

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Никольская средняя общеобразовательная школа  
Дошкольное общеобразовательное учреждение детский сад «Непоседы»

Принято  
педагогическим советом  
протокол №1 от 25.08.2020г  
председатель \_\_\_\_\_ Терновая Е.В.

Утверждаю  
Приказ №84 от 25.08.2020г  
Директор МБОУ Никольской СОШ  
\_\_\_\_\_ Терновая Е.В

Рабочая программа  
по дошкольному образованию  
физическое воспитание  
на 2020-2021 уч.год

Инструктора по физической культуре Глуховой Людмилы Юрьевны

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта и  
Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного  
образования «От рождения до школы» под редакцией Н.В.Вераксы, Т.С. Комаровой  
М. Мозаика – Синтез- 2012г.

## Содержание

№	Наименование	Стр.
<b>I. Целевой раздел</b>		
1.	<b>Пояснительная записка</b>	4
	1.1. Цели, задачи, принципы и подходы к формированию Программы	
	1.2. Значимые характеристики. Особенности развития детей младшей группы	5
	1.3. Планируемые результаты освоения Программы	5
<b>II Содержательный раздел</b>		
	Содержание образовательной работы по физической культуре	6
	Учебный календарно-тематический план	11
<b>III Организационный раздел</b>		
	3.1. Расписание непосредственно образовательной деятельности	28
	3.2. Традиции, праздники, мероприятия	28
	3.3. Средства обучения	29
	Литература	30

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для детей 3 - 4 лет разработана на основе образовательной программы МБОУ Никольской СОШ «Никольский детский сад Непоседы», в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее ФГОС ДО) с учетом примерной основной общеобразовательной программы под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Данная рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по физической культуре с детьми 3-4 лет.

### **1.1. Цель, задачи, принципы и подходы к реализации Программы**

#### **Цель реализации Программы**

Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности и жизнедеятельности дошкольника.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения.

#### **Задачи реализации Программы**

1. Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребёнка;
2. Создание в группе атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
3. Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
4. Творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
5. Вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребёнка;
6. Уважительное отношение к результатам детского творчества;
7. Единство подходов к воспитанию детей в условиях ДООУ и семьи;
8. Соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

#### **Принципы и подходы к формированию Программы.**

В основе реализации Программы лежит культурно - исторический и системно - полноценное проживание ребёнком всех этапов раннего и дошкольного детства, обогащения детского развития;

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых на основе субъект - субъектных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

## **1.2. Значимые характеристики. Особенности развития детей младшей группы**

Образовательный процесс выстроен с учетом принципа интеграции образовательных областей (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие) и в соответствии с возрастными особенностями воспитанников.

Решение программных задач осуществляется в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов, а также во взаимодействии с семьями детей по реализации Программы.

### **Организация непосредственно образовательной деятельности по физической культуре в спортивном зале**

Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре в младшей группе состоит из трёх частей: вводной, основной и заключительной. В каждой из них достигается определённый уровень развития интегративных качеств ребёнка. Продолжительность НОД 15 минут.

**Вводная часть** продолжительностью 3 минуты подготавливает организм ребёнка к предстоящей более интенсивной нагрузке. Используются упражнения в ходьбе, беге, различные несложные задания с предметами, упражнения, укрепляющие мышцы ног, стопы, формирующие правильную осанку.

**Основная часть** продолжительностью 10 – 12 минуты направлена на решение главных задач занятия – обучение детей новым упражнениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, овладение жизненно важными двигательными навыками и умениями, воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости и т.д. В содержание основной части занятия входят общеразвивающие упражнения, упражнения в основных видах движений и подвижная игра. В этой части происходит обучение основным движениям: прыжкам, равновесию, метанию и лазанью. На одной НОД, как правило, предлагается два, иногда три основных вида движений, не считая упражнений, используемых в подвижной игре.

**Заключительная часть** продолжительностью 2 – 3 минуты. Должна обеспечивать ребёнку постепенный переход к относительно спокойному состоянию, особенно после подвижной игры.

### ***Характеристика контингента воспитанников:***

Младшую группу посещает 16 детей.

### ***Особенности развития детей 3-4 лет***

- Общение внеситуативное;
- Развивается игровая деятельность;
- Основное содержание игры- действия с предметами- заместителями и игрушками; осуществляется парное ролевое взаимодействие, разделение игровой и реальной ситуации;
- Формируются первоначальные умения в изобразительной деятельности (линии, предметы округлой и прямоугольной формы, фоновое живописное заполнение листа);
- Развивается перцептивная деятельность;
- Развиваются память, внимание, наглядно - действенное мышление, воображение;
- Взаимоотношения ярко проявляются в игровой деятельности, наблюдаются устойчивые избирательные взаимоотношения;
- Сознательное управление поведением только начинает складываться;
- Начинает развиваться самооценка, половая идентификация

## **1.3. Планируемые результаты освоения детьми Программы.**

Планируемые результаты освоения детьми Программы представлены в виде целевых ориентиров, которые являют собой социально-нормативные возрастные характеристики достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

***Целевые ориентиры:***

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДЕТЬМИ 3-4 лет  
ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

В результате усвоения программного материала по физической культуре дети средней группы

**Должны уметь:**

1. Уметь ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное инструктором направление;
2. Уметь бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием инструктора;
3. Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
4. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см;
6. 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.

**Содержание образовательной работы по физической культуре**

**Цель:** формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- Сохранять, укреплять здоровье детей;

- Повышать умственную и физическую работоспособность;
- Обеспечение гармоничного физического развития;
- Совершенствовать умение и навыков в основных видах движений;
- Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений;
- Формирование правильной осанки;
- Формировать потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений;
- Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

#### **Направления образовательной работы:**

1. Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта
2. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

#### **Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.**

1. Продолжать развивать разнообразные виды движений.
2. 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.
3. 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.
4. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
5. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
6. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
7. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
8. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
9. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
10. Приучать к выполнению действий по сигналу.

#### **Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании**

1. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
2. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
4. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
5. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.
6. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

#### **Основные движения, спортивные игры и упражнения**

##### *Основные движения*

## **Ходьба.**

Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20см, длина 2-2.5м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догнать убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием,

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

### *Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног

мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

#### **Спортивные игры и упражнения.**

**Катание на санках.** Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

**Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

**Ходьба на лыжах.** Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

**Катание на велосипеде.** Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами на право, налево.

#### **Подвижные игры**

**С бегом.** «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

**С прыжками.** «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

**С подлезанием и лазаньем.** «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

**С бросанием и ловлей.** «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

**На ориентировку в пространстве.** «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

**Народные игры.** «У медведя во бору», «Волк и зайцы».

### **Программно-методическое обеспечение**

<b>Программы и технологий</b>	<b>От рождения до школы»</b> Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования под редакцией Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой. «Мозаика-Синтез», 2014 Яковлева Л.В, Юдина Р.А. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» – М.: Владос, 2004. - Ч.1. Программа «Старт».
<b>Пособия</b>	Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010. Щебеко В. Н. «Физкультурные праздники в детском саду». М – 2000 г.

Основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям являются непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, которая состоит из трёх частей:

- вводной,
- основной
- заключительной.

Диагностика проводится 2 раза в год фронтально и подгруппами в ходе непосредственно образовательной деятельности (с 1 сентября по 7 сентября, с 16 мая по 21 мая), в середине года (в декабре-январе) проводится промежуточное обследование физического развития дошкольников по наблюдениям.



## Мониторинг

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания	Приучен к опрятности, замечает и устраняет беспорядок в одежде	Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого	Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом	Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места	Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками
---	--	---	---	--	---

### Оценка уровня овладения ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательной области:

**Количество баллов:** 3,8 и выше – высокий (В), 3,7 – 2,3 – средний (С), 2,2 и ниже – низкий (Н)

**1 балл** – ребёнок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает;

**2 балла** – ребёнок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

**3 балла** – ребёнок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого;

**4 балла** – ребёнок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все предложенные задания;

**5 баллов** – ребёнок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

Реализация компонента ДОУ (локальный компонент):

- развлечения, праздники, досуги проводятся 1 раз в месяц во вторую половину дня в течение 20-25 минут;
- Неделя здоровья проводится 2 раза в год во вторую неделю ноября и во вторую неделю марта.

В младшей группе непосредственно образовательная деятельность по физической культуре проводится в игровой традиционной форме, занятие – игра, сюжетная, тематическая (с одним видом физических упражнений), контрольно-диагностическая.

Продолжительность НОД по физической культуре в младшей группе 15 минут.

В неделю проводится 3 НОД. Два НОД проводятся в спортивном зале и 1 на прогулке.

В год запланировано 76 НОД по физической культуре в спортивном зале и 38 НОД на прогулке.

Программа «Ритм» на третье физкультурное занятие (на прогулке) составлена с учётом погодных климатических условий для детей 3-5 лет. На 2015-2016 учебный год запланировано: 15 часов – подвижные игры; 16 часов – лыжная подготовка; 7 часов – подвижные игры народов Севера.

Программа составлена таким образом, чтобы можно было заменять занятия на улице на занятия в спортивном зале с учётом климатических условий.

**Учебный календарно-тематический план по физической культуре для детей 3-4 лет**

№	Тема, форма НОД, интеграция	Срок реализации (месяц, неделя)	Количество во часов	Дата проведения	содержание	Вид детской деятельности, приемы работы
1-2	Традиционная Интеграция ОО: С/К	1 неделя сентября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба обычная в колонне по одному, на носках. Бег в колонне по одному. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> учить детей ходить друг за другом. Познакомить детей с подвижной игрой «Птички и птенчики»</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов.</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Бег с одного края площадки на другой.</li> <li>Ходьба по веревке, по доске (буму)</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> учить и упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p><b>П/игры:</b> «Птички и птенчики».</p> <p><i>Задачи:</i> развивать быстроту, ловкость.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> ходьба по кругу друг за другом.</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
3	Фронтальная на свежем воздухе	1 неделя сентября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в колонну по одному, в шеренгу. Ходьба по прямой, по кругу. Бег в колонне по одному. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> Учить детей ходить по прямой, по кругу. Упражнять детей в беге по одному.</p> <p><b>П/игры:</b> «У медведя во бору», «Огуречик, огуречик»</p> <p><b>М/игра:</b> «Сделай фигуру».</p>	Игровые упражнения, подвижные игры с правилами
4-5	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя сентября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в колонну по одному, в одну шеренгу. Ходьба обычная, на носках. Бег обычный. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в построении в колонну по одному, в шеренгу. Упражнять детей в ходьбе мелким и широким шагом. Учить детей правильно дышать.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов.</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Прыжки из обруча в обруч, вокруг предметов.</li> <li>Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Упражнять детей в прыжках приземляясь на носки. Учить детей подлезать под препятствие, не касаясь руками пола.</p> <p><b>П/игра:</b> «Мыши и кот».</p> <p><i>Задачи:</i> развивать у детей быстроту реакции.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Пальчиковая гимнастика «Вышли в садик погулять».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
6	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя сентября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Ходьба обычная, враспынную. Бег в колонне по одному. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> Упражнять детей ходьбе враспынную. Упражнять детей в беге.</p> <p><b>П/игры:</b> «Мыши и кот», «Лохматый пёс».</p> <p><b>М/игра:</b> «Сделай фигуру».</p>	игровые упражнения, подвижные игры с правилами
7-8	Традиционная	3 неделя	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Размыкание и смыкание обычным шагом. Ходьба обычная, враспынную. Бег в</p>	Двигательная:

	Интеграция ОО: С/К	сентября			<p>колонне по одному. Ходьба.  <i>Задачи:</i> учить детей размыкаться и смыкаться обычным шагом. Упражнять детей ходьбе враспынную. Упражнять детей в беге.  <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов          ОВД:          1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.          2. Катание мяча между предметами, в воротца.          3. Метание на дальность правой и левой рукой.  <i>Задачи:</i> учить детей ходьбе, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Упражнять в катании мяча между предметами, в воротца. Учить метанию на дальность правой и левой рукой.  <b>П/игры:</b> «Птички в гнездышках», «Бегите к флажку»  <i>Задачи:</i> развивать быстроту, внимание.  <b>Заключительная часть:</b> «Найди и промолчи»</p>	спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
9	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя сентября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо. Ходьба змейкой, враспынную. Бег в разных направлениях: по прямой, враспынную.  <i>Задачи:</i> Учить детей поворотам на месте направо. Учить детей в ходьбе «змейкой». Упражнять в беге в разных направлениях: по прямой, враспынную.  <b>Основная часть:</b> П/игры: «Бегите к флажку», «Лохматый пёс».  <b>Заключительная часть:</b> М/игра: «Море волнуется».</p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
10-11	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя сентября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колен. Бег обычный, на носках, бег с выполнением заданий (с остановкой, бег по сигналу).  <i>Задачи:</i> упражнять детей в поворотах на месте направо, налево переступанием. Учить детей умению действовать на сигнал. Упражнять детей в правильном дыхании во время бега.  <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов.          ОВД:          1. Прыжки через предметы (высота 5см).          2. Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди.          3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.  <i>Задачи:</i> Упражнять детей в прыжках, приземляясь на носки. Упражнять в метании в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди. Упражнять в подлезание под препятствие не касаясь руками пола.  <b>П/игры:</b> «Мыши в кладовой», «Поймай комара» <i>Задачи:</i> развивать быстроту реакции, координацию коллективных действий. Приучать выполнять прыжки и другие действия в соответствии с текстом.  <b>Заключительная часть:</b> «Великаны и гномы»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
12	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя сентября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба в колонне по одному, по два(парами). Убегать от догоняющего, догонять убегающего.  <i>Задачи:</i> учить детей в поворотах направо, налево переступанием. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, по двое. Упражнять детей в убегании от догоняющего, догонять убегающего.  <b>Основная часть:</b></p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами

					<p><b>П/игры:</b> «Поймай комара», «Мыши в кладовой»  <i>Задачи:</i> развивать у детей ловкость, быстроту.  <b>Заключительная часть:</b> «Угадай, кто позвал?»</p>	
13-14	Традиционная Интеграция ОО: С/К	5 неделя сентября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба в колонне по одному, по два (парами). Бег в разных направлениях: по прямой, враспынную. Ходьба.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в поворотах направо, налево переступанием. В беге по прямой, враспынную.  <b>Основная часть:</b> ОРУ с гимнастической палкой.  ОВД:  1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.  2. Катание мяча между предметами, в воротца..  3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе, приставляя пятку одной ноги к носку другой; в катании мяча между предметами, в воротца; в подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.  <b>П/игры:</b> «Мыши и кот», «Лохматый пес»  <i>Задачи:</i> развивать ловкость, внимание.  <b>Заключительная часть:</b> пальчиковая гимнастика «Капуста»</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами  Игровая: игры с правилами.</p>
15	Фронтальная на свежем воздухе	5 неделя сентября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Бег в разных направлениях: по прямой, враспынную. Ходьба.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в перестроение в колонну по два, враспынную. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом); в беге в разных направлениях: по прямой, враспынную.  <b>Основная часть:</b>  <b>П/игры:</b> «Лохматый пёс», «Бегите к флажку»  <i>Задачи:</i> развивать ловкость, внимание, быстроту реакции  <b>Заключительная часть:</b> «Великаны и гномы».</p>	<p>Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами</p>
16-17	Традиционная Интеграция ОО: С/К	1 неделя октября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в колонну по одному, круг. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колен. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой)  <i>Задачи:</i> упражнять детей в построение в колонну по одному. Упражнять в ходьбе и беге.  <b>Основная часть:</b> ОРУ с кубиками.  ОВД:  1. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5м).  2. Прыжки на двух ногах на месте.  3. Ползание на четвереньках по прямой.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе по прямой дорожке. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте. Упражнять детей в ползании на четвереньках по прямой.  <b>П/игры:</b> «птичка и кошка», «Самолёты»  <i>Задачи:</i> развитие быстроты и ловкости у детей.  <b>Заключительная часть:</b> «Пузырь»</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами  Игровая: игры с правилами.</p>
18	Фронтальная на свежем воздухе	1 неделя октября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в колонну по одному, круг. Ходьба в колонне по одному, по два(парами). Бег с одного края площадки на другой. Ходьба.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в беге с одного края площадки на другой.  <b>Основная часть:</b></p>	<p>Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры</p>

					<p><b>П/игры:</b> «Птички и птенчики», «Наседка и цыплята»  <i>Задачи:</i> развивать быстроту, внимание.  <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу, змейкой за инструктором.</p>	с правилами
19-20	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя октября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в колонну по одному, в шеренгу. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную. Бег в колонне по одному. ходьба  <i>Задачи:</i> упражнять детей в перестроение из колонны в шеренгу в колонну.  <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов  ОВД:  1. Катание мяча друг другу.  2. Бросание мяча через веревку.  3. Ловля мяча с отскока.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в катании мяча друг другу. Учить детей бросать мяч через веревку соблюдая безопасность, упражнять в ловле мяча с отскока.  <b>П/игры:</b> «Птички в гнездышках», «Бегите к флажку»  <i>Задачи:</i> развивать ловкость, быстроту, координацию.  <b>Заключительная часть:</b> «Прокати обруч»</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами  Игровая: игры с правилами.</p>
21	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя октября	1ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Ходьба змейкой, врассыпную. Бег по кругу, взявшись за руки.  <i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе змейкой, врассыпную; в беге по кругу взявшись за руки.  <b>Основная часть:</b>  <b>П/игр:</b> «Бегите к флажку», «У медведя во бору».  <i>Задачи:</i> развивать быстроту реакции, внимание.  <b>Заключительная часть:</b> «Сделай фигуру».</p>	<p>Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами</p>
22-23	Традиционная Интеграция ОО: С/К	3 неделя октября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колен. Бег обычный, на носках, бег с выполнением заданий (по сигналу).  <i>Задачи:</i> учить детей поворотам на месте направо, налево переступанием. Упражнять детей в беге с остановкой по сигналу.  <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов  ОВД:  1. Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40см.  2. Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди.  3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.  <i>Задачи:</i> учить детей прыжкам в длину с места на расстояние не менее 40см. упражнять детей в метании в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди; в подлезании под препятствие, не касаясь руками пола.  <b>П/игры:</b> «Мыши в кладовой», «Поймай комара»  <i>Задачи:</i> развивать быстроту, ловкость.  <b>Заключительная часть:</b> «Найди цыплёнка»</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами  Игровая: игры с правилами.</p>
24	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя октября	1ч.		<p>Учить детей правильно держать лыжи. Учить правильно переносить лыжи до спортивного участка.  <b>П/игра:</b> «Мыши в кладовой».</p>	<p>Двигательная: игровые упражнения,</p>

						подвижные игры с правилами.
25-26	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя октября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную. Бег в медленном темпе в течении 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в перестроении в колонну по два, врассыпную; в медленном беге в течение 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с мячом.</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</li> <li>2. Ловля мяча, брошенного воспитателем с расстояния 70-100см.</li> <li>3. Лазанье по лесенке-стремянке.</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе приставляя пятку одной ноги к носку другой; упражнять детей в ловле мяча с расстояния 70-100см. учить детей лазанию по лестнице-стремянке.</p> <p><b>П/игры:</b> «Мыши и кот», «Лохматый пес»</p> <p><i>Задачи:</i> развивать быстроту реакции.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> пальчиковая гимнастика «Паучок»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
27	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя октября	1ч.		<p>Учить детей правильно держать лыжи. Учить правильно переносить лыжи до спортивного участка.</p> <p><b>П/игра:</b> «Лохматый пёс».</p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
28-29	Традиционная Интеграция ОО: С/К	1 неделя ноября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Размыкание и смыкание обычным шагом. Ходьба змейкой, врассыпную. Бег обычный, на носках. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в размыкании и смыкании обычным шагом; в ходьбе змейкой, врассыпную</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с мячом.</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, по бревну.</li> <li>2. Прыжки из кружка в кружок, вокруг предметов.</li> <li>3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, по бревну, соблюдая безопасность. Упражнять в прыжках, приземляясь на носки, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>П/игры:</b> «Лохматый пес» «Птички в гнездышках»</p> <p><i>Задачи:</i> развивать у детей ловкость, быстроту</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Гишина»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
30	Фронтальная на свежем воздухе	1 неделя ноября	1ч.		<p>Учить детей выполнять несколько шагов на лыжах на месте; учить выполнять приставные шаги на лыжах вправо и влево.</p> <p><b>П/игра:</b> «Кто скорее к лыжам».</p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
31-32	Традиционная Интеграция ОО:	2 неделя ноября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо. Ходьба змейкой, врассыпную. Бег в разных направлениях: извилистым дорожкам. Ходьба.</p>	Двигательная: спортивные

	С/К				<p><i>Задачи:</i> Упражнять детей в повороте направо. Упражнять в ходьбе и в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с малым мячом</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</li> <li>2. Катание мяча между предметами, в воротца.</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в равновесии; в катании мяча между предметами.</p> <p><b>Игры:</b> «Бегите к флажку» Мыши и кот»,</p> <p><i>Задачи:</i> развивать ловкость, внимание.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Прокати обруч»</p>	упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
33	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя ноября	1ч.		<p>Учить детей находить свои лыжи, брать их и переносить к месту занятия. Учить ходить ступающим шагом.</p> <p><b>Игра:</b> «Лошадки».</p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
34-35	Традиционная Интеграция ОО: С/К	3 неделя ноября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колен. Бег обычный, на носках, бег с выполнением заданий (с остановками, бег по сигналу).</p> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в поворотах; в ходьбе; в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с малым мячом.</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по лестнице, по бревну.</li> <li>2. Прыжки через предметы (высота 5см).</li> <li>3. Лазанье по гимнастической стенке.</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе по лестнице, по бревну; в прыжках через предметы; учить детей лазанию по гимнастической стенке, соблюдая безопасность.</p> <p><b>Игры:</b> «Мыши в кладовой», «Поймай комара»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Зайка серый умывается»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
36	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя ноября	1ч.		<p>Заинтересовать детей к предстоящим катанием на санках. Учить проявлять самостоятельность в ходьбе с санками.</p> <p><b>Игры:</b> «Мы саночки везём», «Кто быстрее».</p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
37-38	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя ноября	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу. Бег обычный. Ходьба.</p> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в перестроении в колонну по два, врассыпную; в ходьбе в разных направлениях; в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с хлопками.</p> <p>ОВД:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по кирпичикам (15 см. друг от друга).</li> <li>2. Бросание мяча через веревку.</li> <li>3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.</li> </ol> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в равновесии; в бросании мяча; в подлезании под препятствия.</p> <p><b>Игры:</b> «Мыши и кот», «Лохматый пес»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.

					<i>Задачи:</i> развивать быстроту, приучать выполнять действия в соответствие с текстом. <b>Заключительная часть:</b> Пальчиковая гимнастика	
39	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя ноября	1ч.		Воспитывать дружеские отношения. Упражнять в умении ходьбы с санками, не наталкиваясь друг на друга. <b>Игры:</b> «Кто быстрее». <b>Игра:</b> «Вокруг снежной бабы».	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
40-41	Традиционная Интеграция ОО: Безопасность Здоровье	1 неделя декабря	2ч.		<b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба обычная, на носках, на пятках, широким шагом. Бег обычный, на носках, бег с выполнением заданий (бег по сигналу). Ходьба. <i>Задачи:</i> упражнять детей в поворотах; в ходьбе; в беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ с хлопками. ОВД: 1. Ходьба по лестнице, по бревну. 2. Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40см. 3. Броски мяча об пол, ловля его после отскока. 4. Подлезание под шнур. <i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе по лестнице, по бревну. Упражнять детей в прыжках в длину с места на расстояние не менее 40см; в бросках мяча об пол и в ловле его после отскока в подлезании под шнур. <b>Игры:</b> «Поймай комара», «Мы топаем ногами» <b>Заключительная часть:</b> «Прокати обруч»	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
42	Фронтальная на свежем воздухе	1 неделя декабря	1ч.		Учить вести санки за верёвку обеими руками и правой и левой рукой поочередно. Закреплять умение ходьбы с санками, не наталкиваясь друг на друга. <b>Игры:</b> «Светофор», «Гонки санок».	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры с правилами
43-44	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя декабря	2ч.		<b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, в рассыпную. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, в рассыпную. Бег в медленном темпе в течение 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м. Ходьба. <i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе в разных направлениях и в беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов ОВД: 1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Перекаты на спине в группировке. 3. Лазанье по лесенке-стремянке <i>Задачи:</i> упражнять детей в основных видах движениях. <b>Игры:</b> «Поймай комара», «У медведя во бору» <b>Заключительная часть:</b> «Тишина»	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
45	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя декабря	1ч.		Повторить, как правильно брать лыжи и переносить к месту занятия. Учить детей ходить на лыжах ступающим шагом. <b>Игра:</b> «Кто скорее к лыжам».	Двигательная: спортивные упражнения, игровые



						упражнения, подвижные игры с правилами
46-47	Традиционная Интеграция ОО: С/К	3 неделя декабря	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба в колонне по одному, по два (парами), по кругу, змейкой, враспынную. Убегать от догоняющего, догонять убегающего. Ходьба.</p> <p>Задачи: упражнять детей поворотам на месте направо, налево переступанием.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе в разных направлениях; в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с большим мячом.</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медленное кружение в обе стороны.</li> <li>2. Прыжки с высоты 15-20см, вверх с места.</li> <li>3. Пролезание в обруч, перелезание через бревно.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в медленном кружении в обе стороны. Упражнять в прыжках с высоты вверх, приземляясь на носки.</p> <p><b>П/игры:</b> «Береги предмет»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Найди, что спрятано»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
48	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя декабря	1ч.		<p>Учит детей выполнять приставные шаги на лыжах. Продолжать учить ходьбе на лыжах ступающим шагом.</p> <p><b>П/игра:</b> «Кто быстрее».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
49-50	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя декабря	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, враспынную. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, враспынную. Бег в медленном темпе в течение 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м. Ходьба.</p> <p>Задачи: упражнять детей в перестроении в колонну по два, враспынную; в медленном беге в течение 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</li> <li>2. Ловля мяча, брошенного воспитателем с расстояния 70-100см.</li> <li>3. Лазанье по лесенке-стремянке.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в ходьбе, приставляя пятку одной ноги к носку другой; упражнять детей в ловле мяча с расстояния 70-100см. учить детей лазанию по лестнице-стремянке.</p> <p><b>П/игры:</b> «Мыши и кот», «Лохматый пес»</p> <p>Задачи: развивать быстроту реакции.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> пальчиковая гимнастика «Паучок»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, подвижные игры с правилами.
51	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя декабря	1ч.		<p><b>Игровые упражнения на лыжах:</b> «Кто быстрее до флажка», «Кто скорее к лыжам», «Светофор».</p>	Двигательная: игровые упражнения, подвижные игры

						с правилами
52-53	Традиционная Интеграция ОО: С/К	5 неделя декабря	2ч.		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Бег в разных направлениях: по прямой, врассыпную. Ходьба.</p> <p>Задачи: упражнять детей в перестроении в колонну по два, врассыпную; в ходьбе с выполнением задания; в беге в разных направлениях.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки через шнур, через 4-6 линий.</li> <li>2. Метание на дальность правой и левой рукой.</li> <li>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой.</li> <li>4. Ходьба по коррекционной дорожке.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в прыжках через шнур приземляясь на носки. Упражнять в метании правой и левой рукой. Учить ходьбе по гимнаст. скамейке с мячом над головой соблюдая правила безопасности.</p> <p><b>П/игры:</b> «Птички в гнздышках», «Бегите к флажку» Задачи: развивать у детей быстроту, ловкость, умение действовать согласно правилам.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Узнай по голосу»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
54	Фронтальная на свежем воздухе	5 неделя декабря	1ч		<p>Закрепить навыки правильно брать лыжи и переносить к месту занятий. Ходьба на лыжах ступающим шагом.</p> <p><b>П/игра:</b> «Кто скорее к лыжам».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
55-56	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя января	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Размыкание и смыкание обычным шагом. Ходьба змейкой, врассыпную. Бег обычный, на носках. Ходьба.</p> <p>Задачи: упражнять детей в размыкании и смыкании обычным шагом; в ходьбе змейкой, врассыпную</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с гимнастической палкой</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, по бревну.</li> <li>2. Прыжки из кружка в кружок, вокруг предметов.</li> <li>3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, по бревну, соблюдая безопасность. Упражнять в прыжках, приземляясь на носки; в подлезании под препятствие.</p> <p><b>П/игры:</b> «Лохматый пес» «Птички в гнздышках»</p> <p>Задачи: развивать у детей ловкость, быстроту</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Тишина»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
57	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя января	1ч		<p>Учить скользющему шагу по прямой. Упражнять в навыке поворота на лыжах.</p> <p><b>П/игра:</b> «Снег кружится».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые

						упражнения, подвижные игры с правилами
58-59	Традиционная Интеграция ОО: С/К	3 неделя января	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Размыкание и смыкание обычным шагом. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Бег в разных направлениях: по прямой, враспынную. Ходьба.</p> <p>Задачи: упражнять детей в размыкании и смыкании. Упражнять детей действовать по сигналу; в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов.</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медленное кружение в обе стороны.</li> <li>2. Прыжки с высоты 15-20см, вверх с места.</li> <li>3. Пролезание в обруч.</li> <li>4. Перелезание через бревно.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в кружении, соблюдая безопасность, не наталкиваясь друг на друга. Упражнять детей в прыжках с высоты 15-20см; в пролезании в обруч; в перелезании через бревно.</p> <p><b>П/игры:</b> «Трамвай»</p> <p>Задачи: развивать быстроту, ловкость, внимание.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Угадай, кто и где кричит»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
60	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя января	1ч		<p>Упражнять в навыке передвижения скольльзящим и ступающим шагом.</p> <p><b>П/игра:</b> «Бабочки, лягушки, цапли».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
61-62	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя января	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо. Ходьба змейкой, враспынную. Бег в разных направлениях: извилистым дорожкам. Ходьба.</p> <p>Задачи: Упражнять детей в повороте направо. Упражнять в ходьбе и в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с малым мячом</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</li> <li>2. Катание мяча между предметами, в воротца.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в равновесии; в катании мяча между предметами.</p> <p><b>П/игры:</b> «Бегите к флажку» Мыши и кот»,</p> <p>Задачи: развивать ловкость, внимание.</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Прокати обруч»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
63	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя января	1ч		<p>Учить детей вести санки с грузом. Закреплять навык ходьбы с санками за спиной.</p> <p><b>П/игра:</b> «Санки вперед» (толкать санки вперед, следуя за ними).</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения,

						подвижные игры с правилами
64-65	Традиционная Интеграция ОО: С/К	1 неделя февраля	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Бег в медленном темпе в течении 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м. Ходьба.</p> <p>Задачи: Упражнять детей в медленном беге в течении 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов.</p> <p><b>ОВД:</b></p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, по бревну.</p> <p>2. Прыжки в высоту, в длину</p> <p>Задачи: упражнять детей в удержании равновесии в ходьбе по гимнастической скамейке, по бревну; в прыжках в высоту, в длину.</p> <p><b>П/игры:</b> «Поезд»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Солнышко и дождик»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
66	Фронтальная на свежем воздух	1 неделя февраля	1ч		<p>Закреплять навыки поворота на лыжах и ориентировке в пространстве.</p> <p><b>Упражнения на лыжах:</b> «Где же наши ручки, где же ваши ножки», «А ну-ка повернись»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
67-68	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя февраля	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колен. Бег обычный, на носках, бег с выполнением заданий (с остановками, бег по сигналу).</p> <p>Задачи: упражнять детей в поворотах; в ходьбе; в беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с обручем</p> <p><b>ОВД:</b></p> <p>1. Ходьба по лестнице, по бревну.</p> <p>2. Прыжки через предметы (высота 5см).</p> <p>3. Лазанье по гимнастической стенке.</p> <p>Задачи: упражнять детей в ходьбе по лестнице, по бревну; в прыжках через предметы; учить детей лазанию по гимнастической стенке, соблюдая безопасность.</p> <p><b>П/игры:</b> «Мыши в кладовой», «Поймай комара»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Зайка серый умывается»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
69	Фронтальная на свежем воздух	2 неделя февраля	1ч		<p>Закреплять навыки поворота на лыжах и ориентировке в пространстве, ходьба на лыжах ступающим шагом.</p> <p>Упражнения на лыжах: «Где же наши ручки, где же ваши ножки», «А ну-ка повернись»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
70-71	Традиционная	3 неделя	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба в колонне по</p>	Двигательная:

	Интеграция ОО: С/К	февраля			<p>одному, по два. Бег на носках. Задачи: упражнять детей в поворотах на месте; в ходьбе; в беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов <b>ОВД:</b> 1. Ходьба по наклонной доске. 2. Ходьба по гимнастической скамейке. 3. Прыжки ноги врозь – вместе. 4. Лазанье по лесенке-стремянке Задачи: упражнять детей в ходьбе по наклонной доске; в ходьбе по гимнастической скамейке; в прыжках; в лазании по лесенке-стремянке соблюдая правила безопасности. <b>П/игры:</b> «Береги предмет», «Поймай комара» <b>Заключительная часть:</b> «Найди, что спрятано»</p>	спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
72	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя февраля	1ч		<p>Упражнять в сохранении равновесия на лыжах и ориентировке в пространстве. <b>П/игры на лыжах:</b> «Будь внимательным»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
73-74	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя февраля	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу. Бег обычный. Ходьба. Задачи: упражнять детей в перестроении в колонну по два, врассыпную; в ходьбе в разных направлениях; в беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ с хлопками. <b>ОВД:</b> 1. Ходьба по кирпичикам (15 см. друг от друга). 2. Бросание мяча через веревку. 3. Подлезание под препятствие, не касаясь руками пола. Задачи: упражнять детей в равновесии; в бросании мяча; в подлезании под препятствия. <b>П/игры:</b> «Мыши и кот», «Лохматый пес» Задачи: развивать быстроту, приучать выполнять действия в соответствии с текстом. <b>Заключительная часть:</b> Пальчиковая гимнастика</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
75	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя февраля	1ч		<p>Закреплять умение раскладывать лыжи на снегу и снимать их. Упражнять в передвижении на лыжах ступающим шагом. <b>П/игра:</b> «Идите ко мне».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
76-77	Традиционная Интеграция ОО: С/К	1 неделя марта	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Ходьба змейкой, врассыпную. Бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба. Задачи: упражнять детей в перестроении в колонну, в шеренгу; в ходьбе и в беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ с обручем</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые

					<p><b>ОВД:</b>  1.Прыжки через шнур, змейкой огибая предметы.  2.Ловля мяча с отскока.  3.Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (расст.1,5м)  4.Ползание по наклонной и горизонтальной доске.  Задачи: упражнять детей в прыжках; в ловле мяча с отскока; в бросании мяча друг другу.  <b>П/игры:</b> «Наседка и цыплята», «Птички в гнездышках»  <b>Заключительная часть:</b> «Через ручеек»</p>	упражнения, подвижные игры с правилами
78	Фронтальная на свежем воздухе	1 неделя марта	1ч		<p>Упражнять в навыке передвижения скользящим и ступающим шагом.  <b>П/игра:</b> «Бабочки, лягушки, цапли».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
79-80	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя марта	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба обычная, на носках, на пятках, широким шагом. Бег обычный, на носках, бег с выполнением заданий (бег по сигналу). Ходьба.  Задачи: упражнять детей в поворотах; в ходьбе; в беге.  <b>Основная часть:</b> ОРУ с обручем  <b>ОВД:</b>  1.Ходьба по лестнице, по бревну.  2.Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40см.  3.Броски мяча об пол, ловля его после отскока.  4.Подлезание под гимнастическую скамейку.  Задачи: упражнять детей в ходьбе по лестнице, по бревну. Упражнять детей в прыжках в длину с места на расстояние не менее 40см; в бросках мяча об пол и в ловле его после отскока; в подлезании под гимнастическую скамейку.  <b>П/игры:</b> «Поймай комара», «Мы топаем ногами»  <b>Заключительная часть:</b> «Прокати обруч»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
81	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя марта	1ч		<p>Упражнять в навыке передвижения скользящим и ступающим шагом.  <b>П/игра:</b> «Бабочки, лягушки, цапли».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
82-83	Традиционная Интеграция ОО: С/К	3 неделя марта	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Повороты на месте направо, налево переступанием. Ходьба в колонне по одному, по два(парами), по кругу, змейкой, врассыпную. Бег парами врассыпную. Ходьба.  Задачи: упражнять детей в поворотах; в ходьбе; в беге парами врассыпную.  <b>Основная часть:</b> ОРУ с малым мячом  <b>ОВД:</b>  1.Стоять на одной ноге, руки в стороны.</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры

					2.Прыжки с высоты 15-20см, вверх с места. 3.Ползание между предметами. <b>Задачи:</b> упражнять детей в стойке на одной ноге; в прыжках; в ползании между предметами. <b>П/игры:</b> «Мыши в кладовой», «Птица и птенчики» <b>Заключительная часть:</b> «Найди где спрятано».	с правилами
84	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя марта	1ч		<b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках, высоко поднимая колени. Бег в колонне по одному. <b>П/игры:</b> «Два мороза», «Птицы и птенчики».	Двигательная: подвижные игры с правилами
85-86	Традиционная Интеграция ОО: С/К	4 неделя марта	2ч		<b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную. Бег в медленном темпе в течение 50-60с, в быстром темпе на расстоянии 10м. Ходьба. <b>Задачи:</b> упражнять детей в ходьбе в разных направлениях и в беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ с малым мячом <b>ОВД:</b> 1.Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2.Перекаты на спине в группировке. 3.Лазанье по лесенке-стремянке <b>Задачи:</b> упражнять детей в основных видах движениях. <b>П/игры:</b> «Поймай комара», «У медведя во бору» <b>Заключительная часть:</b> «Тишина»	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
87	Фронтальная на свежем воздухе	4 неделя марта	1ч		<b>Вводная часть:</b> Ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках, высоко поднимая колени. Бег в колонне по одному. <b>П/игры:</b> «У медведя во бору», «Бабочки, лягушки, цапли».	Двигательная: подвижные игры с правилами
88-89	Традиционная Интеграция ОО: С/К	5 неделя марта	2ч		<b>Вводная часть:</b> Перестроение из одной колонны в две. Ходьба обычная, ходьба с изменением направления. Бег с изменением направления. Ходьба. <b>Задачи:</b> упражнять детей в ходьбе и беге. <b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов. <b>ОВД:</b> 1.Ходьба по ребристой дорожке. 2.Ходьба по следам. 3.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 4.Прыжки из обруча в обруч. 5.Прыжки через модули. <b>Задачи:</b> упражнять детей в основных видах движений. <b>П/игры:</b> «Воробушки и кот», «Скворечники» <b>Задачи:</b> развивать быстроту, внимание. <b>Заключительная часть:</b> Заключительная ходьба по кругу.	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
90	Фронтальная на свежем воздухе	5 неделя марта	1ч		<b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени, прыжками на двух ногах. Бег в колонне по одному. <b>П/игры:</b> «Воробушки и кот», «Лохматый пёс», «Ловишки». <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом, ходьба змейкой.	Двигательная: подвижные игры с правилами
91-92	Традиционная Интеграция ОО:	1 неделя апреля	2ч		<b>Вводная часть:</b> Перестроение в три звена. Ходьба в колонне по одному, по два (парами). Бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба.	Двигательная: спортивные

	С/К				<p><b>Основная часть:</b> ОРУ без предметов.</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой.</li> <li>2. Прыжки из обруча в обруч с мячом в руках.</li> <li>3. Ходьба по канату с мячом в руках.</li> </ol> <p>Задачи: упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с мячом над головой; в прыжках с мячом в руках; в ходьбе по канату.</p> <p><b>П/игры:</b> «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> заключительная ходьба по залу.</p>	упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
93	Фронтальная на свежем воздухе	1 неделя апреля	1ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени, прыжками на двух ногах. Бег в колонне по одному.</p> <p><b>П/игры:</b> «Воробушки и кот», «Лохматый пёс», «Ловишки».</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом, ходьба змейкой.</p>	Двигательная: подвижные игры с правилами
94-95	Традиционная Интеграция ОО: С/К	2 неделя апреля	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную.</p> <p><i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, врассыпную.</p> <p><b>Основная часть:</b> О.Р.У. без предметов.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> <li>2. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров.</li> <li>3. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.</li> </ol> <p><b>П/игра:</b> «У медведя во бору».</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Ходьба друг за другом змейкой.</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
96	Фронтальная на свежем воздухе	2 неделя апреля	1ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени, прыжками на двух ногах. Бег в колонне по одному.</p> <p><b>П/игры:</b> «Автомобили», «Птички в гнёздышках».</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом, ходьба змейкой.</p>	Двигательная: подвижные игры с правилами
97-98	Традиционная Интеграция ОО: С/К	3 неделя апреля	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба обычная, на носках. Ходьба боком приставным шагом. Бег обычный. Ходьба обычная.</p> <p><b>Задачи:</b> упражнять детей в ходьбе и беге.</p> <p><b>Основная часть:</b> ОРУ с кубиками.</p> <p><b>ОВД:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки с поворотом на месте.</li> <li>2. Метание на дальность правой и левой рукой.</li> <li>3. Прыжки в высоту, в длину.</li> </ol> <p><b>Задачи:</b> упражнять детей в прыжках с поворотом на месте; в метании на дальность; в прыжках в высоту, в длину.</p> <p><b>П/игры:</b> «Курочка-хохлатка».</p> <p><b>Заключительная часть:</b> «Угадай, кто позвал».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
99	Фронтальная на свежем воздухе	3 неделя апреля	1ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени, прыжками на двух ногах. Бег в колонне по одному.</p> <p><b>П/игры:</b> «Птички в гнёздышках», «У медведя во бору»</p> <p><b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом, ходьба змейкой.</p>	Двигательная: подвижные игры с правилами
100-101		4 неделя апреля	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Перестроение в колонну по два, врассыпную. Ходьба обычная, на носках. Ходьба боком приставным шагом. Бег обычный. Ходьба обычная.</p>	Двигательная: спортивные



					<p><b>Задачи:</b> упражнять детей в ходьбе и беге.  <b>Основная часть:</b> О.Р.У. с кубиками.  <b>О.В.Д.:</b>  1.Прыжки в длину с места  2.Метание мешочков в горизонтальную цель  <b>П/игра:</b> «Совушка».  <b>Заключительная часть:</b> Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.</p>	упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
102		4 неделя апреля	1ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени, прыжками на двух ногах. Бег в колонне по одному.  <b>П/игры:</b> «Птички в гнёздышках», «У медведя во бору»  <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом, ходьба змейкой</p>	Двигательная: подвижные игры с правилами
103-104		1 неделя мая	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Ходьба и бег в колонне по одному с изменением направления движения, врассыпную.  <b>Задачи:</b> упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с изменением направления движения, врассыпную.  <b>Основная часть:</b> О.Р.У. без предметов.  <b>О.В.Д.:</b>  1.Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.  2.Прыжки в длину с места  <b>П/игра:</b> «Котята и щенята»  <b>Заключительная часть:</b> пальчиковая гимнастика «Семья».</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
105		1 неделя мая	1ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, змейкой. Бег в колонне по одному. Ходьба.  <b>П/игры:</b> «Котята и щенята», «Огуречик, огуречик».  <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом змейкой.</p>	Двигательная: подвижные игры с правилами
106-107		2 неделя мая	2ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба на носках, высоко поднимая колени, с изменением направления движения. Бег в колонне по одному, с изменением направления.  <b>Задачи:</b> закрепить навыки ходьбы на носках, высоко поднимая колени; упражнять в беге с изменением направления движения.  <b>Основная часть:</b> О.Р.У. без предметов.  <b>О.В.Д.:</b>  1.Прыжки в длину с места  2.Перебрасывание мячей друг другу.  <b>П/игра:</b> «У медведя во бору».  <b>Заключительная часть:</b> пальчиковая гимнастика «Вышли в садик погулять»</p>	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
108		2 неделя мая	1ч		<p><b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, змейкой. Бег в колонне по одному. Ходьба.  <b>П/игры:</b> «Котята и щенята», «Огуречик, огуречик».  <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом змейкой.</p>	Двигательная: подвижные игры с правилами
109-110		3 неделя мая	2ч		<p><b>Срезы по основным видам движений на конец года</b>  1.Ходить и бегать, сохраняя равновесие в разных направлениях по указанию инструктора.  2.Ползание на четвереньках, лазание по лесенке-стремянке.</p>	Двигательная: спортивные упражнения,

					3.Лазание по гимнастической стенке произвольным способом. 4.Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах.	игровые упражнения, подвижные игры с правилами
111		3 неделя мая	1ч		<b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, змейкой, врассыпную. Бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба. <b>П/игры:</b> «У медведя во бору», «Огуречик, огуречик». <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом змейкой.	Двигательная: подвижные игры с правилами
112-113		4 неделя мая	2ч		<b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба с высоким подниманием колен, прыжками на двух ногах. Бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба. <i>Задачи:</i> упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в беге врассыпную. <b>Основная часть:</b> О.Р.У. без предметов. <b>О.В.Д.:</b> 1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2.Прыжки через модули на двух ногах. <b>П/игра:</b> «Лиса и куры». <b>Заключительная часть:</b> Игра малой подвижности «Найдём цыпленка».	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
114		4 неделя мая	1ч		<b>Вводная часть:</b> Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, змейкой, врассыпную. Бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба. <b>П/игры:</b> «У медведя во бору», «Огуречик, огуречик». <b>Заключительная часть:</b> Ходьба по кругу друг за другом змейкой.	Двигательная: подвижные игры с правилами

## Расписание НОД по физической культуре в младшей группе

День недели	Время
Вторник	9.20-9.35
Среда	9.30-9.45
Пятница (на улице)	11.20-11.35

### План проведения развлечений и спортивных соревнований на 2016– 2017 учебный год

Месяц	Неделя	Развлечения и соревнования	Группа
Сентябрь	4	Развлечение: «В гостях у Витаминки»	Младшая группа
Октябрь	3	Развлечение «В гостях у Айболита»	Младшая группа
Ноябрь	2	Неделя здоровья «Неделя здоровья и спорта»	Все группы
Декабрь	3	Развлечение «Картошка»	Младшая группа
Январь	2	Спортивное развлечение: «Мой весёлый звонкий мяч»	Младшая группа
Февраль	3	Спортивное развлечение: «В гостях у гнома»	Младшая группа
Март	2	Неделя здоровья: «Здоровый ребёнок – в здоровой семье»	Все группы
Апрель	2	Спортивное развлечение «В гостях у Маши»	Младшая группа №9
Май	2	Спортивное развлечение «В гостях у Карслона»	Младшая группа

### Список литературы

1. Кандава Т.И., Осина И.А, Горюнова Е.В., Павлова М.Н., «Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса» по программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, изд. «Учитель», Волгоград (2 младшая, средняя, старшая группа)
2. Кенеман А.В., «Детские подвижные игры народов СССР», М.: 1991.
3. Пензулаева Л.И., «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет». – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
4. Перспективное планирование по программе «От рождения до школы», Москва 2011г, под.ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Каморова, М.А. Васильева.
5. Программа дошкольного образования «От рождения до школы» Москва, 2010г, под.ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Каморова, М.А. Васильева.
6. Степаненкова Э.Я., «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка», Москва, 2001 г.
7. Степаненкова Э.Я., «Сборник подвижных игр», Москва 2011 г.
8. «Физкультурные занятия в детском саду» Москва, 2009г. Л.И. Пензулаева.