

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

«Физкультурные занятия в детском саду с детьми подготовительной группы» Л.И. Пензулаева

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
СЕНТЯБРЬ						
«До свидания, лето! Здравствуй детский сад!»	<p>Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.</p> <p style="text-align: center;"><i>с.9</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег враспынную; бег с нахождением своего места в колонне.</p>	<p>Без предметов.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; 2. Прыжки на двух ногах через шнуры 3. Перебрасывание мяча друг другу снизу.</p>	<p>П/и «Ловишки»</p>	<p>М.п/и «Вершки и корешки».</p>

<p>«Школа дружных дошколят. Я и мои друзья»</p>	<p>Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.</p> <p><i>с. 11</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу воспитателя. Бег в колонне по одному в умеренном темпе, переход на ходьбу и перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ с флажками.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу 3. Лазанье под шнур. 	<p>П/и «Не оставайся на полу»</p>	<p>М. п/и «Летает — не летает».</p>
<p>«Веселый светофор. Правила дорожного движения»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.</p> <p><i>с.15</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала (площадки) по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ с мячом.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Упражнение на умение сохранять равновесие. 	<p>П/и «Удочка»</p>	<p>М. п/и «Летает — не летает».</p>

<p>«Давай поиграем? Игрушки»</p>	<p>Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.</p> <p><i>с.16</i></p>	<p>Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу воспитателя. Поворот в ходьбе, беге производится в движении по сигналу</p>	<p>ОРУ с гимнастической палкой.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 2. Ходьба по гимнастической скамейке. 3. Прыжки из обруча в обруч. 	<p>Подвижная игра «Не попадись».</p>	<p>М. п/и «Фигуры».</p>
-----------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------	-------------------------

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ОКТАБРЬ						
«Осень: Признаки осени. Деревья осенью. Признаки осени в городе»	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. <i>с.20</i>	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий.	ОРУ без предметов.	1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. 3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками. с хлопком в ладоши.	П/и «Перелёт птиц»	П/и «Фигуры».
«Осень: Овощи. Фрукты. Ягоды»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. <i>с.22</i>	Ходьба с изменением направления; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий.	ОРУ с обручем.	1. Прыжки с высоты. 2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед 3. Ползание на ладонях и ступнях.	П/и «Не оставайся на полу»	М. п/и «Эхо».

<p>«Осень: Лес. Кладовая леса-грибы»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><i>с.24</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен. Ходьба в колонне по одному с изменением направления бег, перепрыгивая через предметы.</p>	<p>ОРУ на гимнастических скамейках.</p>	<p>1. Ведение мяча по прямой 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки</p>	<p>П/и «Удочка»</p>	<p>М.п/и «Летает — не летает».</p>
<p>«Сезонная одежда и обувь. Головные уборы»</p>	<p>Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><i>с.27</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Бег враспынную. Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; бег в умеренном темпе.</p>	<p>ОРУ с мячом.</p>	<p>1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой. 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке.</p>	<p>П/и «Удочка»</p>	<p>М.п/и «Эхо».</p>

<p>«Родная страна. День народного единства»</p>	<p>Продолжать закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Продолжать упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><i>с.28</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; бег в умеренном темпе.</p>	<p>ОРУ с мячом.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. "Проползи - не урони". Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 2. Прыжки на двух ногах между предметами, в конце прыгнуть в обруч. 3. Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове. 	<p>П/и «Удочка»</p>	<p>М.п/и «Эхо».</p>
--------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------	---------------------

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
НОЯБРЬ						
«Откуда пришел хлеб? Труд людей на полях и огородах. Многообразие мира профессий»	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. <i>с.29</i>	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения.	ОРУ без предметов.	1. Равновесие - ходьба по канату боком. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Эстафета с мячом «Мяч водящему».	П/и «Догони свою пару».	М.п/и "Угадай чей голосок?"
«Домашние и дикие животные (дикие животные леса)»	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. <i>с.32</i>	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу воспитателя; с упражнениями для рук.	ОРУ с короткой скакалкой.	1. Прыжки через короткую скакалку. 2. Ползание по гимнастической скамейке. 3. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах.	П/и «Не оставайся на полу»	П/и «Фигуры».

<p>«Мы с мамой лучшие друзья»</p>	<p>Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.</p> <p><i>с.34</i></p>	<p>Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками, бег врассыпную. Ходьбу и бег повторить в чередовании.</p>	<p>ОРУ с кубиками.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ведение мяча в прямом направлении. 2. Лазанье под дугу. 3. Равновесие. 	<p>П/и «Перелет птиц».</p>	<p>М.п/и «Летает — не летает».</p>
<p>«Зимующие и перелетные птицы»</p>	<p>Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.</p> <p><i>с.37</i></p>	<p>Ходьба и бег между предметами. Ходьба "змейкой" между кеглями. Ходьба и бег врассыпную; построение в 3 колонны.</p>	<p>ОРУ без предметов.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет. 2. Прыжки на двух ногах через шнур. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 4. Бросание мяча о стенку. 	<p>П/и «Фигуры»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	Подвижные игры	
ДЕКАБРЬ						
«Зимушка-зима. Лес зимой. Хвойные деревья»	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>с.40</i>	Ходьба и бег с различными положениями рук, бег в рассыпную.	ОРУ в парах	1.Равновесие. 2.Прыжки на двух ногах между предметами. 3.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	П/и «Хитрая лиса»	Ходьба в колонне по одному.

<p>«Животные Арктики и Антарктики»</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.</p> <p><i>с.42</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному, ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на следующий сигнал ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег врассыпную, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ без предметов.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2. Эстафета с мячом "Передача мяча в колонне". 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях. 	<p>П/и «Салки с ленточкой»</p>	<p>М.п/и «Эхо!».</p>
-----------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	----------------------

<p>«Зима: зимние виды спорта, зимние забавы»</p>	<p>Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.</p> <p><i>с.45</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения ,бег враспынную; чередование ходьбы и бега.</p>	<p>ОРУ с малым мячом.</p>	<p>1.Подбрасывание мяча правой и левой рукой 2.Ползание по гимнастической скамейке на животе 3.Равновесие</p>	<p>П/и «Попрыгунчикиворобышки»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
---------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------	------------------------------------

<p>«Все встречаются Новый год – дружно встали в хоровод»</p>	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке "помедвежьи", повторить упражнение в прыжках и на равновесие.</p> <p><i>с.47</i></p>	<p>Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу с поворотом по сигналу.</p>	<p>ОРУ без предметов.</p>	<p>1.Ползание по гимнастической скамейке. 2.Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3.Прыжки на двух ногах с мешочком</p>	<p>П/и «Хитрая лиса»</p>	<p>М.п/и «Эхо».</p>
---------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	---------------------

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	П/и	
ЯНВАРЬ						
«Безопасность дома, на улице. Безопасные дороги. Правила поведения на дорогах»	Занятие 2 Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. <i>с.49</i>	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу воспитателя в другую сторону; бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя.	ОРУ с палкой.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки через препятствия с энергичным взмахом рук. 3. Проведения мяча с одной стороны зала на другую.	П/и «День и ночь»	Ходьба в колонне по одному.

<p>«В мире транспорта и механизмов. Безопасность на транспорте»</p>	<p>Занятие 3-4</p> <p>Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.</p> <p><i>с.52</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя выполняя задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>ОРУ с кубиком.</p>	<p>1.Прыжки в длину с места. 2.«Поймай мяч». 3.Ползание по прямой на четвереньках.</p>	<p>П/и «Совушка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
----------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	------------------------------------

<p>«Наш город. Наш край. Наша Родина»</p>	<p>Занятие 5-6</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазание под шнур.</p> <p><i>с.54</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному, по сигналу с перешагиванием через шнур. Ходьба и бег врассыпную, перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ с малым мячом.</p>	<p>с 1.Подбрасывание малого мяча вверх. 2.Лазанье под шнур правым и левым боком. 3.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p>	<p>П/и «Удочка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
--------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------	------------------------------------

<p>«Дорожные знаки»</p>	<p>Занятие 7-8</p> <p>Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.</p> <p><i>с.57</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения: ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.</p>	<p>ОРУ со скакалкой.</p>	<p>1.Ползание по гимнастической скамейке. 2.Равновесие – по 2 гимнастическим скамейкам парами. 3.Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>П/и «Паук и мухи»</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>
--------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	------------------------------------------------

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	П/и	
ФЕВРАЛЬ						
«Дом, в котором я живу»	<p>Занятие 1-2</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p><i>с.59</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров».</p> <p>Построение в шеренгу.</p>	ОРУ с обручем	<p>1.Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>2.Броски мяча.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах.</p>	П/и «Ключи».	Ходьба в колонне по одному.
«Роды войск»	<p>Занятие 3-4</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу). Упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).</p> <p><i>с.61</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному с заданиями, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба и бег врассыпную.</p>	ОРУ с палкой	<p>1, Прыжки - подскоки.</p> <p>2.Переброска мячей друг другу.</p> <p>3.Лазанье под дугу (шнур).</p>	П/и «Не оставайся на земле».	Ходьба в колонне по одному.

<p>«День Защитника Отечества»</p>	<p>Занятие 5-6</p> <p>Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге , в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.</p> <p><i>с.63</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1.Лазанье на гимнастическую стенку. 2.Равновесие — ходьба парами. 3.«Попади в круг»</p>	<p>П/и «Не попадись»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
--------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	------------------------------------

<p>«Удивительный мир птиц»</p>	<p>Занятие 7-8</p> <p>Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p><i>с.65</i></p>	<p>Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне (в чередовании).</p>	<p>ОРУс мячом (большой диаметр)</p>	<p>1. Ползание на четвереньках между предметами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками. 3. Прыжки из обруча в обруч.</p>	<p>П/и «Жмурки».</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок?».</p>
---------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	-------------------------------------------------------

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	П/и	
МАРТ						
«В этот мартовский денек...»	Занятие 1-2 Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. <i>с. 72</i>	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками, ходьба и бег врассыпную.	ОРУ с малым мячом.	1. Равновесие. 2. Прыжки. 3. Эстафета с мячом.	П/и «Ключи».	Ходьба в колонне по одному.
«Широкая Масленица»	Занятие 3-4 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. <i>с. 74</i>	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег врассыпную.	ОРУ с флажками.	1. Прыжки. 2. Перебрасывание мяча через сетку. 3. Ползание под шнур.	П/и «Затейники».	Ходьба в колонне по одному.

<p>«Весна. Приметы весны»</p>	<p>Занятие 5-6</p> <p>Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.</p> <p><i>с.76</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба на носках, ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>ОРУ с палкой.</p>	<p>1.Метание мешочков. 2.Ползание. 3.Равновесие.</p>	<p>П/и «Волк во рву».</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>«Весна. Приметы весны»</p>	<p>Занятие 7-8</p> <p>Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p><i>с.79</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу педагога.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1.Лазанье на гимнастическую стенку. 2.Равновесие. 3.Прыжки на правой и левой ноге.</p>	<p>П/и «Совушка».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>

<p>«Играем в театр»</p>	<p>Занятие 9-10</p> <p>Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.</p> <p><i>с.80</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу педагога.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1.Лазанье под шнур прямо и боком. 2.Передача мяча. 3.Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>П/и «Совушка».</p>	<p>Игра малой подвижности по выбору детей.</p>
--------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------	------------------------------------------------

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	П/и	
АПРЕЛЬ						
«В здоровом теле-здоровый дух»	Занятие 1-2 Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. <i>с.81</i>	Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному, вокруг кубиков, бег, ходьба.	ОРУ с малым мячом	1.Равновесие. 2.Прыжки на двух ногах. 3.Переброска мячей в шеренгах.	П/и «Хитрая лиса».	Ходьба в колонне по одному.
«Космос»	Занятие 3-4 Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. <i>с.83</i>	Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег в рассыпную.	ОРУ с обручем.	1.Прыжки в длину с разбега. 2.Броски мяча друг другу в парах. 3.Ползание на четвереньках.	П/и «Мышеловка».	Ходьба в колонне по одному.
«Любим сказки. Библиотека»	Занятие 5-6 Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. <i>с.84</i>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, ходьба и бег в рассыпную.	ОРУ	1.Метание мешочков на дальность. 2.Ползание по гимнастической скамейке. 3.Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове.	П/и «Затейники».	Ходьба в колонне по одному.

				4.Прыжки на двух ногах.		
«Огонь – друг, огонь - враг»	Занятие 7-8 Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. <i>с.87</i>	Игровое задание «По местам».	ОРУ на гимнастических скамейках.	Бросание мяча в шеренгах. Прыжки в длину с разбега. 3. Равновесие	П/и «Салки с ленточкой».	Ходьба в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному.
Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			ОРУ	Основные движения	П/и	

МАЙ

«День Победы»	Занятие 1-2 Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. <i>с.88</i>	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег врассыпную.	ОРУ с обручем	1. Равновесие. 2.Прыжки с ноги на ногу. 3.Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока.	П/и «Совушка».	Игра малой подвижности «Великаны и гномы».
«Я и моя семья. Семейные традиции»	Занятие 3-4 Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. <i>с.90</i>	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег врассыпную.	ОРУ с мячом (большой диаметр)	1.Прыжки в длину с места. 2.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 3.Пролезание в обруч прямо и боком.	П/и «Горелки».	Игра малой подвижности «Летает — не летает».

<p>«Скоро в школу мы пойдем. Наш просторный класс»</p>	<p>Занятие 5-6 Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. <i>с.92</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без остановки); ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>ОРУ</p>	<p>1.Метание мешочков на дальность. 2.Равновесие. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p>	<p>П/и «Воробьи и кошка»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>
<p>«До свидания, детский сад! Скоро лето»</p>	<p>Занятие 7-8 Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. <i>с.80</i></p>	<p>Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную.</p>	<p>ОРУ с палками</p>	<p>1.Лазанье по гимнастической 2.Равновесие 3.Прыжки на двух ногах между кеглями</p>	<p>П/и «Охотники и утки».</p>	<p>Игра малой подвижности «Летает — не летает».</p>