

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Облепихинская основная общеобразовательная школа»**

| РАССМОТРЕНО                             | СОГЛАСОВАНО           | УТВЕРЖДЕНО                            |
|---|-----------------------|---------------------------------------|
| на ШМО учителей начальных классов       | Зам. директора по УВР | Директор школы:                       |
| /М.А.Мальцева/                          | /И.В. Лень/           | /Н.В. Городинская/                    |
| Протокол № ___ от «___» августа 2018 г. | «___» августа 2018 г. | Приказ № ___ от «___» августа 2018 г. |

**Рабочая программа по физическому развитию для детей 3 – 7 лет**

**Воспитатель:**

Савенкова Светлана Валерьевна, первая квалификационная категория;

**поселок ж/д станции Облепиха, 2018 г**

Рабочая программа составлена по физическому развитию для дошкольников от 3 до 7 лет составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного общего образования.

## **Раздел 1. Планируемые результаты освоения учебной программы по физическому развитию**

### **Вторая младшая группа**

#### **К концу обучения дети могут:**

1. Приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
2. Владеют простейшими навыками поведения во время еды, умывания.
3. Умеют ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
4. Умеют бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
5. Сохраняют равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
6. Могут ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
7. Энергично отталкиваются в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
8. Могут катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

### **Средняя группа**

#### **К концу обучения дети могут:**

1. Соблюдают элементарные правила гигиены (по мере необходимости моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).
2. Обращаются за помощью к взрослым при заболевании, травме.
3. Соблюдают элементарные правила приема пищи (правильно пользуются столовыми приборами, салфеткой, полоскает рот после еды).
4. Принимают правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мя и землю (пол) не менее 5 раз подряд.

5. Могут ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
6. Умеют строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
7. Могут скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
8. Ориентируются в пространстве, находят левую и правую стороны.
9. Выполняют упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений

### **Старшая группа**

#### **К концу обучения дети могут:**

1. Умеют быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу.
2. Имеют навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
3. Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).
4. Владеют простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.
5. Имеют начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
6. Знают о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
7. Умеют ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, «правление и темп.
8. Умеют лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
9. Могут прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см): с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
10. Умеют метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на *месте* не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.
11. Выполняют упражнения на статическое и динамическое равновесие.

12. Умеют перестраиваться в колонну; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

13. Умеют кататься на самокате.

14. Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

### **Подготовительная к школе группа**

#### **К концу обучения дети могут:**

1. Усвоили основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, поласкают рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

2. Имеют сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

3. Выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

4. Могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега — не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

5. Могут перебрасывать набивные мячи (вес 1кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12м, метать предметы в движущуюся цель.

6. Умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

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

8. Участвуют в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

## Раздел 2. Содержание учебной деятельности

### Физическое развитие

#### Младшая группа (от 3 до 4 лет)

**Обеспечение гармоничного физического развития.** Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

**Подвижные игры.** Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележка-ми, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

#### Средняя группа (от 4 до 5 лет)

**Обеспечение гармоничного физического развития.** Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей

организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Подвижные игры.** Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

#### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

**Обеспечение гармоничного физического развития.** 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.

**Подвижные игры.** 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.

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

**Обеспечение гармоничного физического развития.** Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро, перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно, следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр,

комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

**Подвижные игры.** Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Календарно-тематическое планирование  
**Подготовительная группа 6-7лет**  
**Физическое развитие**

| №  | Тема занятий  | Количество<br>во<br>учебных<br>часов |
|--|---|--------------------------------------|
| <b>«День знаний» - 6ч</b>                      |   |                                      |
| 1-3  | Мониторинг  | 3                                    |
| 4  | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, прыжки на двух ногах ,перебрасывание мяча   | 1                                    |
| 5  | Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки через набивные мячи, переброска мячей   | 1                                    |
| 6  | Бег шеренгами, ходьба врассыпную.   | 1                                    |
| <b>«Осень»-9ч</b>                              |   |                                      |
| 7  | Прыжки с доставанием до предмета, перебрасывание мяча через шнур, лазанье под шнур,   | 1                                    |
| 8  | Прыжки на двух ногах м.у предметами, переброска мяча  | 1                                    |
| 9  | Ходьба и бег м.у предметами, змейкой.   | 1                                    |
| 10   | Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками, ползание по гимнастической скамейке на животе.   | 1                                    |
| 11   | Бросание мяча правой и левой рукой, ползание, ходьба по гим. скамейке.  | 1                                    |
| 12   | Ходьба в колонне по одному, бег между предметами.   | 1                                    |
| 13   | Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, ходьба по гимнастической скамейке ;прыжки из обруча в обруч   | 1                                    |
| 14   | Лазанье в обруч, ходьба боком, прыжки на правой и левой ноге  | 1                                    |
| 15   | Ходьба и бег по сигналу, упражнения в прыжках и с мячом.  | 1                                    |
| <b>«Мой город, моя страна, моя планета»-6ч</b> |   |                                      |
| 16   | Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на правой и левой ноге, броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками.  | 1                                    |
| 17   | Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах вдоль шнура, перебрасывание мячей.  | 1                                    |
| 18   | Бег с преодолением препятствий  | 1                                    |
| 19   | Прыжки с высоты, отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед, ползание на ладонях и ступнях   | 1                                    |
| 20   | Прыжки с высоты 40см,отбивание мяча одной рукой, лазанье в обруч.   | 1                                    |
| 21   | Бег в среднем темпе, построение в колонну.  | 1                                    |
| <b>«День народного единства»-12ч</b>           |   |                                      |
| 22   | Ведение мяча по прямой ,ползание по гимнастической скамейке ,ходьба по рейке гимнастической скамейки  | 1                                    |
| 23   | Ведение мяча м.у предметами, ползание на четвереньках, ходьба по гим. скамейке  | 1                                    |
| 24   | Бег с перепрыгиванием через предметы  | 1                                    |
| 25   | Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; Прыжки на правой и левой ноге между предметами, Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, | 1                                    |
| 26   | Ползание по гим. скамейке, прыжки на двух ногах м.у предметами, ходьба  | 1                                    |



|                        |  |   |
|------------------------|--|---|
|                        | по гим. скамейке с мешочком на голове.   |   |
| 27                     | Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу.  | 1 |
| 28                     | Ходьба по канату (шнур) боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате.                                     | 1 |
| 29                     | Ходьба по канату боком приставным шагом, прыжки на правой и левой ноге, броски мяча в корзину.   | 1 |
| 30                     | Ходьба в колонне по одному между кеглями, стараясь не задеть их, ходьба, с перешагиванием попеременно правой и левой ногой через шнуры.                                  | 1 |
| 31                     | Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед., ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине., броски мяча друг другу стоя в шеренгах | 1 |
| 32                     | Прыжки через короткую скакалку, ползание в прямом направлении, передача мяча.  | 1 |
| 33                     | Бег с перепрыгиванием через предметы   | 1 |
| <b>«Новый год» -18</b> |  |   |
| 34                     | Ведение мяча в прямом направлении ,лазанье под дугу ,ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами,   | 1 |
| 35                     | Метание мешочков в горизонтальную цель, ползание «по-медвежьи», ходьба по гимнастической скамейке.   | 1 |
| 36                     | Ходьба в колонне по одному в обход зала; по сигналу воспитателя переход к ходьбе с высоким подниманием колен   | 1 |
| 37                     | Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет(по диагонали),прыжки на двух ногах через шнур  | 1 |
| 38                     | Ходьба на носках по уменьшенной площади опоры, забрасывание мяча в корзину.  | 1 |
| 39                     | Ходьба с изменением направления движения по обозначенным ориентирам;   | 1 |
| 40                     | Равновесие. Прыжки на двух ногах между предметами, Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.  | 1 |
| 41                     | Равновесие, переброска мячей друг. другу, прыжки на правой и левой ноге.   | 1 |
| 42                     | Бег в умеренном темпе (продолжительность до 1,5 минуты), без остановки, затем переход на обычную ходьбу.   | 1 |
| 43                     | Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед .Ползание по скамейке на ладонях и коленях   | 1 |
| 44                     | Прыжки на двух ногах, прокатывание мяча, ползание под шнур.  | 1 |
| 45                     | Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную; на сигнал педагога  | 1 |
| 46                     | Подбрасывание мяча правой и левой рукой, ползание по гимнастической скамейке на животе, Равновесие   | 1 |
| 47                     | Бег врассыпную, ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения.  | 1 |
| 48                     | Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом .Прыжки на двух ногах с мешочком   | 1 |
| 49                     | Лазанье по гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку   | 1 |
| 50                     | Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе.  | 1 |
| 51                     | Равновесие, Прыжки через препятствия, ведение мяча с одной стороны.  | 1 |
| <b>«Зима» -12ч</b>     |  |   |
| 52                     | Равновесие, прыжки на двух ногах из обруча в обруч.  | 1 |
| 53                     | Ходьба, затем бег в умеренном темпе.   | 1 |
| 54                     | Прыжки в длину с места, ползание по прямой.  | 1 |

|  |  |   |
|--|--|---|
| 55                                       | Прыжки в длину с места, бросание мяча, ползание по гимнастической скамейке   | 1 |
| 56                                       | Ходьба в умеренном темпе между постройками   | 1 |
| 57                                       | Подбрасывание малого мяча вверх, лазанье под шнур  | 1 |
| 58                                       | Перебрасывание мячей друг другу, ползание на ладонях и коленях.  | 1 |
| 59                                       | Ходьба и бег между снежками  | 1 |
| 60                                       | Ползание по гим. скамейке, равновесие, прыжки через короткую скакалку.   | 1 |
| 61                                       | Ползание на четвереньках между предметами, прыжки из обруча в обруч  | 1 |
| 62                                       | Ходьба и бег враспынную.   | 1 |
| 63                                       | Равновесие, броски мяча одной рукой, прыжки через короткие шнуры.  | 1 |
| <b>«День защитника Отечества» -9ч</b>    |  |   |
| 64                                       | Прыжки между предметами, передача мяча по кругу  | 1 |
| 65                                       | Ходьба меду санками змейкой  | 1 |
| 66                                       | Прыжки, переброска мячей, лазанье под дугу.  | 1 |
| 67                                       | Прыжки, ползание на ладонях, переброска мячей  | 1 |
| 68                                       | Бег по всей площадке, ходьба колонной по одному.   | 1 |
| 69                                       | Лазанье на гимнастическую стенку; равновесие , метание мешочков правой и левой рукой   | 1 |
| 70                                       | Лазанье на гимнастическую стенку, ходьба по гимнастической скамейке, метание мешочков  | 1 |
| 71                                       | Дети образуют круг. Ходьба по кругу; на сигнал воспитателя «Ветер!   | 1 |
| 72                                       | Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их, ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг, прыжки из обруча в обруч | 1 |
| <b>«Международный женский день» 6ч</b>   |  |   |
| 72                                       | Лазанье на гимнастическую стенку, равновесие, эстафета с мячом   | 1 |
| 74                                       | Ходьба и бег с выполнением задания   | 1 |
| 75                                       | Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, прыжки на двух ногах вперед.   | 1 |
| 76                                       | Равновесие, прыжки на правой и левой ноге  | 1 |
| 77                                       | Бег на скорость  | 1 |
| 78                                       | Прыжки через короткую скакалку, перебрасывание мяча через сетку, ползание под шнур   | 1 |
| <b>«Весна»-6ч</b>                        |  |   |
| 79                                       | Прыжки через шнуры, переброска мячей, ползание на четвереньках   | 1 |
| 80                                       | Игры с бегом   | 1 |
| 81                                       | Метание мешочков ,ползание в прямом направлении, равновесие  | 1 |
| 82                                       | Метание мешочков, ползание по гимнастической скамейке  | 1 |
| 83                                       | Игровые упражнения   | 1 |
| 84                                       | Лазанье на гимнастическую стенку , равновесие ,прыжки на правой и левой ноге   | 1 |
| <b>«Народная культура и традиции» -9</b> |  |   |
| 85                                       | Лазанье под шнур, прыжки через короткую скакалку   | 1 |
| 86                                       | Игровые упражнения.  | 1 |
| 87                                       | Равновесие, прыжки на двух ногах, переброска мячей.  | 1 |
| 88                                       | Ходьба по скамейке боком, прыжки через скакалку, переброска мячей  | 1 |
| 89                                       | Игровые упражнения   | 1 |
| 90                                       | Прыжки в длину с разбега, перебрасывание мяча, ползание на четвереньках  | 1 |

|   |   |                  |
|---|---|------------------|
| 91  | Прыжки в длину с разбега, лазанье под шнур  | 1                |
| 92  | Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег чередуется   | 1                |
| 93  | Метание мешочков на дальность, ползание по гимнастической скамейке, ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, | 1                |
| <b>День Победы» -9ч</b>                                     |   |                  |
| 94  | Метание мешочков, ползание на четвереньках, прыжки через скакалку.  | 1                |
| 95  | Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному.  | 1                |
| 96  | Бросание мяча в шеренгах. Прыжки в длину с разбега, равновесие  | 1                |
| 97  | Прыжки через шнуры, переброска мячей, игровые упражнения.   | 1                |
| 98  | Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары по ходу движения                                 | 1                |
| 99  | Равновесие, прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед, броски малого мяча о стену                                       | 1                |
| 100   | Ходьба по гимнастической скамейке., броски мяча вверх одной рукой.  | 1                |
| 101   | Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе  | 1                |
| 102   | Прыжки в длину с места, ведение мяча одной рукой, пролезание в обруч  | 1                |
| <b>« До свидания, детский сад! Здравствуй, школа!» -12ч</b> |   |                  |
| 103   | Прыжки в длину с разбега, метание мешочков, равновесие.   | 1                |
| 104   | Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен  | 1                |
| 105   | Метание мешочков на дальность, равновесие, Ползание по гимнастической скамейке  | 1                |
| 106   | Лазанье под шнур, равновесие  | 1                |
| 107   | Ходьба в колонне по одному. По одной стороне зала ходьба между кеглями  | 1                |
| 108   | Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, прыжки на двух ногах между кеглями, равновесие           | 1                |
| 109   | Ползание по гимнастической скамейке, прыжки между предметами, равновесие.   | 1                |
| 110-111   | Игровые упражнения.   | 2                |
| 112-114   | Мониторинг  | 3                |
| <b>Итого:</b>   |   | <b>114 часов</b> |

Календарно-тематическое планирование  
**Старшая группа 5-6лет**  
**Физическое развитие**

| №                                     | Тема занятий   | Количество учебных часов |
|---------------------------------------|--|--------------------------|
| <b>«День знаний»-6ч</b>               |  |                          |
| 1-3                                   | Мониторинг   | 3                        |
| 4                                     | Равновесие, прыжки на двух ногах, перебрасывание мячей друг другу    | 1                        |
| 5                                     | Броски мяча о пол, ходьба по гимнастической скамейке                 | 1                        |
| 6                                     | Построение в колонны, равновесие, прыжки                             | 1                        |
| <b>«Осень»-9ч.</b>                    |  |                          |
| 7                                     | Броски малого мяча, бег в среднем темпе                              | 1                        |
| 8                                     | Прыжки в высоту с места, ползание на четвереньках                    | 1                        |
| 9                                     | Ходьба и бег между предметами, упражнения в прыжках                  | 1                        |
| 10                                    | Ходьба по канату, броски мяча вверх                                  | 1                        |
| 11                                    | Ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мячей друг другу | 1                        |
| 12                                    | Бег, прыжки.   | 1                        |
| 13                                    | Пролезание в обруч боком, прыжки на двух ногах с мешочком            | 1                        |
| 14                                    | Ходьба с перешагиванием через бруски                                 | 1                        |
| 15                                    | Ходьба между кеглями, бег  | 1                        |
| <b>«Я вырасту здоровым»-6ч.</b>       |  |                          |
| 16                                    | Прыжки на двух ногах через короткие шнуры                            | 1                        |
| 17                                    | Передача мяча двумя руками от груди                                  | 1                        |
| 18                                    | Ведение мяча правой и левой рукой                                    | 1                        |
| 19                                    | Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги                              | 1                        |
| 20                                    | Ползание на четвереньках с переползанием через скамейку              | 1                        |
| 21                                    | Игровые упражнения с мячом   | 1                        |
| <b>«День народного единства»-12ч.</b> |  |                          |
| 22                                    | Метание мяча в горизонтальную цель                                   | 1                        |
| 23                                    | Ползание на четвереньках между предметами                            | 1                        |
| 24                                    | Ходьба и бег с перешагиванием через препятствия                      | 1                        |
| 25                                    | Прыжки на двух ногах на препятствие высотой 20см.                    | 1                        |
| 26                                    | Ползание на четвереньках через препятствие                           | 1                        |
| 27                                    | Перебрасывание мяча двумя руками снизу, стоя в шеренге               | 1                        |
| 28                                    | Ходьба по гимнастической скамейке с мячом                            | 1                        |
| 29                                    | Равновесие, прыжки   | 1                        |
| 30                                    | Ведение мяча , продвигаясь вперед шагом                              | 1                        |
| 31                                    | Прыжки на правой и левой ноге  | 1                        |
| 32                                    | Бег с перешагивание через предметы                                   | 1                        |
| 33                                    | Пролезание в обруч прямо и боком                                     | 1                        |
| <b>«Новый год»- 18ч</b>               |  |                          |
| 34                                    | Ходьба на носках, руки за головой                                    | 1                        |
| 35                                    | Игровые упражнения с прыжками и бегом                                | 1                        |
| 36                                    | Лазанье - подлезания под шнур.                                       | 1                        |

|  |   |   |
|--|---|---|
| 37                                       | Ходьба между предметами на носках                       | 1 |
| 38                                       | Повторение бега с преодолением препятствия              | 1 |
| 39                                       | Прыжки на двух ногах между набивными мячами             | 1 |
| 40                                       | Метание снежков на дальность                            | 1 |
| 41                                       | Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед               | 1 |
| 42                                       | Ползание по прямой, подталкивая мяч головой             | 1 |
| 43                                       | Прыжки на двух ногах до снеговика                       | 1 |
| 44                                       | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове  | 1 |
| 45                                       | Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине | 1 |
| 46                                       | Броски снежков в горизонтальную цель                    | 1 |
| 47                                       | Лазание на гимнастическую стенку                        | 1 |
| 48                                       | Прыжки на двух ногах между кеглями                      | 1 |
| 49                                       | Скольжение по ледяным дорожкам                          | 1 |
| 50                                       | Метание   | 1 |
| 51                                       | Ходьба по наклонной доске                               | 1 |
| <b>«Зима»-12ч.</b>                       |   |   |
| 52                                       | Катание друг друга на санках                            | 1 |
| 53                                       | Прыжки в длину с места                                  | 1 |
| 54                                       | Переползание через предметы                             | 1 |
| 55                                       | Игровые упражнения с бегом и метанием                   | 1 |
| 56                                       | Ходьба с перешагиванием через набивные мячи             | 1 |
| 57                                       | Перебрасывание мячей друг другу                         | 1 |
| 58                                       | Метание снежков на дальность                            | 1 |
| 59                                       | Ведение мяча в прямом направлении                       | 1 |
| 60                                       | Лазание на гимнастическую стенку                        | 1 |
| 61                                       | Игровые упражнения с бегом и прыжками                   | 1 |
| 62                                       | Прыжки через бруски                                     | 1 |
| 63                                       | Бег по гимнастической скамейке                          | 1 |
| <b>«День защитника Отечества» -9ч</b>    |   |   |
| 64                                       | Катание друг друга на санках                            | 1 |
| 65                                       | Прыжки в длину с места                                  | 1 |
| 66                                       | Перебрасывание малого мяча одной рукой                  | 1 |
| 67                                       | Игровые упражнения с метанием на дальность              | 1 |
| 68                                       | Метание мешочков в вертикальную цель                    | 1 |
| 69                                       | Ходьба на носках между кеглями                          | 1 |
| 70                                       | Игровые упражнения с бегом и прыжками                   | 1 |
| 71                                       | Лазание на гимнастическую стенку разноименным способом  | 1 |
| 72                                       | Лазание на гимнастическую стенку одноименным способом   | 1 |
| <b>«Международный женский день» -6ч</b>  |   |   |
| 72                                       | Ходьба с выполнением заданий                            | 1 |
| 74                                       | Ходьба по канату боком                                  | 1 |
| 75                                       | Прыжки на двух ногах через набивные мячи                | 1 |
| 76                                       | Игровые упражнения с бегом                              | 1 |
| 77                                       | Прыжки в высоту с разбега                               | 1 |
| 78                                       | Ползание на четвереньках по прямой                      | 1 |
| <b>«Народная культура и традиции»-9ч</b> |   |   |
| 79                                       | Бег в чередовании с ходьбой                             | 1 |

|                         |   |           |
|-------------------------|---|-----------|
| 80                      | Лазанье на гимнастическую скамейку с опорой на ладони             | 1         |
| 81                      | Прыжки из обруча в обруч  | 1         |
| 82                      | Игровые упражнения в равновесии                                   | 1         |
| 83                      | Лазанье под шнур боком  | 1         |
| 84                      | Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3м.           | 1         |
| 85                      | Бег на скорость   | 1         |
| 86                      | Броски мяча двумя руками из-за головы                             | 1         |
| 87                      | Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча                | 1         |
| <b>«Весна» 6ч</b>       |   |           |
| 88                      | Эстафеты  | 1         |
| 89                      | Прыжки через короткую скакалку                                    | 1         |
| 90                      | Прокатывание обручей друг другу                                   | 1         |
| 91                      | Длительный бег, прокатывание обруча                               | 1         |
| 92                      | Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы | 1         |
| 93                      | Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3м.             | 1         |
| <b>«День Победы» -9</b> |   |           |
| 94                      | Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом            | 1         |
| 95                      | Прыжки- перепрыгивание через шнур вправо и влево.                 | 1         |
| 96                      | Игровые упражнения с мячом  | 1         |
| 97                      | Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед                          | 1         |
| 98                      | Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом.        | 1         |
| 99                      | Бег с высоким подниманием бедра                                   | 1         |
| 100                     | Прыжки в длину с разбега  | 1         |
| 101                     | Забрасывание мяча в корзину                                       | 1         |
| 102                     | Прокатывание обручей друг другу                                   | 1         |
| <b>«Лето»-12ч.</b>      |   |           |
| 103                     | Броски мяча о пол одной рукой и ловля двумя руками                | 1         |
| 104                     | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове            | 1         |
| 105                     | Бег на скорость   | 1         |
| 106                     | Ползание по гимнастической скамейке на животе.                    | 1         |
| 107                     | Ходьба с перешагиванием через бруски                              | 1         |
| 108                     | Прыжки на правой и левой ноге попеременно                         | 1         |
| 109                     | Игровые упражнения с мячом  | 1         |
| 110                     | Прыжки на короткой скакалке                                       | 1         |
| 111                     | Метание мешочков в цель   | 1         |
| 112-<br>114             | Мониторинг  | 3         |
| Итого:                  |   | 114 часов |

Календарно-тематическое планирование  
**средняя группа 4-5лет**  
**Физическое развитие**

| №<br>п/п                            | Тема занятия  | Количес<br>тво<br>учебны<br>х часов |
|-------------------------------------|---|-------------------------------------|
| <b>«День знаний»-6ч.</b>            |   |                                     |
| 1-3                                 | Мониторинг  | 3                                   |
| 4                                   | Ходьба и бег между двумя линиями                                | 1                                   |
| 5                                   | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед                      | 1                                   |
| 6                                   | Ходьба и бег колонной по одному                                 | 1                                   |
| <b>«Осень»- 15ч</b>                 |   |                                     |
| 7                                   | Подпрыгивание на месте на двух ногах                            | 1                                   |
| 8                                   | Прокатывание мячей друг другу                                   | 1                                   |
| 9                                   | Катание обруча друг другу                                       | 1                                   |
| 10                                  | Ползание под шнур   | 1                                   |
| 11                                  | Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками                    | 1                                   |
| 12                                  | Ходьба в обход предметов  | 1                                   |
| 13                                  | Ходьба на носках по доске, лежащей на полу                      | 1                                   |
| 14                                  | Ходьба по доске с перешагиванием через кубики                   | 1                                   |
| 15                                  | Перебрасывание мячей друг другу                                 | 1                                   |
| 16                                  | Ходьба по гимнастической скамейке                               | 1                                   |
| 17                                  | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове          | 1                                   |
| 18                                  | Перебрасывание мяча через сетку                                 | 1                                   |
| 19                                  | Прыжки из обруча в обруч  | 1                                   |
| 20                                  | Прокатывание мяча между предметами                              | 1                                   |
| 21                                  | Ходьба с различными заданиями                                   | 1                                   |
| <b>«Я в мире человек»-9ч</b>        |   |                                     |
| 22                                  | Лазание под дугу  | 1                                   |
| 23                                  | Прыжки на двух ногах через 4-5 линий                            | 1                                   |
| 24                                  | Прыжки с продвижением вперед                                    | 1                                   |
| 25                                  | Ходьба по доске(ширина 15см)                                    | 1                                   |
| 26                                  | Прокатывание мяча по дорожке                                    | 1                                   |
| 27                                  | Бросание мяча в корзину   | 1                                   |
| 28                                  | Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики | 1                                   |
| 29                                  | Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове          | 1                                   |
| 30                                  | Ходьба и бег  | 1                                   |
| <b>« Мой город, моя страна» -6ч</b> |   |                                     |
| 31                                  | Прокатывание мячей друг другу                                   | 1                                   |
| 32                                  | Перебрасывание мячей друг другу                                 | 1                                   |
| 33                                  | Прокатывание мяча в прямом направлении                          | 1                                   |
| 34                                  | Броски мяча о землю и ловля двумя руками                        | 1                                   |
| 35                                  | Ползание в шеренгах в прямом направлении                        | 1                                   |

|                                       |   |   |
|---------------------------------------|---|---|
| 36                                    | Ходьба между предметами   | 1 |
| <b>«Новогодний праздник»-18ч</b>      |   |   |
| 37                                    | Подлезания под дугу   | 1 |
| 38                                    | Лазанье под шнур  | 1 |
| 39                                    | Бросание мяча в корзину   | 1 |
| 40                                    | Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики     | 1 |
| 41                                    | Прыжки на двух ногах через 5-блиний                             | 1 |
| 42                                    | Ползание по гимнастической скамейке на животе                   | 1 |
| 43                                    | Прыжки на двух ногах до кубика                                  | 1 |
| 44                                    | Ходьба и бег по кругу   | 1 |
| 45                                    | Ходьба по шнуру положенному прямо                               | 1 |
| 46                                    | Прокатывание мяча между 4-5 предметами                          | 1 |
| 47                                    | Ходьба и бег между сооружениями из снега                        | 1 |
| 48                                    | Прыжки со скамейки высотой 20см.                                | 1 |
| 49                                    | Бег по дорожке  | 1 |
| 50                                    | Ходьба ступающим шагом  | 1 |
| 51                                    | Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1.5м.              | 1 |
| 52                                    | Ходьба с перешагиванием через набивные мячи                     | 1 |
| 53                                    | Метание на дальность снежков                                    | 1 |
| 54                                    | Ползание по гимнастической скамейке на животе                   | 1 |
| <b>«Зима» -12ч</b>                    |   |   |
| 55                                    | Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.              | 1 |
| 56                                    | Ходьба и бег между постройками из снега                         | 1 |
| 57                                    | Ходьба по канату  | 1 |
| 58                                    | Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками               | 1 |
| 59                                    | Игровые упражнения  | 1 |
| 60                                    | Перебрасывание мячей с расстояния 2м.                           | 1 |
| 61                                    | Отбивание малого мяча одной рукой о пол. 3-4 раза подряд        | 1 |
| 62                                    | Упражнять в беге и прыжках                                      | 1 |
| 63                                    | Ходьба между предметами   | 1 |
| 64                                    | Ползание в прямом направлении по прямой                         | 1 |
| 65                                    | Перепрыгивание через препятствия                                | 1 |
| 66                                    | Лазанье под шнур боком  | 1 |
| <b>«День защитника Отечества»- 9ч</b> |   |   |
| 67                                    | Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом        | 1 |
| 68                                    | Прокатывание обруча друг другу                                  | 1 |
| 69                                    | Прыжки через бруски   | 1 |
| 70                                    | Ходьба через набивные мячи                                      | 1 |
| 71                                    | Метание снежков в цель  | 1 |
| 72                                    | Прыжки из обруча в обруч на двух ногах                          | 1 |
| 73                                    | Ходьба на носках, руки на пояс                                  | 1 |
| 74                                    | Игровые упражнения с бегом и прыжками                           | 1 |
| 75                                    | Перебрасывание мячей друг другу                                 | 1 |
| <b>«8Марта» -6ч.</b>                  |   |   |
| 76                                    | Метание мешочков в вертикальную цель                            | 1 |
| 77                                    | Катание на санках   | 1 |
| 78                                    | Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени | 1 |
| 79                                    | Игровые упражнения  | 1 |



|  |   |              |
|--|---|--------------|
| 80   | Прыжки через шнур на полу.                                  | 1            |
| 81   | Ходьба и бег по наклонной доске                             | 1            |
| <b>«Знакомство с народной культурой и традициями»-6ч</b> |   |              |
| 82   | Метание в цель  | 1            |
| 83   | Прыжки в длину с места                                      | 1            |
| 84   | Перебрасывание мяча из-за головы                            | 1            |
| 85   | Ходьба, бег, прыжки   | 1            |
| 86   | Прокатывание мяча между предметами                          | 1            |
| 87   | Ходьба по скамейке с мешочком на голове                     | 1            |
| <b>«Весна» -12ч</b>                                      |   |              |
| 88   | Прыжки на одной ноге  | 1            |
| 89   | Прыжки через 5-6 шнуров положенных в линию                  | 1            |
| 90   | Лазанье по гимнастической стенке                            | 1            |
| 91   | Упражнения с мячом  | 1            |
| 92   | Ходьба по доске лежащей на полу с мешочком на голове        | 1            |
| 93   | Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой | 1            |
| 94   | Прокатывание обручей  | 1            |
| 95   | Прыжки в длину с места                                      | 1            |
| 96   | Отбивание мяча одной рукой и ловля его двумя руками         | 1            |
| 97   | Ходьба и бег по кругу, прыжки и подлезание.                 | 1            |
| 98   | Метание мешочков на дальность                               | 1            |
| 99   | Прыжки на двух ногах дистанция 3м.                          | 1            |
| <b>«День Победы»-6ч</b>                                  |   |              |
| 100  | Перебрасывание мячей  | 1            |
| 101  | Прыжки из обруча в обруч                                    | 1            |
| 102  | Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом          | 1            |
| 103  | Ходьба и бег между предметами                               | 1            |
| 104  | Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров                     | 1            |
| 105  | Прокатывание мяча меду кубиками »змейкой«                   | 1            |
| <b>«Лето» -9ч.</b>                                       |   |              |
| 106  | Игровые упражнения с мячом                                  | 1            |
| 107  | Перебрасывание мячей друг другу                             | 1            |
| 108  | Прыжки через короткую скакалку                              | 1            |
| 109  | Ходьба и бег в рассыпную                                    | 1            |
| 110  | Метание в вертикальную цель                                 | 1            |
| 111  | Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.        | 1            |
| 112  | Мониторинг  | 3            |
| -<br>114   |   |              |
| Итого:   |   | 114<br>часов |

Календарно-тематическое планирование  
**вторая младшая группа**  
**3-4года**

| №   | Тема занятий  | Количество<br>во<br>учебных<br>часов |
|---|---|--------------------------------------|
| <b>«До свидания, лето! Здравствуй детский сад!» –9 часа</b> |   |                                      |
| 1-3   | Мониторинг  | 3                                    |
| 4   | Ходьба между двумя линиями расстояние 25см.           | 1                                    |
| 5   | Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении | 1                                    |
| 6   | Бег с мячом   | 1                                    |
| 7   | Прыжки на двух ногах на месте, бег по залу            | 1                                    |
| 8   | Прыжки на двух ногах на месте                         | 1                                    |
| 9   | Прокатывание мяча двумя руками                        | 1                                    |
| <b>«Осень» -9.</b>  |   |                                      |
| 10  | Прокатывание мячей                                    | 1                                    |
| 11  | Прыжки на двух ногах, прокатывание мячей              | 1                                    |
| 12  | Прокатывание мячей двумя руками                       | 1                                    |
| 13  | Ползание с опорой на ладони и колени                  | 1                                    |
| 14  | Лазание под шнур                                      | 1                                    |
| 15  | Прыжки через шнур                                     | 1                                    |
| 16  | Прыжки  | 1                                    |
| 17  | Равновесие- «Пойдем по мостику»                       | 1                                    |
| 18  | Прыжки на двух ногах из обруча в обруч                | 1                                    |
| <b>«Я и моя семья» -3ч.</b>                                 |   |                                      |
| 19  | Бег враспынную по залу в разных направлениях          | 1                                    |
| 20  | Прыжки из обруча в обруч                              | 1                                    |
| 21  | Прокатывание мячей друг другу                         | 1                                    |
| <b>«Мой дом, мой город» -12ч</b>                            |   |                                      |
| 22  | Ползание между предметами не задевая их.              | 1                                    |
| 23  | Прокатывание мячей в прямом направлении               | 1                                    |
| 24  | Ползание на четвереньках.                             | 1                                    |
| 25  | Ползание под шнур                                     | 1                                    |
| 26  | Ходьба и бег между предметами                         | 1                                    |
| 27  | Ходьба с выполнением заданий                          | 1                                    |
| 28  | Ходьба по доске                                       | 1                                    |
| 29  | Прыжки на двух ногах «Зайка - мягкие лапочки»         | 1                                    |
| 30  | Перебрасывание мяча друг другу                        | 1                                    |
| 31  | Прыжки «Через болото»                                 | 1                                    |
| 32  | Прокатывание мячей «Точный пас»                       | 1                                    |
| 33  | Ходьба «змейкой» между предметами                     | 1                                    |
| <b>«Новогодний праздник» -18ч</b>                           |   |                                      |
| 34  | Ползание на четвереньках между предметами             | 1                                    |
| 35  | Прокатывание мячей между предметами                   | 1                                    |
| 36  | Ходьба с выполнением заданий                          | 1                                    |

|  |  |   |
|--|--|---|
| 37   | Упражнение в сохранении равновесия                       | 1 |
| 38   | Ползание «Паучки»  | 1 |
| 39   | Прыжки через шнур  | 1 |
| 40   | Ходьба между кубиками                                    | 1 |
| 41   | Прыжки на двух ногах «Лягушки-попрыгушки»                | 1 |
| 42   | Ползание   | 1 |
| 43   | Прыжки со скамейки высотой 20см                          | 1 |
| 44   | Прокатывание мячей друг другу                            | 1 |
| 45   | Ходьба, высоко поднимая колени                           | 1 |
| 46   | Ползание под дугу  | 1 |
| 47   | Прокатывание мяча между предметами                       | 1 |
| 48   | Подвижные игры   | 1 |
| 49   | Ползание по доске с опорой на ладони                     | 1 |
| 50   | Ходьба по доске  | 1 |
| 51   | Ползание по гимнастической скамейке                      | 1 |
| <b>«Зима» -12ч.</b>                                      |  |   |
| 52   | Прыжки на двух ногах с приземлением на полусогнутые ноги | 1 |
| 53   | Ходьба по доске  | 1 |
| 54   | Бег между предметами                                     | 1 |
| 55   | Прокатывание мяча между предметами                       | 1 |
| 56   | Прыжки на двух ногах между предметами                    | 1 |
| 57   | Прыжки из обруча в обруч                                 | 1 |
| 58   | Ползание на четвереньках                                 | 1 |
| 59   | Прокатывание мяча друг другу                             | 1 |
| 60   | Ходьба с выполнением заданий                             | 1 |
| 61   | Ползание под дугу  | 1 |
| 62   | Ходьба по доскам- «тропинкам»                            | 1 |
| 63   | Ползание на четвереньках                                 | 1 |
| <b>«День Защитника Отечества»- 9ч.</b>                   |  |   |
| 64   | Перешагивание через шнуры                                | 1 |
| 65   | Прыжки из обруча в обруч                                 | 1 |
| 66   | Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками             | 1 |
| 67   | Прыжки на полусогнутых ногах                             | 1 |
| 68   | Прокатывание мяча между набивными мячами                 | 1 |
| 69   | Ходьба по гимнастической скамейке                        | 1 |
| 70   | Бросание мяча через шнур двумя руками                    | 1 |
| 71   | Ходьба переменным шагом                                  | 1 |
| 72   | Бег с перепрыгиванием через шнуры                        | 1 |
| <b>«8Марта» -6ч</b>                                      |  |   |
| 72   | Ходьба по доске  | 1 |
| 74   | Лазание под дугу   | 1 |
| 75   | Прокатывание мяча  | 1 |
| 76   | Прыжки между предметами                                  | 1 |
| 77   | Ходьба по доске приставным шагом                         | 1 |
| 78   | Прыжки на двух ногах                                     | 1 |
| <b>«Знакомство с народной культурой и традициями»-9ч</b> |  |   |
| 79   | Прыжки в длину с места                                   | 1 |
| 80   | Катание мячей друг другу                                 | 1 |
| 81   | Ходьба с выполнением заданий                             | 1 |

|                     |   |              |
|---------------------|---|--------------|
| 82                  | Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками              | 1            |
| 83                  | Ползание на повышенной опоре                              | 1            |
| 84                  | Ходьба с перешагиванием через предметы                    | 1            |
| 85                  | Ходьба по гимнастической скамейке                         | 1            |
| 86                  | Ползание на четвереньках                                  | 1            |
| 87                  | Прыжки через шнур на двух ногах                           | 1            |
| <b>«Весна» -12ч</b> |   |              |
| 88                  | Ходьба боком, приставным шагом по гимнастической скамейке | 1            |
| 89                  | Прыжки на двух ногах через шнуры                          | 1            |
| 90                  | Ходьба по канату боком, приставным шагом.                 | 1            |
| 91                  | Прыжки из круга в круг                                    | 1            |
| 92                  | Прокатывание мячей  | 1            |
| 93                  | Ходьба по гимнастической скамейке                         | 1            |
| 94                  | Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками              | 1            |
| 95                  | Ходьба между предметами                                   | 1            |
| 96                  | Ползание на ладонях и коленях между предметами            | 1            |
| 97                  | Прыжки в прямом направлении                               | 1            |
| 98                  | Прыжки через шнуры  | 1            |
| 99                  | Ходьба по гимнастической скамейке высота 30см.            | 1            |
| <b>«Лето»-15ч</b>   |   |              |
| 100                 | Прыжки на двух ногах                                      | 1            |
| 101                 | Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги                   | 1            |
| 102                 | Прокатывание мяча друг другу                              | 1            |
| 103                 | Ходьба и бег между предметами                             | 1            |
| 104                 | Ползание по скамейке                                      | 1            |
| 105                 | Броски мяча вверх и ловля его двумя руками                | 1            |
| 106                 | Лазанье боком под шнур                                    | 1            |
| 107                 | Лазанье на наклонную лесенку                              | 1            |
| 108                 | Задания на равновесие                                     | 1            |
| 109                 | Ходьба и бег с перешагиванием через предметы              | 1            |
| 110                 | Прыжки из обруча в обруч                                  | 1            |
| 111                 | Ползание на четвереньках между предметами                 | 1            |
| 112-<br>114         | Мониторинг  | 3            |
| Итого:              |   | 114<br>часов |