадрат 70х70,кон-3м.,полукон-2 м.)
	Вторник	
	Среда	

	Четверг	Укреплять осанку детей,упражнять в сохранении равновесия(«Пронеси мешочек на голове», «Присядь с мешочком на голове и не урони»)
	Пятница	Развивать у детей умение ходить и бегать по наклонной поверхности,сохраняя равновесие
III	**Понедельник**	Упражнять детей в прыжках боком через канат
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в отбивании теннисного мяча вверх ракеткой
	Пятница	Упражнять детей в выполнении сочетания прыжков и бега («Зайцы и волк»)
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в сбивании маленьких кубиков малыми мячами(расстояние 3м.)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей моторику рук,наматывая на палочку шнур длиной 3 м.
	Пятница	Упражнять детей в ходьбе на лыжах ,согласуя движения ног и рук
Месяц: Январь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
II	**Понедельник**	Упражнять детей в умении отбивать большой мяч об пол разными способами
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей глазомер, упражнять детей в умении бросать мешочек одной рукой снизу, сдвигая им кубик (расстояние 2,5-3 м.)
	Пятница	Упражнять детей в умении увертываться, ориентироваться в пространстве при быстром беге в п/и «Встречные перебежки»(расстояние 25 м.)
III	**Понедельник**	Упражнять детей в умении сбивать кегли, расположенные полукругом, в шахматном порядке мешочком (теннисным мячом, деревянным шариком), развивать глазомер
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении отбивать теннисный мяч ракеткой, подбрасывая его вверх и удерживая его как можно дольше
	Пятница	Упражнять детей в умении прыгать на 2 ногах с продвижением вперед и на одной ноге на месте, обращая внимание на мягкое приземление(«Зайцы и волк»)
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в умении быстро пролезать в обруч боком(упражнение «Догони мяч»).Мяч прокатывает партнер.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей глазомер, упражнять в бросании мешочков(снежков, льдинок)в круг, начерченный цветной водой с расстояния 1,5-2 м.
	Пятница	Упражнять детей в умении регулировать ширину шага, закреплять ходьбу с разворотом носка, укреплять свод стопы (упражнение «След в след», «Нарисуй следами высокую елку»)
Месяц: Февраль		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в умении энергично выполнять отталкивание в прыжке; развивать привычку к мягкому, пружинистому приземлению при высоком прыжке(«Ударь в бубен»)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в действиях с воланом и ракеткой («Кто дольше удержит волан?»)
	Пятница	Упражнять детей в метании в движущуюся цель, определяя момент броска с учетом скорости перемещения машины («Нагрузи коробку,

		закрепленную на машине»)
II	**Понедельник**	Упражнять детей в умении выполнять подпрыгивание вверх с целью достать до предмета из глубокого приседа, развивать силу отталкивания от опоры(«Достань до погремушки»)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении придавать точное направление мячу при прокатывании(дети сидят на коленях по кругу и прокатывают мяч друг другу)
	Пятница	Развивать у детей умение сохранять статическое равновесие на ограниченной поверхности; упражнять в мягком приземлении и сохранении равновесия при спрыгивании(«Выше ноги от земли»)
III	**Понедельник**	В игре «Кольцебросы» упражнять детей в умении регулировать силу броска в зависимости от расстояний до цели (расстояние 1,5 м.,2м,2,5 м)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении сохранять равновесие и регулировать штрину шага при ходьбе по набивным мячам, кирпичикам
	Пятница	Упражнять детей в умении подлезать под шнур, натянутый на высоте 70 см, прямо и боком на ступнях без рук
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в перепрыгивании через предметы, отталкиваясь одной ногой, отрабатывая мягкое приземление
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в правильном захвате рейки при лазании по гимнастической лесенке
	Пятница	Упражнять детей в метании в движущуюся цель («Чья команда самая меткая?»)
Месяц: Март		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в умении энергично отталкиваться ногами, широко использовать взмах рук для увеличения силы толчка в прыжках в длину с места
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Развивать у детей функцию равновесия ,стоя на одной ноге с закрытыми глазами
	Пятница	Развивать у детей функцию равновесия ,стоя на одной ноге с закрытыми глазами
II	**Понедельник**	Упражнять детей в метании мешочков в движущуюся цель(мяч, машина) с расстояния 2,5 м.
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в набрасывании колец на кольцебросы (расстояние 2-2,5 м.), развивая прицельность броска
	Пятница	Упражнять детей в ведении мяча в парах до противоположной стороны зала с передачей мяча друг другу
III	**Понедельник**	Развивать функцию равновесия в ходьбе по наклонной поверхности, закреплять умение правильно держать тело при подъеме и спуске, ходить на передней части стопы, опираясь на пятки
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в перелезании через бревно с помощью махового движения ногой
	Пятница	Упражнять детей в умении прыгать через скакалку, согласовывать вращение скакалки с подпрыгиванием
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в метании мешочков вдаль(расстояние 8-12 м.)
	Вторник	

	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении ползать по -пластунски
	Пятница	Упражнять детей в умении самостоятельно выбирать способ подлезания в зависимости от высоты препятствия(высота 40 см,60 см,25 см.)
Месяц: Апрель		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в сохранении правильной осанки равновесия при ходьбе по бровке приставным шагом с мешочком на голове
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в сбивании кеглей малым мячом (расстояние 3м.), развивать глазомер
	Пятница	Упражнять детей в быстром лазании по гимнастической лестнице(«Пожарные на учениях»)
II	**Понедельник**	В прыжках через скакалку упражнять детей в умении совмещать прыжки с вращением скакалки
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении ориентироваться в пространстве, преодолевая препятствия: ходьба с закрытыми глазами по шнуру, перепрыгивание и др.
	Пятница	Упражнять детей в сбивании городков(«забор», «бочка») битой прямой рукой сбоку с расстояния 3 м
III	**Понедельник**	Упражнять детей в умении играть в «Классики» по разным схемам
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в ходьбе с закрытыми глазами по шнуру в форме квадрата, треугольника, змейки
	Пятница	Упражнять детей в умении отбивать большой мяч о стенку и ловить его после отскока(«Школа мяча»)
IV	**Понедельник**	Упражнять детей в метании мешочка вдаль с использованием кругового замаха
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в бросании большого мяча точно по направлению ловящего, выполняя пружинистые движения ногами («Мяч водящему»)
	Пятница	Упражнять детей в умении выбивать фигуры битой с линии кона (5м.) или полукона (2,5 м.)
Месяц: Май		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
I	**Понедельник**	Упражнять детей в точном бросании и ловле мяча в упражнении «Мяч водящему»
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в ведении мяча и забрасывании его в баскетбольное кольцо с расстояния 3 м.
	Пятница	Упражнять детей в умении подбрасывать мяч перед собой повыше и ловить после хлопка, отбивать мяч о стенку
II	**Понедельник**	Закреплять у детей умение перемещаться по классикам в заданном направлении(игра «Классики»)
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в выполнении упражнений с мячом в парах (перепрыгивать через отскакивающий от стены мяч):один- бросает и прыгает, другой- ловит
	Пятница	Упражнять мальчиков в ведении мяча одной ногой, пасуя его друг другу и выполняя удар в ворота с расстояния 5 м; упражнять девочек в метании разных предметов в лунки (расстояние 2-3 м.)
III	**Понедельник**	Упражнять детей в прокатывании обруча в прямом направлении, энергично отталкивая его, используя указательный палец; закреплять

		прием хвата обруча
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в умении вести мяч, отбивая от земли по прямой, с поворотом между кеглями, сохраняя силу отталкивания и ритм
	Пятница	Упражнять детей в умении легко выполнять прыжки через короткую скакалку, согласованно действуя руками и ногами
IV	**Понедельник**	В упражнении «Школа мяча» упражнять детей в умении регулировать силу броска в зависимости от расстояния, в правильной ловле мяча
	Вторник	
	Среда	
	Четверг	Упражнять детей в действиях с ракеткой, воланом, теннисным мячом, умении приспосабливать положение ракетки к летящему предмету
	Пятница	Упражнять детей в метании мешочка (большого, малого, набивного мяча) вдаль, используя замах для увеличения дальности броска

2.5. Взаимодействие с родителями и педагогами

Месяц: Сентябрь			
Неделя	**Хронология**	**Целевая аудитория**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Слойность одежды на ООД по физической культуре в зале и на улице»* ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** *«Слойность одежды во время проведения ООД в спортивном зале и на прогулке».* ***Форма:*** *Консультация*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Спорт в вашей жизни».* ***Форма:*** *Анкетирование*	***Тема:*** *«Цель, задачи и средства физического развития дошкольников».* ***Форма:*** *Консультация*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Физкультурно- оздоровительная работа в ДОУ».* ***Форма:*** *Выступление на общем родительском собрании*	***Тема:*** *«Оформление протоколов уровня развития основных движений»* ***Форма:*** *Индивидуальные консультации*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Результаты диагностики уровня развития основных движений и физических качеств».* ***Форма:*** *Индивидуальные консультации*	***Тема:*** *«Роль воспитателя на ООД по физической культуре и утренней гимнастике».* ***Форма:*** *Беседа*
Месяц: Октябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Значение развития мелкой мускулатуры рук для подготовки детей к обучению в школе».* ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** *«Техника безопасности детей на ООД по физкультуре».* ***Форма:*** *Индивидуальные консультации*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Развиваем мелкую моторику. Пальчиковая гимнастика»* ***Форма****: Информационный Стенд*	***Тема:*** *«Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ».* ***Форма****: Презентация*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Веселые старты».* ***Форма:*** *Совместный праздник детей и родителей*	***Тема:*** *«Веселые старты».* ***Форма:*** *Организация и подготовка к мероприятию*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Гимнастика для глаз».* ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** *«О взаимодействии инструктора по физической культуре и воспитателя».* ***Форма:*** *Беседа*
Месяц: Ноябрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Закаливание детей в домашних условиях».* ***Форма:*** *Фотовыставка*	***Тема:*** *«Оформление физкультурного уголка в группе»* ***Форма:*** *Консультация*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Играем с мячом».* ***Форма:*** *Мастер-класс*	***Тема:*** *«Играем с мячом»* ***Форма:*** *Организация и подготовка к мероприятию*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Создание условий для формирования правильной осанки».* ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** *«Двигательно-оздоровительные моменты на ООД».* ***Форма:*** *Мастер-класс*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Влияние утренней гимнастики на физическое состояние ребенка в течение дня».*	***Тема:*** *«Физминутки».* ***Форма:*** *Картотека*

		Форма: *Беседа*	
Месяц: Декабрь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Организация двигательной активности в выходные дни».* ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** *Упражнения по профилактике нарушений осанки.* ***Форма:*** *Картотека*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Снежные постройки»* ***Форма:*** *Трудовой десант*	***Тема:*** *«Снежные постройки, стимулирующие двигательную активность детей на прогулке».* ***Форма:*** *Консультация*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Зимние Олимпийские игры»* ***Форма:*** *Спортивный праздник*	***Тема:*** *«Зимние Олимпийские игры»* ***Форма:*** *Организация и подготовка к мероприятию*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Коньки и лыжи детям».* ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** *«Развитие мелкой моторики. Пальчиковая гимнастика»* ***Форма:*** *Консультация*
Месяц: Январь			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Организация двигательной активности детей зимой». ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** «Зимняя улица движения». ***Форма:*** *Консультация*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Зимняя прогулка малышей». ***Форма:*** *Фотовернисаж*	***Тема:*** «Об использовании точечного массажа и дыхательной гимнастики в работе с дошкольниками». ***Форма:*** *Мастер-класс*
Месяц: Февраль			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Дыхательная гимнастика и точечный массаж». ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** «Гимнастика пробуждения». ***Форма:*** *Картотека*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Профилактика ОРЗ». ***Форма:*** *Папка-передвижка*	***Тема:*** «Тренажеры для детей». ***Форма:*** *Презентация*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «День защитника Отечества». ***Форма :*** *Спортивное развлечение*	***Тема:*** «День защитника Отечества». ***Форма:*** *Организация и подготовка к мероприятию*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Использование простейших тренажеров в домашних условиях». ***Форма:*** *Мастер-класс*	***Тема:*** «Использование игр разной подвижности». ***Форма:*** *Индивидуальные консультации*
Месяц: Март			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «А ну-ка, мамы!». ***Форма:*** *Спортивный праздник*	***Тема:*** «А ну-ка, мамы!». ***Форма:*** *Организация и подготовка к мероприятию*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Малышок» ***Форма:*** *Городская спартакиада*	***Тема:*** «Малышок» ***Форма:*** *Подготовка к мероприятию*

III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Плоскостопие и его предупреждение. Правильный подбор обуви» ***Форма:*** *Беседа*	***Тема:*** «Формирование у детей навыков ЗОЖ». ***Форма:*** *Консультация*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Комплексы по предупреждению плоскостопия» ***Форма:*** *Папка-передвижка*	***Тема:*** « Упражнения по предупреждению плоскостопия». ***Форма:*** *Картотека*
Месяц: Апрель			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Двигательный режим детей в течение дня». ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** «Использование нетрадиционного оборудования для физического развития дошкольников». ***Форма:*** *Консультация*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Использование экскурсий и прогулок-походов для закрепления разученных движений в естественных условиях». ***Форма:*** *Беседа*	***Тема:*** «Игровые упражнения, направленные на регулирование двигательной активности детей». ***Форма:*** *Беседа*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема: «*** Изготовление нетрадиционного оборудования для двигательной деятельности детей на улице и в помещении» ***Форма:*** *Мастер-класс*	***Тема:*** «Играем в городки» ***Форма:*** *Консультация*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «День здоровой семьи». ***Форма:*** *Совместный праздник детей и родителей*	***Тема:*** «День здоровой семьи». ***Форма:*** *Организация и подготовка к мероприятию*
Месяц: Май			
Неделя	**Хронология**	**Форма**	
		Родительская общественность	**Педагогическая общественность**
I	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья детей». ***Форма:*** *Консультация*	***Тема:*** «Физкультурно-оздоровительная работа в летний период» ***Форма:*** *Беседа*
II	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** «Результаты диагностики уровня развития основных движений и физических качеств». ***Форма:*** *Индивидуальные консультации*	***Тема:*** «Результаты диагностики уровня развития основных движений и физических качеств». ***Форма:*** *Консультация*
III	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *Подготовка спортивной площадки к летнему оздоровительному периоду.* ***Форма:*** *Трудовой десант*	***Тема:*** *«Анализ ФОР с детьми за год».* ***Форма:*** *Выступление на итоговом педсовете*
IV	**Понедельник - пятница**	***Тема:*** *«Здравствуй, лето!»* ***Форма:*** *Информационный стэнд*	***Тема:*** *«Лето на стадионе»* ***Форма:*** *Консультация*

3.Организация работы

3.1. Объем образовательной нагрузки

I младшая группа

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	3	12	108	10*

II младшая группа

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	3	12	108	15*

Средняя группа

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	2	8	72	20*
Физическая культура (на прогулке)	1	4	36	20*
Итого:	3	12	108	-

Старшая группа

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	2	8	72	25*
Физическая культура (на прогулке)	1	4	36	25*
Итого:	3	12	108	-

Подготовительная к школе группа

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура	2	8	72	30*

(спортивный зал)				
Физическая культура (на прогулке)	1	4	36	30*
Итого:	3	12	108	-

Средняя группа (коррекционная)

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	2	8	72	20*
Физическая культура (на прогулке)	1	4	36	20*
Итого:	3	12	108	-

Старшая группа (коррекционная)

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	2	8	72	25*
Физическая культура (на прогулке)	1	4	36	25*
Итого:	3	12	108	-

Подготовительная к школе группа (коррекционная)

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год	Длительность
Физическая культура (спортивный зал)	2	8	72	30*
Физическая культура (на прогулке)	1	4	36	30*
Итого:	3	12	108	-

3.2. Сетевое взаимодействие

Месяц: Сентябрь		
Неделя	**День недели**	**Мероприятие**
1-2	**среда**	Областной врачебно – физкультурный диспансер «Обследование детей на выявление нарушений осанки и плоскостопия»
Месяц: Октябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
3-4	**среда**	УГИБДД УМВД России по Ульяновской области Развлечение «Азбука пешеходов»
Месяц: Ноябрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
1-2	**вторник**	Экскурсия в ДЮСШ №6 «Звезды спортивной гимнастики»
Месяц: Декабрь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
2	**пятница**	Пожарная часть № 4 Спортивный досуг «Осторожно с огнем!»
Месяц: Январь		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
4	**среда**	Библиотека № 18 «Зимняя Олимпиада»
Месяц: Февраль		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
2	**среда**	Управление МЧС Ульяновской области Развлечение «Юные спасатели»
Месяц: Март		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
3-4	**четверг**	Спартакиада «Малышок» среди команд детей МБДОУ № 1,168,178,186,224 г.Ульяновска
Месяц: Апрель		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
2	**пятница**	ОГБОУ ДПО УИПКПРО Открытое мероприятие для слушателей «Взаимосвязь инструкторов по физкультуре и плаванию в работе по укреплению здоровья дошкольников»
Месяц: Май		
Неделя	**День недели**	**Содержание**
3	**вторник**	Физкультурно-оздоровительный комплекс «Новое поколение» Спортивный праздник «День здоровья»