

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО
ОКРУГА «УСИНСК»**

**«УСИНСК» КАР КЫТШЫН МУНИЦИПАЛЬНОЙ ЮКОНЛОН
АДМИНИСТРАЦИЯСА ЙӖЗӖС ВЕЛОДӖМӖН ВЕСЬКӖДЛАНІН
МУНИЦИПАЛЬНОЙ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» Д. ДЕНИСОВКА
«ПОДУВ ТӖДӖМЛУНЪЯС СЕТАН ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОЙ БЮДЖЕТНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ВЕЛОДАНІН**

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2021г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о директора МБОУ
«ООШ» д. Денисовка
_____ Терентьева Т.Н.
Приказ от «01» сентября 2021 г № 274

**Рабочая программа
по предмету Физическая культура
образовательная область Физическое развитие**

**Подготовительная группа (6-7 лет)
(возрастная группа)**

**1 год обучения
(срок реализации программы)**

Данная рабочая программа составлена на основании Основной образовательной программы дошкольного образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Основная общеобразовательная школа» д. Денисовка.

Денисовка

2021

Воспитатель: Кубелько В.В.

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «ООШ» д. Денисовка разработана в соответствии:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года № 26;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом министерства образования Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155
- Основной образовательной программой дошкольного образования «ООШ» д. Денисовка

Цель: сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Задачи:

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате,

отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

- Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

- Учить спортивным играм и упражнениям.

Формы образовательной деятельности: занятия.

Объём образовательной нагрузки: длительность занятий не более 30 минут – 3 раза в неделю; 12 занятий в месяц; 108 занятий в год.

Календарно- тематический план

№ п/п	Дата	Тема занятия	Планируемые результаты	Характеристика основных видов деятельности воспитанников
1		«Ловишки»	Дети упражнялись в ходьбе и беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивали точность движения при переброске мяча	.Ходьба .ОРУ без предметов Основные виды движений: Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах через шнуры(рас-40см) Перебрасывание мячей друг другу снизу, стоя в шеренгах Подвижная игра «Ловишки» .Малоподвижная игра «У кого мяч?»
2		« У кого мяч?»	. Дети упражнялись в ходьбе и беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивали точность движения при переброске мяча	Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах через набивные мячи Переброска мячей из-за головы двумя руками .Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «У кого мяч?»
3		« Ловкие ребята»	Дети упражнялись в равномерном беге и беге с ускорением; познакомились с прокатыванием обручей, развивали ловкость и глазомер, точность движения; повторили прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Ходьба Игровые упражнения: «Ловкие ребята». «Пингвины». «Догони свою пару». Малоподвижная игра «Вершки и корешки».

4		«Летает -не летает»	Дети упражнялись в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивали координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторили упражнения с мячом.	.Ходьба ОРУ с флажками Основные виды движений: Прыжки с доставанием до предмета Перебрасывания мяча через шнур друг другу из-за головы Лазанье под шнур Подвижная игра «Не оставайся на полу». .Малоподвижная игра «Летает не летает».
5		«Не оставайся на полу»	Дети упражнялись в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивали координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторили упражнения с мячом.	.Ходьба ОРУ с флажками Основные виды движений. Прыжки на двух ногах между предметами Перебрасывания мяча в шеренгах ползание - крокодил Подвижная игра «Не оставайся на полу». .Малоподвижная игра «Летает не летает».
6		« Прокати обруч»	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивали внимание и быстроту движения.	Ходьба, ходьба змейкой, бег враспынную. Игровые упражнения: «Быстро встань колонну!» « Прокати обруч» П/и « Совушка» , « Великаны и гномы»
7		Ползание по скамейке	Дети упражнялись в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивали ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесии. Повторили упражнение на переползание по гимнастической скамейке	Ходьба ОРУ с малым мячом Основные виды движений: Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками Ползание по гимнастической скамейке на животе Ходьба по гимнастической скамейке. .Подвижная игра

				«Удочка». .Ходьба в колонне по одному.
8		Удочка	Дети упражнялись в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивали ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесии. Повторили упражнение на переползание по гимнастической скамейке	Ходьба ОРУ с малым мячом Основные виды движений: Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях Ходьба по гимнастической скамейке. .Подвижная игра «Удочка». .Ходьба в колонне по одному
9		«Пройди –не задень»	Упражнялись в чередовании ходьбы и бега; развивали быстроту и точность движений при передачи мяча, ловкость между предметами.	.Ходьба .Игровые упражнения: «Быстро передай». «Пройди –не задень». Подвижная игра «Совушка». Игра « Летает – не летает»
10		« Прыжки из обруча в обруч»	Дети упражнялись в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторили прыжки через шнуры	Ходьба ОРУ с гимнастической палкой. Основные виды движений: Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях Равновесие – ходьба Прыжки из обруча в обруч Подвижная игра «Не попадись». Ходьба в колонне по одному»
11		« Не попадись»	Дети упражнялись в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической	Ходьба . ОРУ с гимнастической палкой. . Основные виды движений:

			<p>скамейке на ладонях и коленях; в равновесии по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторили прыжки через шнуры</p>	<p>Лазанье в обруч Равновесие – ходьба Прыжки на правой и на левой ноге через шнуры. Подвижная игра «Не попадись». Ходьба в колонне по одному»</p>
12		Фигуры	<p>Повторили ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучили игру «Круговая лапта»</p>	<p>Ходьба Игровые упражнения: «Прыжки по кругу» «Проведи мяч» Подвижная игра «Круговая лапта» Игра «Фигуры»</p>
13		Птицы улетают	<p>Дети закрепляли навыки ходьбы и бега между предметами; упражнялись в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивали ловкость в упражнении с мячом.</p>	<p>Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на правой и левой ноге через шнуры Броски мяча двумя руками Подвижная игра «Перелет птиц» Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</p>
14		Найди и промолчи	<p>Дети закрепляли навыки ходьбы и бега между предметами; упражнялись в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивали ловкость в упражнении с мячом.</p>	<p>Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах Передача мяча двумя руками Подвижная игра «Перелет птиц» Малоподвижная игра «Найди и промолчи»</p>
15		«Фигуры»	<p>Упражняли детей в беге с</p>	<p>Ходьба</p>

			преодолением препятствий; развивали ловкость в упражнениях с мячом; повторили задания в прыжках.	Игровое упражнение «Перебрось - поймай» « Не попадись» Подвижная игра «Фигуры» Ходьба в колонне по одному
16		Не оставайся на полу	Разучили поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторили бег с преодолением препятствий; отработывали навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Ходьба ОРУ с обручем Основные виды движений: Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед Ползание на ладонях и ступнях. Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «Эхо»
17		У кого мяч?	Разучили поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторили бег с преодолением препятствий; упражнялись в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	.Ходьба ОРУ с обручем Основные виды движений: Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги Перебрасывание мячей друг другу лазанье в обруч на четвереньках. .Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «У кого мяч?»
18		Кто самый меткий?	Повторили бег в среднем темпе(до 1,5 минут);развивали точность броска; упражняли в прыжках.	Ходьба Игровые упражнения: Кто самый меткий? Перепрыгни – не задень «Не попадись» .Подвижная игра «Совушка» Ходьба в колонне по одному
19		Удочка	Повторили ходьбу с высоким подниманием колен; повторили упражнения в ведении мяча; ползании;	.Ходьба .ОРУ на гимнастических скамейках Основные виды

			упражнялись в сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры.	движений: Ведение мяча по прямой Ползание по гимнастической скамейке ходьба по гимнастической скамейке Подвижная игра «Удочка» Игра м/п «Летает – не летает»
20		«Летает – не летает»	Повторили ходьбу с высоким подниманием колен; повторили упражнения в ведении мяча; ползании; упражнялись в сохранении равновесия по уменьшенной площади опоры.	.Ходьба .ОРУ на гимнастических скамейках Основные виды движений: . Ведение мяча между предметами . Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч ходьба по гимнастической скамейке . Подвижная игра «Удочка» Игра м/п «Летает – не летает»
21		Успей выбежать	Упражнялись в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; развивали точность в упражнениях с мячом.	Ходьба .Игровые упражнения: «Успей выбежать» «Мяч водящему» П/ и «Не попадись» .Ходьба в колонне по одному
22		Удочка	Закрепляли навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражняли в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторили упражнение на равновесие	Ходьба .ОРУ с мячом .Основные виды движений: Ползание – по гимнастической скамейке на четвереньках Ходьба по

			при ходьбе по повышенной опоре	гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах между предметами Подвижная игра «Удочка» .Ходьба
23		прыжки	Закрепляли навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражняли в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторили упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре	Ходьба .ОРУ с мячом .Основные виды движений: Ползание – под дугой или шнуром Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на правой или на левой ноге. Подвижная игра «Удочка» .Ходьба
24		Ловишки с ленточками	Повторяли ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег умеренном темпе; упражняли в прыжках и в умеренном темпе.	Ходьба .Игровые упражнения: Лягушки Не попадись Подвижная игра «Ловишки с ленточками» Малоподвижная игра «Эхо»
25		Мяч водящему	Закрепляли навык ходьбы и бега по кругу; упражняли в ходьбе по канату(или толстому шнуру);упражнялись в энергичном отталкивании через шнур; повторили эстафету с мячом.	Ходьба ОРУ Основные виды движений: Равновесие - ходьба по канату Прыжки на двух ногах через шнуры Эстафета « Мяч водящему» .Подвижная игра «Догони свою пару» .Малоподвижная игра «Угадай чей голос»
26		Угадай чей голос	Закрепляли навык ходьбы и бега по кругу; упражняли в ходьбе по канату(или толстому шнуру);упражнялись в энергичном отталкивании	Ходьба .ОРУ .Основные виды движений: Равновесие - ходьба по канату Прыжки на двух

			через шнур; повторили эстафету с мячом.	ногах через шнуры « Попади в корзину» Подвижная игра «Догони свою пару» Малоподвижная игра «Угадай чей голос»
27		Мышеловка	Повторили бег; игровые упражнения с мячом, в прыжках; закрепили навык ходьбы, перешагивая через предметы	Ходьба Игровые упражнения: Мяч о стенку Будь ловким Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Затейники»
28		«Фигуры»	Упражнялись в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторили прыжки через короткую скакалку; упражнялись в ползании по гимнастической скамейке и бросание мяча друг другу.	Ходьба ОРУ с короткой скакалкой Основные виды движений: Прыжки через короткую скакалку Ползание по гимнастической скамейке Броски мяча друг другу Подвижная игра «Фигуры» Малоподвижная игра по выбору детей
29		Кошки-мышки	Упражнялись в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторили прыжки через короткую скакалку; упражнялись в ползании по гимнастической скамейке и бросание мяча друг другу.	Ходьба ОРУ с короткой скакалкой Основные виды движений: Прыжки через короткую скакалку Ползание в прямом направлении на четвереньках Передача мяча в шеренгах Подвижная игра «Кошки - мышки» Малоподвижная игра по выбору детей
30		не задень	Закрепляли навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с	Ходьба Игровые упражнения: «Передача мяча по кругу в одну и другую

			остановкой по сигналу; повторили игровые упражнения в прыжках и с мячом	сторону» «Не задень» Подвижная игра «не оставайся на полу» Малоподвижная игра «Затейники»
31		«Перелет птиц»	Упражняли в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторили ведение мяча с продвижением вперед; упражняли в лазанье под дугу, в равновесии.	Ходьба .ОРУ с кубиком .Основные виды движений: Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом Лазанье под дугу Равновесие- ходьба на носках, между набивными мячами Подвижная игра «Перелет птиц» Игра малой подвижности « Летает - не летает»
32		Набивные мячи	Упражняли в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторили ведение мяча с продвижением вперед; упражняли в лазанье под дугу, в равновесии.	Ходьба .ОРУ с кубиком .Основные виды движений Метание мешочков в горизонтальную цель. Ползание по «медвежьи» Равновесие- ходьба на носках, между набивными мячами Подвижная игра «Перелет птиц» Игра малой подвижности « Летает - не летает»
33		« По местам»	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и бегом.	Ходьба .Игровые упражнения: «Перебрось и поймай» «Перепрыгни - не задень» «По местам» Ходьба
34		бросание мяча о стенку	Закрепили навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движения и ловкость; разучивали в лазанье на	Ходьба ОРУ без предмета .Основные виды движений: Лазанье на

			гимнастическую стенку переходом с одного пролета на другой; повторили упражнения в прыжках и на равновесии	гимнастическую стенку Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол двумя руками .Подвижная игра «Фигуры» Ходьба
35		В шеренгу становись	Закрепили навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движения и ловкость; разучивали в лазанье на гимнастическую стенку переходом с одного пролета на другой; повторили упражнения в прыжках и на равновесии	Ходьба ОРУ без предмета .Основные виды движений: Лазанье на гимнастическую стенку Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол двумя руками .Подвижная игра «Фигуры» Ходьба
36		Передай мяч	Повторили бег с преодолением препятствий; повторили игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	.Ходьба Игровые упражнения: «Передай мяч» «С кочки на кочку» Подвижная игра «Хитрая лиса» Ходьба в колонне по одному.
37		Сделай фигуру	Дети упражнялись в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучили ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторили перебрасывание мяча.	Ходьба .ОРУ с обручем Основные виды движений: Равновесие - ходьба по наклонной доске боком Прыжки на двух ногах через бруски Броски мяча друг другу двумя руками из – за головы Подвижная игра «Ловишки с ленточками»

				Игра «Сделай фигуру»
38		Кегли	Дети упражнялись в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучили ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторили перебрасывание мяча.	Ходьба ОРУ с обручем Основные виды движений: Ходьба по наклонной доске Прыжки на двух ногах, между набивными мячами Переброска мячей друг другу в парах произвольным способом Подвижная игра «Ловишки с ленточками» .Игра «Сделай фигуру»
39		Кто дальше бросит	Разучили игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнялись в метании снежков на дальность.	Ходьба Игровые упражнения: «Кто дальше бросит» «Не задень» Подвижная игра «Мороз Красный нос» Ходьба в колонне по одному
40		Флажки	Упражнялись в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторили прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнялись в ползании и переброске мяча.	.Ходьба ОРУ с флажками Основные виды движений: Прыжки с ноги на ногу Броски мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание на четвереньках между предметами Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «У кого мяч»
41		Прокати мяч	Упражнялись в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторили прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнялись в	Ходьба ОРУ с флажками Основные виды движений: Прыжки попеременно на правой и левой ноге Ползание по прямой, подталкивая мяч

			ползании и переброске мяча.	головой Прокатывание набивного мяча Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра «У кого мяч»
42		Кто быстрее до снеговика	Повторили ходьбу и бег между снежными постройками; упражнялись в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	Ходьба Игровые упражнения: «Метко в цель» «Кто быстрее до снеговика» «Пройдем по мостику» Подвижная игра «Мороз Красный нос» Ходьба в колонне по одному. Малоподвижная игра «Найди предмет»
43		Охотники и зайцы	Дети упражнялись в ходьбе и беге врассыпную; закреплено умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторили ползание по гимнастической скамейке; упражнялись в сохранении устойчивого равновесия.	Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Перебрасывание мяча большого диаметра Ползание по гимнастической скамейке на животе Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове Подвижная игра «Охотники и зайцы» Малоподвижная игра «Летает - не летает »
44		Брось мяч	Дети упражнялись в ходьбе и беге врассыпную; закреплено умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторили ползание по гимнастической скамейке; упражнялись в сохранении устойчивого равновесия.	Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Перебрасывание мячей (большой диаметр) друг другу Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине Равновесие – ходьба

				по гимнастической скамейке боком приставным шагом Подвижная игра «Охотники и зайцы» Малоподвижная игра «Летает - не летает »
45		Смелые воробышки	Развили ритмичность ходьбы на лыжах; упражнялись в прыжках на двух ногах; повторили игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	Ходьба Игровые упражнения: «Метко в цель» «Смелые воробышки» Ходьба в колонне по одному между кеглями
46		Хитрая лиса	Дети упражнялись в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы Прыжки на двух ногах между предметами Подвижная игра «Хитрая лиса» Ходьба в колонне по одному. Малоподвижная игра «Летает - не летает »
47		Встаньте в круг!	Дети упражнялись в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	.Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком

				Прыжки на двух ногах между кеглями Подвижная игра «Хитрая лиса» Ходьба в колонне по одному. Малоподвижная игра «Летает - не летает»
48		Туристы	Повторили передвижение на лыжах скользящим шагом; разучили игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развили координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	Ходьба Игровые упражнения: «Ходьба на лыжах» «С шайбой и клюшкой» « По дорожке» .Подвижная игра «Мы веселые ребята» .Ходьба в колонне по одному «Туристы»
49		Медведи	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; сформировано устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнялись в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	.Ходьба .ОРУ с кубиками Основные виды движений: Равновесие – ходьба и бег по наклонной доске Прыжки на правой и левой ноге между кубиками Метание – броски мяча в шеренгах Подвижная игра «Медведи и пчелы» Малоподвижная игра (по выбору детей)
50		Пчелы	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; сформировано устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнялись в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Ходьба ОРУ с кубиками Основные виды движений: Ходьба по наклонной доске, балансируя руками Прыжки на двух ногах между Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах Подвижная игра «Медведи и пчелы» Малоподвижная игра (

				по выбору детей)
51		Сбей кеглю	Повторили ходьбу и бег по кругу; разучили прыжок в длину с места; упражнялись в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Ходьба Игровые упражнения: «На санках» «На лыжах» « Сбей кеглю» .Подвижная игра «Ловишки парами» Ходьба в колонне по одному
52		Совушка	Повторили ходьбу и бег по кругу; разучили прыжок в длину с места; упражнялись в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Ходьба ОРУ с веревкой Основные виды движений: Прыжки в длину с места Проползание под дугами на четвереньках Броски мяча вверх Подвижная игра «Совушка» . Малоподвижная игра (по выбору детей)
53		Прыжки в длину	Повторили ходьбу и бег по кругу; разучили прыжок в длину с места; упражнялись в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Ходьба ОРУ с веревкой .Основные виды движений: Прыжки в длину с места Переползание через предметы Перебрасывание мячей (большого диаметра) друг другу Подвижная игра «Совушка» Малоподвижная игра (по выбору детей)
54		Найдем зайца	Закрепили навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторили игровые упражнения с бегом и метанием.	Ходьба Игровые упражнения: «Кт быстрее» «Пробеги - не задень» Малоподвижная игра «Найдем зайца»
55		Пробеги – не задень	Повторили ходьбу и бег между предметами; упражнялись в	.Ходьба ОРУ на гимнастической

			перебрасывании мячей друг другу; повторили задания в равновесии.	скамейке Основные виды движений: Перебрасывание мячей друг другу (думя руками от груди) Пролезание в обруч боком Ходьба с перешагиванием через набивные мячи Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра (по выбору детей)
56		Поймай мяч	Повторили ходьбу и бег между предметами; упражнялись в перебрасывании мячей друг другу; повторили задания в равновесии.	.Ходьба .ОРУ на гимнастической скамейке .Основные виды движений: Перебрасывание мячей друг другу и ловля их после отскока о пол Пролезание в обруч правым и левым боком Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове Подвижная игра «Не оставайся на полу» Малоподвижная игра (по выбору детей)
57		Змейка	Закрепили навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, повторили игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	.Ходьба Игровые упражнения: «Пробеги – не задень» «Кто дальше бросит» Подвижная игра «Мороз Красный нос» .Ходьба « змейкой» между ледяными постройками
58		Хитрая лиса	Повторили ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнялись в лазанье на	.Ходьба .ОРУ с обручем Основные виды движений: Лазанье на

			гимнастическую стенку, не пропуская реек.	гимнастическую стенку одноименным способом Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятки Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь Ведение мяча в прямом направлении Подвижная игра «Хитрая лиса» Ходьба в колонне по одному
59		Прыжки	Повторили ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнялись в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Ходьба ОРУ с обручем Основные виды движений: Лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой Прыжки через шнуры на двух ногах без паузы Ведение мяча до обозначенного места Подвижная игра «Хитрая лиса» Ходьба в колонне по одному
60		По местам	Разучили повороты на лыжах; повторили игровые упражнения с бегом и прыжками.	Ходьба Игровые упражнения: «По местам» «С горки» Ходьба в колонне по одному
61		Охотники	Дети упражнялись в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия	Ходьба ОРУ с гимнастической палкой Основные виды движений: Ходьба по гимнастической

			при ходьбе на повышенной опоре; повторили упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	скамейке, руки за головой Прыжки через бруски без паузы Бросание мячей в корзину с расстояния 2 м двумя руками из - за головы Подвижная игра «Охотники и зайцы » Малоподвижная игра (по выбору детей)
62		Зайцы	Дети упражнялись в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторили упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Ходьба ОРУ с гимнастической палкой Основные виды движений: Равновесие – бег по гимнастической скамейке Прыжки через бруски правым и левым боком Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант) Подвижная игра «Охотники и зайцы » Малоподвижная игра (по выбору детей)
63		Пружинка	Дети упражнялись в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторили повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке	Ходьба Игровые упражнения: «Точный пас» «По дорожке» Подвижная игра «Мороз Красный нос » Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками
64		Большие мячи	Повторили ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закрепили навык энергичного отталкивания и приземления на	Ходьба ОРУ с большим мячом Основные виды движений: Прыжки в длину с места Отбивание мяча о пол

			полусогнутые ноги в прыжках; упражнялись в лазании под дугу и отбивании мяча о землю.	одной рукой, продвигаясь вперед шагом Лазанье – подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке Подвижная игра «Не оставайся на полу» Ходьба в колонне по одному
65		Прыжки	Повторили ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закрепили навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнялись в лазании под дугу и отбивании мяча о землю.	Ходьба ОРУ с большим мячом Основные виды движений: Прыжки в длину с места Ползание на четвереньках между набивными мячами Перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками Подвижная игра «Не оставайся на полу» Ходьба в колонне по одному
66		Снежки	Упражнялись в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторили игровые упражнения с бегом и прыжками.	Ходьба Игровые упражнения: «Кто дальше» «Кто быстрее» Малоподвижная игра «Найди следы зайцев»
67		Мышеловка	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами; разучили метание в вертикальную цель; упражнялись в лазании под палку и перешагивании через нее.	Ходьба ОРУ на гимнастической скамейке Основные виды движений: Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (от плеча) Подлезание под палку Перешагивание через шнур Подвижная игра «Мышеловка»

				Ходьба в колонне по одному
68		Проползи – не урони	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами; разучили метание в вертикальную цель; упражнялись в лазании под палку и перешагивании через нее.	Ходьба на ОРУ на гимнастической скамейке Основные виды движений: Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине Ходьба на носках между кеглями. Прыжки на двух ногах через шнуры. Подвижная игра «Мышеловка» Ходьба в колонне по одному
69		Точно в круг	Повторили игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	Ходьба Игровые упражнения: «Точно в круг» «Кто дальше» Подвижная игра «Ловишки» Ходьба за самым ловким ловишкой
70		Прыжки с мячом	Дети упражнялись в непрерывном беге, в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнялись в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторили задания в прыжках и с мячом.	Ходьба на ОРУ без предметов Основные виды движений: Лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке Прыжки с ноги на ногу Отбивание мяча в ходьбе Подвижная игра «Гуси - лебеди»

				Ходьба в колонне по одному
71		Не попадись	Дети упражнялись в непрерывном беге, в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнялись в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторили задания в прыжках и с мячом.	Ходьба ОРУ без предметов Основные виды движений: Лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки с ноги на ногу между предметами Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой Подвижная игра «Гуси - лебеди» Ходьба в колонне по одному
72		Гонки санок	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий .	Ходьба Игровые упражнения: «Гонки санок» «Не попадись» «По мостику» Подвижная игра «Ловишки - перебежки» Малоподвижная игра (по выбору детей)
73		Пожарные на учении	Дети упражнялись в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучили ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнялись в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Ходьба ОРУ с малым мячом Основные виды движений: Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки из обруча в обруч Перебрасывание мяча друг другу и ловля его Подвижная игра «Пожарные на учении» Эстафета с большим мячом «Мяч водящему»

74		Мяч водящему	Дети упражнялись в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучили ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнялись в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Ходьба ОРУ с малым мячом Основные виды движений: Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове Прыжки на двух ногах через набивные мячи Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши Подвижная игра «Пожарные на учении» Эстафета с большим мячом «Мяч водящему»
75		Горелки	Повторили игровые упражнения с бегом; упражнялись в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Ходьба Игровые упражнения: «Пас точно на клюшку» «Проведи не задень» Подвижная игра «Горелки» Ходьба в колонне по одному, построение в круг. Малоподвижная игра «Летает – не летает»
76		Медведи	Повторили ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучили прыжок в высоту с разбега; упражнялись в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений: Прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча Ползание на четвереньках между предметами Подвижная игра «Медведи и пчелы» Ходьба колонной по одному
77		Пчелы	Повторили ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды

			<p>врассыпную; разучили прыжок в высоту с разбега; упражнялись в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.</p>	<p>движений: Прыжки в высоту с разбега Метание мешочков в вертикальную цель Ползание на четвереньках по прямой. Выполняется шеренгами – « Кто быстрее доползет до кегли» Подвижная игра «Медведи и пчелы » Ходьба колонной по одному</p>
78		Ловкие ребята	<p>Повторили бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.</p>	<p>Ходьба Игровые упражнения: «Ловкие ребята» «Кто быстрее» Подвижная игра « Карусель» Малоподвижная игра (по выбору детей)</p>
79		Медведи	<p>Повторили ходьбу со сменой темпа движения; упражнялись в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.</p>	<p>Ходьба ОРУ с кубиком Основные виды движений: Лазанье по гимнастической и ступни скамейке с опорой на ладони Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком Прыжки вправо и влево через шнур Подвижная игра «Стоп » Ходьба колонной по одному</p>
80		Стоп	<p>Повторили ходьбу со сменой темпа движения; упражнялись в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.</p>	<p>Ходьба ОРУ с кубиком Основные виды движений: Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке</p>

				Прыжки из обруча в обруч на двух ногах Подвижная игра «Стоп» Ходьба колонной по одному
81		Канатоходец	Дети упражнялись в беге и ходьбе в чередовании; повторили игровые упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Ходьба Игровые упражнения: «Канатоходец» «Удочка» Эстафета с мячом «Быстро передай» Малоподвижная игра «Угадай по голосу»
82		Попади в цель	Дети упражнялись в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении, в метании в горизонтальную цель, в лазанье и равновесии.	Ходьба ОРУ с кубиком Основные виды движений: Лазанье под шнур боком, не касаясь его Метание мешочков в горизонтальную цель Равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой Подвижная игра «Не оставайся на полу» Ходьба колонной по одному
83		Доползи	Дети упражнялись в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении, в метании в горизонтальную цель, в лазанье и равновесии.	Ходьба ОРУ с кубиком Основные виды движений: Метание мешочков в горизонтальную цель способом от плеча Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи по переменно правой и левой ногой, руки произвольно Подвижная игра «Не оставайся на полу» Ходьба колонной по

				одному
84		Прокати – сбей	Дети упражнялись в беге на скорость; разучили упражнение с прокатыванием мяча; повторили игровые задания с прыжками.	Ходьба Игровые упражнения: «Прокати - сбей» «Пробеги не задень» Подвижная игра «Удочка» Малоподвижная игра (по выбору детей)
85		Медведь и пчелы	Повторили ходьбу и бег по кругу; упражнялись в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Ходьба ОРУ с гимнастической палкой Основные виды движений: Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны Прыжки через бруски Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах Подвижная игра «Медведь и пчелы» Ходьба колонной по одному
86		Карусель	Повторили ходьбу и бег по кругу; упражнялись в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Ходьба ОРУ с гимнастической палкой Основные виды движений: Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча Прыжки на двух ногах, затем перепрыгивание через предмет Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя рука Подвижная игра «Медведь и пчелы» Ходьба колонной по одному
87		Ловишки – перебежки	Дети упражнялись в чередовании ходьбы и бега; повторили игру с бегом «Ловишки –	Ходьба Игровые упражнения: «Ловишки - перебежки»

			перебежки»	«Передача мяча в колонне» Ходьба в колонне по одному
88		Стой	Повторили ходьбу и бег между предметами; разучили прыжки с короткой скакалкой; упражнялись в прокатывании обручей; развили ловкость, глазомер	Ходьба ОРУ с короткой скакалкой Основные виды движений: Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах Пролезание в обруч прямо и боком Подвижная игра «Стой» Ходьба колонной по одному. Малоподвижная игра (по выбору детей)
89		Пролезь в обруч	Повторили ходьбу и бег между предметами; разучили прыжки с короткой скакалкой; упражнялись в прокатывании обручей; развили ловкость, глазомер	Ходьба ОРУ с короткой скакалкой Основные виды движений: Прыжки на месте через короткую скакалку на месте, продвигаясь вперед Прокатывание обручей друг другу Пролезание в обруч Подвижная игра «Стой» Ходьба колонной по одному. Малоподвижная игра (по выбору детей)
90		Догони обруч	Дети упражнялись в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторили игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Бег Игровые упражнения: «Пройди- не задень » «Догони обруч » «Перебрось и поймай» Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка» Малоподвижная игра «Кто ушел?»
91		Кто ушел?	Дети упражнялись в	Ходьба ОРУ с малым мячом

			<p>ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторили метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнялись в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p>	<p>Основные виды движений: Метание мешочков в вертикальную цель одной рукой, способом от плеча Ползание по прямой, затем переползание через скамейку Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы Подвижная игра «Удочка» Ходьба колонной по одному.</p>
92		Метание мешочков	<p>Дети упражнялись в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторили метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнялись в ползании и сохранении устойчивого равновесия.</p>	<p>Ходьба ОРУ с малым мячом Основные виды движений: Метание мешочков в вертикальную цель Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в стороны Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях Подвижная игра «Удочка» Ходьба колонной по одному.</p>
93		Мяч в кругу	<p>Повторили бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.</p>	<p>Бег Игровые упражнения: «Кто быстрее» «Мяч в кругу» Подвижная игра «Карусель» Ходьба в колонне по одному</p>
94		Горелки	<p>Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами; закрепили навыки лазанья на</p>	<p>Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений: Лазанье на</p>

			гимнастическую стенку; упражнялись в сохранении равновесия и прыжках.	гимнастическую стенку произвольным способом Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Угадай, чей голос?»
95		Угадай, чей голос?»	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами; закрепили навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнялись в сохранении равновесия и прыжках.	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений: Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, ходьба по гимнастической рейке приставным шагом Прыжки-перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе Подвижная игра «Горелки» Малоподвижная игра «Угадай, чей голос?»
96		Сбей кеглю	Упражнялись в беге на скорость; повторили игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Ходьба Игровые упражнения: «Сбей кеглю» «Пробеги не задень» «С кочки на кочку» Ходьба колонной по одному между обручами, положенными в один ряд по прямой
97		Мышеловка	Дети упражнялись в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений:

			команде воспитателя, в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторили упражнения в прыжках и с мячом.	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед Броски мяча о стену одной рукой, ловля мяча двумя руками Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Что изменилось?»
98		Что изменилось	Дети упражнялись в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя, в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторили упражнения в прыжках и с мячом.	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений: Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед Подвижная игра «Мышеловка» Малоподвижная игра «Что изменилось?»
99		Отбей волан	Упражнялись в беге с высоким подниманием бедра; развили ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	Бег Игровые упражнения: «Проведи мяч» «Пас друг другу» «Отбей волан» Подвижная игра «Гуси - лебеди» Ходьба в колонне по одному
100		Найди и промолчи	Дети упражнялись в ходьбе и беге колонной по одному с перешагиванием через предметы; разучили прыжок в длину с разбега; упражнялись в перебрасывании мяча.	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений: Прыжки в длину с разбега Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди Ползание по прямой на ладонях и ступнях

				Подвижная игра «Не оставайся на полу » Малоподвижная игра «Найди и промолчи»
101		Пас друг другу	Дети упражнялись в ходьбе и беге колонной по одному с перешагиванием через предметы; разучили прыжок в длину с разбега; упражнялись в перебрасывании мяча.	Ходьба ОРУ без предмета Основные виды движений: Прыжки в длину с разбега Забрасывание мяча в корзину Лазанье под дугу Подвижная игра «Не оставайся на полу » Малоподвижная игра «Найди и промолчи»
102		Забрось кольцо	Развили выносливость в непрерывном беге; упражнялись в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторили игровые упражнения с мячом.	Ходьба Игровые упражнения: «Прокати – не урони» «Кто быстрее» «Забрось в кольцо» Подвижная игра «Совушка» Ходьба в колонне по одному
103		Пожарные на учении	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развили ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторили упражнения в равновесии и с обручем.	Ходьба ОРУ с мячом Основные виды движений: Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками Лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом Подвижная игра «Пожарные на учении » Ходьба в колонне по одному
104		Совушка	Дети упражнялись в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную;	Ходьба ОРУ с мячом Основные виды движений: Броски

			развили ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторили упражнения в равновесии и с обручем.	мяча о пол и ловля его двумя руками Лазанье в обруч прямо и боком боком выполняется в парах Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове Подвижная игра «Пожарные на учении» Ходьба в колонне по одному
105		Мышеловка	Повторили бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.	Ходьба Игровые упражнения: «Кто быстрее» «Ловкие ребята» Подвижная игра «Мышеловка» Эстафета с мячом; ходьба колонной по одному
106		Караси и щука	Повторили ходьбу с изменением темпа движения; развили навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторили прыжки между предметами	Ходьба ОРУ с обручем Основные виды движений: Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе Прыжки на двух ногах между кеглями Подвижная игра «Караси и щука» Ходьба в колонне по одному
107		Ловкие ребята	Повторили ходьбу с изменением темпа движения; развили навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторили	Ходьба ОРУ с обручем Основные виды движений: Ползание по гимнастической скамейке на животе,

			прыжки между предметами	подтягиваясь двумя руками Ходьба с перешагиванием через бруски Прыжки на правой и левой ноге попеременно Подвижная игра «Караси и щука» Ходьба в колонне по одному
108		Пятнашки	Дети упражнялись в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.	Ходьба Игровые упражнения: «Мяч водящему» «Передача мяча в колонне» Подвижная игра «Не оставайся на земле» Ходьба в колонне по одному

Требования к уровню подготовки воспитанников:

Выполняют правильно все виды основных движений.

Прыгают на мягкое покрытие с высоты 40 см, мягко приземляться; прыгают в длину с места (не менее 100 см), с разбега (не менее 180 см), в высоту с разбега (не 50 см); прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами.

Перебрасывают набивные мячи (вес 1 кг), бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метают предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метают предметы в движущуюся цель; владеют школой мяча.

Перестраиваются в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдают интервалы во время передвижения.

Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

Сохраняют правильную осанку.

Активно участвуют в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис).

Проявляют дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрируют красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Имеют начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимают здоровый образ жизни как ценность.

Список литературы:

ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой. –3-е изд., испр. и доп. - М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2018. – 112с.