

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Малышок» с. Доброе  
Добровского муниципального округа Липецкой области**

**ПРИНЯТО:**

**Педагогическим советом**

**МБДОУ «Малышок» с. Доброе**

**Протокол от 30.08.2024 года № 1**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Заведующий МБДОУ «Малышок»**

**с. Доброе Пупышева Л.А.**

**Приказ от 30.08.2024 года №86**



**Рабочая программа по образовательной области  
«Физическое развитие»  
к основной образовательной программе  
дошкольного образования  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детский сад «Малышок» с. Доброе  
Добровского муниципального округа Липецкой области  
в группах общеразвивающей направленности  
на 2024-2025 учебный год**

**Разработчик:  
Аверкина Екатерина Александровна,  
инструктор физической культуры**

**2024 год**

## **Содержание**

1.Содержание программы.....	3
2.Планируемые результаты освоение программы.....	5
3.Календарно-тематическое планирование.....	7

## **Физическое развитие**

### **Основные задачи образования детей от 2 месяцев до 1 года.**

В области физического развития основными **задачами** образовательной деятельности являются:

- обеспечивать охрану жизни и укрепление здоровья ребёнка, гигиенический уход, питание;
- организовывать физиологически целесообразный режим жизнедеятельности и двигательную деятельность детей, обучая основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) на основе положительного эмоционального общения и совместных действий педагога с ребёнком;
- поддерживать положительную эмоциональную реакцию при выполнении движений, чувство удовлетворения и радости от совместных действий ребёнка с педагогом в играх-забавах.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог приучает ребёнка к определенному жизненному ритму и порядку в ходе режимных процессов, организует двигательную деятельность, создает условия для сохранения и укрепления здоровья средствами физического воспитания.

1) С 2 месяцев педагог оказывает помощь в удержании головы в вертикальном положении, повороте её в сторону звука, игрушки; побуждает переворачиваться со спины на бок (к 4 месяцам), на живот (к 5 месяцам), с живота на спину (к 6 месяцам); отталкиваться ногами от опоры в вертикальном положении при поддержке под мышки; побуждает захватывать и удерживать игрушку; поощряет попытки лежать на животе с опорой на предплечья, кисти рук; дотягиваться до игрушки, подползать к ней; проводит комплекс гимнастики.

2) С 6 месяцев педагог помогает осваивать движения, подготавливающие к ползанию, поощряет стремление ребёнка ползать, самостоятельно садиться из положения лежа и ложиться из положения сидя, уверенно переворачиваться со спины на живот и обратно, сидеть; помогает вставать и стоять с поддержкой, переступать, держась за опору (к 8 месяцам); побуждает к манипулированию предметами (берет, осматривает, перекладывает из руки в руку, размахивает, бросает и другое); проводит с ребёнком комплекс гимнастики, включая упражнения с использованием предметов (колечки, погремушки).

3) С 9 месяцев педагог создает условия для развития ранее освоенных движений, упражняет в ползании в разных направлениях, вставании, перешагивании, побуждает приседать и вставать, делать первые шаги вдоль опоры при поддержке за руки, за одну руку, самостоятельно; ходить за каталкой, при поддержке подниматься на ступеньки; брать, держать и бросать мяч; поощряет стремление ребёнка к разнообразным движениям (приседать на корточки, поднимать предметы, переносить их, открывать и закрывать крышку коробки, ставить один предмет на другой и так далее); вызывает эмоциональный отклик и двигательные реакции на игровые действия и игры-забавы («Поехали-поехали», «Сорока-сорока», «Ладушки», «Коза рогатая», «Пташечка-перепелочка» и другое) и ритмичную музыку;

проводит комплекс гимнастики и закаливания; начинает формировать первые культурно-гигиенические навыки, приучает к опрятности.

### **Основные задачи образования детей от 1 года до 2 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком;
- создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве; поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом; привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям;
- укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог активизирует двигательную деятельность детей, создает условия для обучения основным движениям (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба), развития координации при выполнении упражнений; побуждает к самостоятельному выполнению движений; обеспечивает страховку для сохранения равновесия; поощряет и поддерживает, создает эмоционально-положительный настрой, способствует формированию первых культурно-гигиенических навыков.

В процессе физического воспитания педагог обеспечивает условия для развития основных движений и выполнения общеразвивающих упражнений.

#### **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).**

Основные движения:

бросание и катание: бросание мяча (диаметр 6-8 см) вниз, вдаль; катание мяча (диаметр 20-25 см) вперед из исходного положения сидя и стоя;

ползание, лазанье: ползание по прямой на расстояние до 2 метров; подлезание под веревку, натянутую на высоте - 50 см; пролезание в обруч (диаметр 50 см), перелезание через бревно (диаметр 15-20 см); лазанье по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1-1,5 метра);

ходьба: ходьба за педагогом стайкой в прямом направлении; упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (шириной 25-20-15 см), по ребристой доске; вверх и вниз по наклонной доске, приподнятой на 10-15-20 см (ширина доски 25-30 см, длина 1,5-2 м) с поддержкой; подъем на ступеньки и спуск с них, держась за опору; перешагивание через веревку, положенную на пол, палку или кубик высотой 5-15-18 см со страховкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа с использованием предметов (погремушки, кубики, платочки и другое) и без них;

в комплекс включаются упражнения: поднимание рук вперед и опускание, повороты корпуса вправо и влево из положения сидя, наклоны вперед (положить кубик и поднять его, перегибаясь через веревку, натянутую на высоте 40-45 см), сгибание и разгибание ног, приседание с поддержкой педагога или у опоры.

**2) Подвижные игры и игровые упражнения:** педагог организует и проводит игры-забавы, игровые упражнения, подвижные игры, побуждая детей к активному участию и вызывая

положительные эмоции.

Детям предлагаются разнообразные игровые упражнения для закрепления двигательных навыков.

**3) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог помогает осваивать элементарные культурно-гигиенические действия при приеме пищи, уходе за собой (при помощи педагога мыть руки перед едой и по мере загрязнения, пользоваться салфеткой, есть ложкой, пользоваться личным полотенцем и так далее).

#### **Основные задачи образования детей 2 лет до 3 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

#### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

#### **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).**

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в

руке (флажок, платочек, ленточка и другие); врассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаясь определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

**2) Подвижные игры:** педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

**3) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог формирует у детей полезные

привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

### **Основные задачи образования детей 3 лет до 4 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

#### **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).**

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль;

перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, враспынную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или



состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) **Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) **Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) **Активный отдых.**

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

**Основные задачи образования детей 4 лет до 5 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных

упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с

изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжатие кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

**Ритмическая гимнастика:**

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

**Строевые упражнения:**

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

**3) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступаящим шагом» и «полуёлочкой».

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

**4) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения

гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

### **5) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

### **Основные задачи образования детей 5 лет до 6 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских

взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по

одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручку, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

**4) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.



Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### **б) Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

## **2. Планируемые результаты освоения программы**

### **Вторая группа раннего возраста**

Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.

Прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед.

Брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.

Ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.

### **Младшая группа**

Уметь ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление. Уметь бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.

Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может 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**

Принимать правильное исходное положение при метании;

Метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

Уметь строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.

Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).

Ориентироваться в пространстве, находит левую и правую стороны.

Выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Пролезает, подлезает, перелезает через предметы.

Во всех формах организации двигательной деятельности соблюдает организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

### **Старшая группа**

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.

**Перспективно - тематическое планирование в группе раннего возраста.**

№п/п	Дата	По факту	Тема	Дидактические единицы	Содержание	Литература
1	05.09. 2024г.		Прыжки, проползание, скатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.</p> <p>Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела. Побуждать детей к двигательной активности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на двух ногах на месте;</li> <li>- Проползание заданного расстояния;</li> <li>- Скатывание мяча с горки.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.20.
2	06.09. 2024г.		Проползание, прыжки, катание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Побуждать детей к двигательной активности.</p> <p>Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.</p> <p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проползание заданного расстояния до предмета;</li> <li>- Прыжки на двух ногах на месте с хлопками;</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.21.

					- Катание мяча в паре с воспитателем.	
3	12.09. 2024г.		Прыжки, проползание, катание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.</p> <p>- Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед;</p> <p>- Проползание заданного расстояния (от игрушки к игрушке);</p> <p>- Катание мяча двумя руками воспитателю.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.22.
4	13.09. 2024г.		Проползание, прыжки, катание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.</p> <p>Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.</p> <p>- Проползание в вертикально стоящий обруч;</p> <p>- Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;</p> <p>- Катание шаров двумя руками друг другу.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.22.

5	19.09. 2024г.		Проползание, прыжки, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.  Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела. Побуждать детей к двигательной активности.  - Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой;  - Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  - Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.23.
6	20.09. 2024г.		Проползание, подпрыгивание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Побуждать детей к двигательной активности. Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.  Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.  -Проползание в воротца;  - Подпрыгивание на двух ногах с хлопком;  - Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.24.
7	26.09. 2024г.		Подпрыгивание, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Побуждать детей к двигательной	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.25.

				<p>мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>активности.</p> <p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.</p> <p>Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.</p> <p>Обеспечивать охрану укрепление здоровья тела.</p> <p>- Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;</p> <p>- Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца;</p> <p>- Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг дугу.</p>	
8	27.09. 2024г.		Проползание, подпрыгивание, прокатывание	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>- Проползание в воротца;</p> <p>- Подпрыгивание на двух ногах с хлопком;</p> <p>- Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.26.
9	03.10.		Подползание, подпрыгивание,	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с	Способствовать психофизическому развитию детей. Формирование	Федорова С. Ю. Примерные планы

	2024г.		прокатывание.	согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	ориентироваться в пространстве. - Подползание под дугу;  -Подпрыгивание до игрушки, находящихся выше рук ребенка;  - Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.	физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.26.
10	04.10. 2024г.		Подпрыгивание , прокатывание, подлезание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формирование ориентироваться в пространстве. Способствовать психофизическому развитию детей.  - Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка;  - прокатывание мяча под дугу и проползание за ним;  - Подлезание под веревку.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.27.
11	10.10. 2024г.		Прыжки, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формирование ориентироваться в пространстве.  Способствовать психофизическому развитию детей.  - Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше подтянутых рук ребенка;  - Проползание в вертикально стоящий	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.28.



					<p>обруч с захватом впереди стоящей игрушки;</p> <p>- Прокатывание мяча одной рукой, бег за мячом.</p>	
12	11.10. 2024г.		Подпрыгивание, подползание, катание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног.</p> <p>Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>Способствовать психофизическому развитию детей. - Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук;</p> <p>- Подползание под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой;</p> <p>- Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.28.
13	17.10. 2024г.		Прыжки, подползание, прокатывание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног.</p> <p>Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>Формирование ориентироваться в пространстве. Способствовать психофизическому развитию детей.</p> <p>- Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед;</p> <p>- Подползание под скамейку;</p> <p>- Прокатывание мяча под скамейку донной рукой (поочередно).</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.29.
14	18.10 2024г.		Подпрыгивание, проползание, прокатывание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног.</p> <p>Учить ползать, лазать,</p>	<p>Способствовать психофизическому развитию детей. Формирование ориентироваться в пространстве.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с

				разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подпрыгивание до ладони воспитателя;</li> <li>- Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;</li> <li>- Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul>	детьми 2-3 лет. Стр.30.
15	24.10. 2024г.		Проползание, подпрыгивание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Формирование ориентироваться в пространстве. Способствовать психофизическому развитию детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проползание в вертикально стоящий обруч;</li> <li>- Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;</li> <li>- «Собери пирамидку».</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.31.
16	25.10. 2024г.		Подпрыгивание, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Способствовать психофизическому развитию детей. Формирование ориентироваться в пространстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подпрыгивание до ладони воспитателя;</li> <li>- Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча;</li> <li>- Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.32.

17	31.10. 2024г.		Проползание, подпрыгивание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формирование ориентироваться в пространстве.  Способствовать психофизическому развитию детей.  - Проползание в вертикально стоящий обруч;  - Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  - «Собери пирамидку».	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.32.
18	01.11. 2024г.		Подпрыгивание , подползание, катание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Способствовать психофизическому развитию детей. Формирование ориентироваться в пространстве.  - Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук;  - Подползание под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой;  - Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.33.
19	07.11. 2024г.		Прыжки, проползание, скатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать,	Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Воспитывать умение действовать самостоятельно. Обеспечивать закаливание организма детей.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.34.

				катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	Формировать основные жизненно важные движения.  - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;  - Прокатывание в два вертикально стоящих друг за другом обруча;	
20	08.11. 2024г.		Прыжки, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	Обеспечивать закаливание организма детей. Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.  - Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках;  - Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой;  - Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.35.
21	14.11. 2024г.		Подпрыгивание , подползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать,	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.35.

				катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>- Прокатывание под две скамейки, стоящей рядом;</li> <li>- Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками).</li> </ul>	
22	15.11. 2024г.		Подползание, прокатывание, прыжки.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	<p>Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <p>Воспитывать умение действовать самостоятельно.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;</li> <li>- Прокатывание двух мячей поочередно руками по дугу;</li> <li>- Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.35.
23	21.11. 2024г.		Перепрыгивание, подползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с	<p>Воспитывать умение действовать самостоятельно. организма детей.</p> <p>Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.35.

				мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	физических упражнениях. Обеспечивать закаливание  - Перепрыгивание через веревку на двух ногах;  - Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола.	
24	22.11. 2024г.		Подпрыгивание до погремушек, подползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	Воспитывать умение действовать самостоятельно Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.  Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.  - Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка;  - Подползание под скамейку,  - Прокатывание мячей друг другу и воспитателю.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.36.
25	28.11. 2024г.		Подпрыгивание, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать,	Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей. Формировать основные жизненно важные движения.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.37.

				катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.	<p>Воспитывать умение действовать самостоятельно.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед;</li> <li>- Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча;</li> <li>- Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul>	
26	29.11. 2024г.		Подпрыгивание, подползание, прокатывание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.</p>	<p>Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <p>Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.</p> <p>Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <p>Воспитывать умение действовать самостоятельно. - Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подползание под скамейку,</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.38.

					- Прокатывание мячей друг другу и воспитателю.	
27	05.12. 2024г.		Перепрыгивание, проползание, скатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Обеспечивать охрану и укрепление здоровья. Пробуждать детей к двигательной активности. Совершенствовать грациозность, выразительность движений.</p> <p>- Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу;</p> <p>- Проползание в заданном направлении;</p> <p>- Скатывание мяча с горки.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.39.
28	06.12. 2024г.		Проползание, перепрыгивание, скатывание	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Обеспечивать охрану и укрепление здоровья.</p> <p>Пробуждать детей к двигательной активности. Совершенствовать грациозность, выразительность движений. - Проползание в заданном направлении;</p> <p>- Перепрыгивание через линию,</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.40.



					<p>веревку, лежащую на полу;</p> <p>- Скатывание мяча с горки.</p>	
29	12.12. 2024г.		Прыжки, перелезание, катание мяча.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног.</p> <p>Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья.</p> <p>Пробуждать детей к двигательной активности. Совершенствовать грациозность, выразительность движений.</p> <p>- Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед;</p> <p>- Перелезание через валик;</p> <p>- Катание мяча двумя руками воспитателю.</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.41.
30	13.12. 2024г.		Проползание, прыжки, катание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног.</p> <p>Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места,</p>	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Совершенствовать грациозность, выразительность движений. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках).</p> <p>Пробуждать детей к двигательной активности. - Прыжки на двух ногах</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.42.

				отталкиваясь двумя ногами.	с небольшим продвижением вперед; - Проползание в вертикально стоящий обруч; - Катание мяча двумя руками воспитателю.	
31	19.12. 2024г.		Проползание, прыжки, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Пробуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Обеспечивать охрану и укрепление здоровья.  Совершенствовать грациозность, выразительность движений.  - Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой;  - Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками;  - Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.43.
32	20.12. 2024г.		Проползание, подпрыгивание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать,	Совершенствовать грациозность, выразительность движений. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Формировать умение сохранять устойчивое положение	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.44.

				катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Пробуждать детей к двигательной активности. Тела</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проползание в воротца;</li> <li>- Подпрыгивание на двух ногах с хлопком;</li> <li>- Прокатывание мяча двумя руками.</li> </ul>	
33	26.12. 2024г.		Подпрыгивание, подползание, прокатывание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Совершенствовать грациозность, выразительность движений. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Пробуждать детей к двигательной активности. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подпрыгивание до ладони воспитателя;</li> <li>- Подползание под скамейку;</li> <li>- Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.44.
34	27.12. 2024г.		Прыжки, катание.	<p>Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать,</p>	<p>Пробуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Обеспечивать охрану</p>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.45.

				переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	и укрепление здоровья. Совершенствовать грациозность, выразительность движений.  - Прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед;  - Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем;  - «Брось мяч».	
35	09.01. 2025г.		Прыжки, катание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Совершенствовать грациозность, выразительность движений. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья. Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Пробуждать детей к двигательной активности.  Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.  - Прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед;  - Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем;  - «Брось мяч».	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.45.
36	10.01. 2021г		Прыжки, перелезание, бросание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с	Обеспечить закаливание организма детей. Способствовать психофизическому развитию детей. Учить выразительности движений.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.46.

				мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки в высоту;</li> <li>- Перелезание через валик;</li> <li>- Бросание мяча двумя руками снизу.</li> </ul>	
37	16.01. 2025г.		Подползание, подпрыгивание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Обеспечить закаливание организма детей. Способствовать психофизическому развитию детей.</p> <p>Учить выразительности движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подползание под дугу;</li> <li>- Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка;</li> <li>- Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.47.
38	17.01. 2025г.		Перепрыгивание, бросание, подлезание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Способствовать психофизическому развитию детей. Обеспечить закаливание организма детей.</p> <p>Учить выразительности движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;</li> <li>- Бросание мяча двумя руками снизу;</li> <li>- Подлезание через веревку.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.48.

39	23.01. 2025г.		Прыжки, проползание, ловля.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Способствовать психофизическому развитию детей. Обеспечить закаливание организма детей. Обеспечить закаливание организма детей.  Учить выразительности движений. Обеспечить закаливание организма детей.  - Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета;  - Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки;  - Ловля мяча, брошенного воспитателем.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.49.
40	24.01. 2025г.		Подпрыгивание , подползание, бросание мяча.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечить закаливание организма детей. Способствовать психофизическому развитию детей.  Учить выразительности движений.  - Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше рук ребенка  - Подползание под веревку, сопровождающееся захватом стоящей впереди игрушки	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.49.

					- Бросание мяча двумя руками.	
41	30.01. 2025г.		Прыжки, перелезание, перебрасование .	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечить закаливание организма детей. Способствовать психофизическому развитию детей.  Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;  - Подползание под скамейку;  - Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.50.
42	31.01. 2025г.		Подпрыгивание , подползание, перебрасование .	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Способствовать психофизическому развитию детей. Способствовать психофизическому развитию детей. Обеспечить закаливание организма детей.  Учить выразительности движений.  - Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;  - Подползание под скамейку;  - Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.51.

					ребенка.	
43	06.02. 2025г.		Перепрыгивание, проползание, игр. упр. «Ручеек».	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Способствовать психофизическому развитию детей. Учить выразительности движений. Обеспечить закаливание организма детей.  Учить выразительности движений.  - Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу;  - Проползание в заданном направлении;  - «Через ручеек» (перепрыгивать через гимнастические палки, расположены на рост. 50 см.)	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.51.
44	07.02. 2025г.		Подпрыгивание, подползание, перебрасывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечить закаливание организма детей. Способствовать психофизическому развитию детей  Учить выразительности движений.  - Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;  - Подползание под скамейку;  - Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.52.



45	13.02. 2025г.		Прыжки, проползание, скатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.  Воспитывать умение самостоятельно действовать.  - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушки);  - Проползание в два вертикально стоящих обруча;  - Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.53.
46	14.02. 2025г.		Прыжки, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. Воспитывать умение самостоятельно действовать.  - Прыжки на двух ногах с мячом в руках;  - Проползание заданного расстояния, прокатывание мяча между собой;  - Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.54.
47	20.02. 2025г.		Подпрыгивание , подползание, ловля мяча.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать,	Обеспечивать закаливание организма детей. Формировать основные жизненно важные движения	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с

				разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Воспитывать умение самостоятельно действовать.  - Подпрыгивание до игрушек, находящихся выше ребенка;  - Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом;  - Ловля мяча брошенным воспитателем.	детьми 2-3 лет. Стр.55.
48	21.02. 2025г.		Подползание, прокатывание, прыжки.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. Воспитывать умение самостоятельно действовать.  - Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола;  - Прокатывание двух мячей поочередно, под дугу;  - Прыжки с продвижением с мячом в руках.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.55.
49	27.02. 2025г.		Перепрыгивание, подползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать,	Обеспечивать закаливание организма детей. Формировать основные жизненно важные движения.  Воспитывать умение самостоятельно действовать.  - Перепрыгивание через веревку, или	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.56.

				катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	через гимнастическую палку; - Ползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см. от пола; - Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.	
50	28.02. 2025г.		Подпрыгивание, подползание, бросание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Подпрыгивание до погремушек, висящих выше вытянутых рук ребенка; - Подползание под скамейку; - Бросание мяча двумя руками снизу.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.57.
51	06.03. 2025г.		Подползание, бросание, игр. упр. «Через ручеек».	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечивать закаливание организма детей. Формировать основные жизненно важные движения. Воспитывать умение самостоятельно действовать. -Подползание под веревку; - Бросание мяча двумя руками снизу; - «Через ручеек».	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.58.

52	07.03. 2025г.		Бросание, проползание, перепрыгивани е.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укреплению здоровья детей.  Побуждать к двигательной активности.  - Бросание мяча воспитателю;  - Проползание заданного расстояния;  - Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.60.
53	13.03. 2025г.		Проползание, прыжки, катание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укреплению здоровья детей.  Побуждать к двигательной активности.  -Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  - Перелезание через бревно;  - Бросание мяча двумя руками воспитателю.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.61.
54	14.03. 2025г.		Перелазание, прыжки, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать,	Обеспечивать укреплению здоровья детей.  Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.62.

				катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Перелезание через бревно;</li> <li>- Прыжки на двух ногах как можно дальше (со зрительным ориентиром);</li> <li>- Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении.</li> </ul>	
55	20.03. 2025г.		Влезание, прыжки, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Побуждать к двигательной активности. Обеспечивать укреплению здоровья детей.</p> <p>Учить разнообразно действовать с мячом. Прокатывание мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Влезание на лестницу (попытки);</li> <li>- Прыжки на двух ногах как можно дальше;</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.62.
56	21.03. 2025г.		Перелезание через бревно, прыгание, прокатывание мяча.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Обеспечивать укреплению здоровья детей.</p> <p>Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перелезание через бревно;</li> <li>- Прыгание на двух ногах как можно дальше;</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.63.

					- Прокатывание мяча одной рукой.	
57	27.03. 2025г.		Перепрыгивание, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укреплению здоровья детей.  - Перепрыгивание через веревку;  - Проползание заданного расстояния до ориентира;  - Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.64.
58	28.03. 2025г.		Прыжки, бросание, игр. упр. «Курочка - хохлатка».	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечивать укреплению здоровья детей.  Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом.  - Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  - Бросание мяча двумя руками в паре с воспитателем;  - «Курочка - хохлатка» (по сигналу дети побегают к педагогу).	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.64.
59	03.04. 2025г.		Перепрыгивание, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с	Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу. Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укреплению здоровья	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.65.

				мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	детей. - Перепрыгивание через веревку; - Проползание заданного расстояния до ориентира;	
60	04.04. 2025г.		Подпрыгивание, подползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Способствовать психофизическому развитию детей. Обеспечивать закаливание организма детей.  Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Подпрыгивание до предмета, находящихся выше поднятых рук ребенка; - Подползание под веревку; - Прокатывание мяча одной и двумя руками.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.66.
61	10.04. 2025г.		Подползание под дугу, прыжки, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячем: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места,	Обеспечивать закаливание организма детей. Способствовать психофизическому развитию детей.  Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Подползание под дугу; - Прыжки с места на двух ногах как можно дальше;	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.67.

				отталкиваясь двумя ногами.	- Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.	
62	11.04. 2025г.		Подпрыгивание, прокатывание, проползание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечивать закаливание организма детей. Способствовать, психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве.  -Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  - Прокатывание мяча между предметами;  - Проползание в вертикально стоящий обруч.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.68.
63	17.04. 2025г.		Прыжки, проползание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечивать закаливание организма детей. Способствовать, психофизическому развитию детей  Формировать умение ориентироваться в пространстве.  - Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка;  - Проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки;  - Прокатывание мяча одной рукой	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.68.



					(правой и левой), бег за мячом.	
64	18.04. 2025г.		Подпрыгивание , подползание, катание мяча.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Способствовать, психофизическому развитию детей. Обеспечивать закаливание организма детей.  Формировать умение ориентироваться в пространстве.  - Подпрыгивание до игрушки;  - Подползание под веревку (высота 30-40 см);  - Катание мяча между предметами.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.69.
65	24.04. 2025г.		Перепрыгивани е, перелезание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечивать закаливание организма детей. Способствовать, психофизическому развитию детей.  Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Перепрыгивание через две параллельные линии;  - Перелезание через бревно;  - Прокатывание мяча между предметами.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.69.
66	25.04. 2025г.		Перепрыгивани е, влезание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать,	Обеспечивать закаливание организма детей. Способствовать, психофизическому развитию детей.  Формировать умение	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.70.

				переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>ориентироваться в пространстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перепрыгивание через две параллельные линии;</li> <li>- Влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки))</li> <li>- Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.</li> </ul>	
67	15.05. 2025г.		Перепрыгивание, перелезание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	<p>Обеспечивать закаливание организма детей. Способствовать, психофизическому развитию детей.</p> <p>Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перепрыгивание через две параллельные линии;</li> <li>- Перелезание через бревно;</li> <li>- Прокатывание мяча между предметами.</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.71.
68	16.05. 2025г.		Подпрыгивание, подползание, катание мяча.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места,	<p>Способствовать, психофизическому развитию детей. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <p>Формировать умение ориентироваться в пространстве. -</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Подпрыгивание до игрушки;</li> <li>Подползание под веревку (высота</li> </ul>	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.71.

				отталкиваясь двумя ногами.	30-40 см); - Катание мяча между предметами.	
69	22.05. 2025г.		Прыжки, проползание, скатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.  Воспитывать умение действовать самостоятельно.  - Прыжки с продвижением вперед;  - Проползание в два вертикально стоящих обруча;  - Прокатывание мяча двумя руками с горки скатывание вслед за ним.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.72.
70	23.05. 2025г.		Прыжки, влезание, прокатывание.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.  Воспитывать умение действовать самостоятельно.  - Прыжки на двух ногах с места как можно дальше;  - Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки);  - Прокатывание мяча одной рукой между игрушками по прямой.	Федорова С. Ю.
71	29.05.		Подпрыгивание	Учить ходить бегать, не	Формировать основные жизненно	Федорова С. Ю.

	2025г.		, подползание, прокатывание.	наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.  Воспитывать умение действовать самостоятельно.  - Подпрыгивание до двух игрушек;  - Подползание под две скамейке, стоящих рядом;  - Прокатывание двух мячей поочередно.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.74.
72	30.05. 2025г.		Подползание, прокатывание, прыжки.	Учить ходить бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом: (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.	Обеспечивать закаливание организма детей. Формировать основные жизненно важные движения.  Воспитывать умение действовать самостоятельно.  - Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см. от пола;  - Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками под дугу);  - Прыжки с места как можно дальше с мячом в руках.	Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Стр.75.

Перспективно - тематическое планирование во второй младшей группе.

№п\п	Дата	По факту	Тема	Дидактические единицы	Содержание	Литература
1	2.09.-13.09. 2024г.		Диагностическое обследование			
2	16.09. 2024г.		Прыжки, ползание, катание малого мяча.	Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь. Выполнять вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь) Ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой) прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м.	Приучать детей действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении. Обеспечивать профилактику нарушений осанки. - Прыжки на двух ногах на месте, с хлопками в ладоши над головой; - Проползание на заданное расстояние (произвольно - на животе, на четвереньках), до предмета; - Катание малого мяча в паре с воспитателем.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.23

3	17.09. 19.09.  2024г.		Ползание, прыжки, прокатывание мяча.	Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу,);Ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямитьсяВоспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры	Приучать детей действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении. Обеспечивать профилактику нарушений осанки. - Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; -Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, с хлопками; - Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.24
4	23.09. 24.09.  2024г.		Ползание, прыжки, подбрасывание малого мяча.	Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед на 2-3 м;ползание на четвереньках под веревкой. Формировать первичные представления о роли	Приучать детей действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении. Обеспечивать профилактику нарушений осанки. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; - Подбрасывание малых мячей вверх одной рукой ( правой левой поочередно); - Проползание под веревкой на четвереньках, сопровождающиеся захватом игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.25

				чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).		
5	26.09. 30.09.  2024г.		Ползание, прыжки, прокатывание мяча	Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках под веревкой. Формировать первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной	Приучать детей действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении. Обеспечивать профилактику нарушений осанки. - Проползание вертикально стоящий обруч и в воротца; - Прыжки с продвижением вперед и подпрыгиванием до ладони воспитателя, находящиеся выше поднятых рук ребенка; - Прокатывание мяча двумя и одной рукой под дугой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.25

				деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).		
6	01.10 2024г.		Прыжки, прокатывание мячей, проползание.	Формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности катание мяча друг другу, прыжки на двух продвигаясь вперед, ползание на четвереньках опорой на ладони и ступни, педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности,	Приучать детей действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении. Обеспечивать профилактику нарушений осанки. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; - Прокатывание мячей двумя руками друг другу; - Проползание заданного расстояния (от игрушки к игрушке) на четвереньках.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.26



7	03.10. 2024г.		Подползание под дугу, прыжки, подбрасывание.	Формировать первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности; катание мяча друг другу, и между предметами; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки с продвижением вперед и подпрыгиванием до предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка; - Подлезание под веревку, не касаясь руками пола; - Катание малого мяча друг другу, между предметами.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.29
8	07.10. 2024г.		Прыжки, прокатыванию, пролезание.	Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед; поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности.	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей. - Подползание под дугу; - Прыжки с продвижением вперед; - Подбрасывание мяча вперед.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.30

9	08.10. 2024г.		Прыжки, проползание, прокатывание.	Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; подлезание под дугу, не касаясь руками пола, подбрасывание мяча вверх и ловля его.	Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки через две веревочки, лежащие на полу, поочередно через каждую; - Прокатывание малых мячей под веревкой и проползание за ним; - Проползание под веревку (высота 50 см), стараясь не касаться руками пола.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.30 Повторение
10	10.10. 2024г.		Прыжки, лазание, подбрасывание среднего мяча.	Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, прокатывание мяча в воротца, под дугу, Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; ; поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности.	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета; - Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; - Прокатывание мяча в воротца	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.31

11	14.10. 2024.г.		Прыжки, подползание, прокатывание мяча	Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; лазанье по гимнастической лесенке произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подбрасывание мяча вверх и ловля его.	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки из обруча в обруч, - Лазание по гимнастической лесенке. - Подбрасывание среднего мяча вверх двумя руками снизу два раза подряд.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.31
12	15.10 2024г.		Прыжки, ползание, прокатывания мяча.	Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь ,прокатывание мяча в воротца, под дугу, Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; ; поддерживает активность детей в процессе двигательной	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через линии, лежащие на полу; - Подползание под дугу с захватом впереди стоящей игрушки; - Прокатывание мяча друг другу под дугой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.32

				деятельности.		
13	17.10 2024г.		Ползание, прыжки, катание мячей.	<p>Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке обычным и приставным шагом; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону)</p> <p>Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p>	<p>Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на двух ногах (ноги вместе-ноги врозь)с произвольным движением рук;</li> <li>- Ползание на четвереньках с прокатыванием мяча над головой;</li> <li>- Прокатывание мяча друг другу, между султанчиками.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр. 33

14	21.10. 2024г.		ползание, прыжки, катание мячей.	<p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону)</p> <p>поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности.</p>	<p>Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проползание на четвереньках по прямой;</li> <li>- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</li> <li>- Катание мячей в определенном направлении.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.33

15	22.10. 2024г.		Прыжки, ползание, прокатывания мяча.	<p>Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь ,прокатывание мяча в воротца, под дугу,</p> <p>Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; ;</p> <p>поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>Предложить детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.</p>	<p>Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проползание на четвереньках по прямой;</li> <li>- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</li> <li>- Катание мячей в определенном направлении.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.34
----	------------------	--	---	---	---	---

16	24.10. 28.10.  2024г.		Прыжки, ползание, прокатывание мяча.	Укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.35
17	29.10. 31.10.  2024г.		Подлезание, Прыжки, Подбрасывание мяча.	Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь ,прокатывание мяча в воротца, под дугу, Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; ; поддерживает активность	Мотивировать детей на участие в совместных играх и физических упражнениях. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей. - Проползание на четвереньках по прямой; - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; - Катание мячей в определенном направлении.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.35

				<p>детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>Предложить детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.</p>		
18	02.11. 2024г.		Перепрыгивание, подлезание, прокатывание мяча в воротца.	<p>Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону)</p> <p>Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.</p>	<p>Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подлезание под двумя дугами, не касаясь руками пола;</li> <li>- Прыжки через линии, начерченные на полу, поочередно через каждую;</li> <li>- подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.36



19	05.11. 2024г.		Ловля мяча, лазание, прыжки на двух ногах.	Ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом, перепрыгивание через веревку, подлезание под дугу, не касаясь руками пола; прокатывание мяча в воротца, формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. - Перепрыгивание через веревки, лежащие на полу; - Подлезание под веревку, не касаясь руками пола; - Прокатывание мяча в воротца.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.36
----	------------------	--	--	--	--	---

20	07.11. 2024г.		Ползание, Бросание мяча двумя руками, прыжки.	Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча в парах с педагогом, влезание на лесенку-стремянку	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. - Ловля мяча, брошенного педагогом; - Лазанье по гимнастической лестнице, лежащей на полу; - Прыжки на двух ногах на месте с произвольным движением рук (руки вверх- вниз- в стороны).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.37
21	11.11. 12.11. 2024г.		Ползание между предметами, прыжки, ловля мяча.	Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь ,прокатывание мяча в воротца, под дугу, Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; ; поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности. Предложить детям следующие	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. - Ползание на четвереньках попрямой с захватом впереди стоящей игрушки; - Бросание мяча руками снизу; - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.38

				строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам		
22	14.11. 2024г.		Лазание гимн.лестнице, прыжки, бросание мяча вверх.	Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча в парах с педагогом,	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. - Ползание между предметами, а также вокруг предметов; - Прыжки из обруча в обруч; - Ловля мяча, брошенного педагогом.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.38

23	18.11. 19.11. 2024г.		Ползание, прыжки, ловля мяча.	Приобщать детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки, упражнения в равновесии перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу;	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. - Лазание по гимнастической лестнице, лежащей на полу; - Прыжки в длину с места через две линии; - Бросание мяча вверх, вниз, об пол.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.39
24	21.11. 2024г.		Ползание, прыжки, подбрасывание мяча.	Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в продвижением вперед; Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. - Ползание на четвереньках по прямой с продвижением мяча головой; - Прыжки на двух ногах на месте с произвольным движением рук; - Ловля мяча брошенного педагогом.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.39

25	25.11. 26.11. 2024г.		Бросание малого мяча, лазание, прыжки.	Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону) Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки). Обеспечивать закаливание организма детей. -Ползание на четвереньках по прямой между предметами; - Прыжки в длину с места через две линии; - Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.42
26	28.11. 2024г.		Подлезание, прыжки, прокатывание мяча.	Формировать умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки, метание вдаль правой и левой рукой, бег группами и по одному за направляющим, враспынную, со сменой темпа.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - бросание малого мяча вдаль правой и левой рукой; - Лазание по лесенке-дуге; - Прыжки на месте в сочетании с движениями рук (руки в верх).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.42

27	02.12. 03.12. 2024г.		Лазание, метание, прыжки	Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в продвижении вперед; Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Подлезание под гимнастической палкой, не касаясь руками пола; - Прыжки с продвижением вперед через две линии; - Прокатывание мяча в воротца из положения сидя.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.43
28	05.12. 2024г.		Прыжки, ползание, катание мячей.	Формировать умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки, метание вдаль правой и левой рукой, бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Лазание по лесенке-дуге; - Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой (расстояние 2-3м); - Прыжки с продвижением вперед до ориентира (веревка, лежащая на полу).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.44

29	09.12. 10.12. 2024г.		Метание мал. Мяча, прыжки, ползание под дугу.	Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону) Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета; - Ползание на животе по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; - Катание мячей друг другу из положения сидя между предметами (султанчиками), не сбивая их.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.44
30	12.12. 2024г.		Прыжки, подползание, бросание мяча.	Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; Прыжки из обруча в обруч; - Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Метание малого мяча на дальность правой или левой рукой; - Прыжки из обруча в обруч; - Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.45
31	16.12. 17.12 2024г.		Прыжки, ползание, бросание малого	Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий

			мяча.	гимнастики воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча правой и левой рукой.	охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки на месте с хлопками над головой; - Подползание под дугу с захватом впереди стоящей игрушки; - Бросание мяча вдаль правой и левой рукой.	с детьми 3-4 лет. Стр.46
32	19.12. 23.12. 2024г.		Прыжки, подлезание под препятствие, катание мячей.	Формировать умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки, метание вдаль правой и левой рукой, бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки на месте в сочетании с различными движениями; - Ползание на четвереньках по прямой с продвижением мяча головой. - Бросание на четвереньках правой и левой рукой в горизонтальную цель (расстояние 2м).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.46
33	24.12. 26.12. 28.12. 2024г.		Прыжки, ползание, бросание малого мяча.	Формировать умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях, катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, прокатывание мяча в	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета;	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.46



				воротца, под дугу, Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки; ; поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности.	- Подлезание под препятствие, не касаясь руками; - Катание мячей под дугой из положения сидя на полу лицом друг другу.	
34	09.01. 2025г.		Ползание, метание, прыжки.	Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность, бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние.	Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки на месте в сочетании с различными движениями; - Ползание на четвереньках по прямой с продвижением мяча головой. - Бросание на четвереньках правой и левой рукой в горизонтальную цель (расстояние 2м).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.48

35	13.01. 2025г.		Прыжки, лазание, ловля мяча.	Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в продвижением вперед; Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесииРазвивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Ползание на четвереньках по гимнастической доске; - Метание на дальность малого мяча от груди правой и левой рукой; - Прыжки на одной ноге (правой и левой ноге поочередно)(попытки).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.49
36	14.01. 2025г.		Бросание мал.мяча, ползание, прыжки.	Закреплять культурно- гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча в парах с педагогом.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки на месте в сочетании с хлопками над головой; - Лазание по лесенке-дуге; - Ловля мяча, брошенного воспитателем.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.50

37	16.01. 2025г.		Прыжки, ползание, бросание.	Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в п/играх.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Бросание малого мяча; - Ползание на четвереньках по гимнастической доске; - Прыжки с продвижением вперед до заданного ориентира (из обруча в обруч).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.51
38	20.01. 2025г.		Прыжки, лазание, метание.	Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в п/играх..Ползание на четверенькахна расстояние 4-5-6 м до кегли,бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах, напоминать о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через гимнастическую палку, лежащую на полу; - Ползание на четвереньках по доске (расстояние 3м) с захватом впереди стоящей игрушки; - Бросание малого мяча в даль правой и левой рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.52

39	21.01. 2025г.		Прыжки на месте, метание, ползание.	Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону) Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки на одной ноге поочередно (попытки); - Лазание по гимнастической лестнице; - Метание на дальность.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.52

40	23.01. 2025г.		Подпрыгивание, лазание, метание	Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске, Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в п/играх.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки на месте в сочетании с различными движениями рук (хлопать в ладоши перед собой, за спиной); - Метание малого мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой; - Ползание на четвереньках по доске (3м) с захватом впереди стоящей игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.53
41	27.01. 2025г.		Прыжки, лазание, бросание мал мяча	Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в п/играх.,развития и укрепления мышц плечевого пояса отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Подпрыгивание на одной ноге (правой левой); - Лазание по гимнастической лестнице; - Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.54

42	28.01. 2025г.		Прыжки на месте, метание, ползание.	Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону) Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки с продвижением вперед до заданного ориентира; - Лазание по гимнастической лестнице; - Бросание малого мяча вдаль правой и левой рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.55

43	30.01. 2025г.		Подпрыгивание, лазание, метание	Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в п/играх.. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки на месте в сочетании с различными движениями рук (хлопать в ладоши перед собой, за спиной); - Метание малого мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой; - Ползание на четвереньках по доске (3м) с захватом впереди стоящей игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.55
44	03.02. 2025г.		Прыжки на месте, метание, ползание.	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. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя,	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Подпрыгивание на одной ноге (правой левой); - Лазание по гимнастической лестнице; - Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.56

				в движении, при выполнении упражнений в равновесии.		
45	04.02. 2025г.		Ловля мяча, ползание, прыжки	Ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом, перепрыгивание через веревку, подлезание под дугу, не касаясь руками пола; прокатывание мяча в воротца, формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	Формировать у детей потребность в двигательной активности, приучать действовать совместно. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, а также в движении. - Прыжки на месте в сочетании с различными движениями рук (хлопать в ладоши перед собой, за спиной); - Метание малого мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой; - Ползание на четвереньках по доске (3м) с захватом впереди стоящей игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.55



46	06.02. 2025г.		Подлезание, прыжки, ловля мяча.	Предложить детям следующие строевые упражнения, перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием. прыжки на двух и на одной ноге; через 2 линии (расстояние 25-30 см), Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.	Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. - Ловля мяча, брошенного воспитателем; - Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке; - Прыжки через четыре-шесть линий (поочередно через каждую).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.56

47	10.02. 2025г.		Ползание, Бросание, прыжки.	Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в п/играх, развития и укрепления мышц плечевого пояса отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);	Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. - Подлезание под дуги, не касаясь руками пола; - Прыжки через веревки, лежащие на полу. - Ловля мяча, брошенного воспитателем.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.57
48	11.02. 2025г.		Ползание, прыжки, ловля.	Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону) Развивать самостоятельность и творчество при выполнении	Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. - Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке; - Бросание мяча вверх, вниз, об(землю), его ловля.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.58

				физ.упр, в п. и.	- Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно) (попытки).	
49	13.02. 2025г.		Прыжки, лазание, метание.	<p>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.</p> <p>Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.</p> <p>Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p>- Ползание на четвереньках по гимнастической доске с захватом впереди;</p> <p>- Прыжки на двух ногах с продвижением из обруча в обруч;</p> <p>- Ловля мяча, брошенного воспитателем.</p>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.58

50	17.02. 2025г.		Бросание, прыжки, ползание.	Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча в парах с педагогом, влезание на лесенку-стремянку	Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. - Прыжки на одной ноге поочередно; - Лазание по лесенке; - Метание малого мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.59
51	18.02. 2025г.		Подлезание, прыжки, ловля мяча.	Включить в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом. Бросание мяча вверх, вниз, об пол, его ловля; - Прыжки через четыре - шесть линий (поочередно через каждую).	Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. - Бросание мяча вверх, вниз, об пол, его ловля; - Прыжки через четыре - шесть линий (поочередно через	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.60

					каждую); - Ползание на четвереньках по гимнастической доске с захватом впереди стоящей игрушки.	
52	20.02. 2024г.		Проползание, прыжки, ловля мяча.	Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; Прыжки из обруча в обруч; - Подлезание под веревку , не касаясь руками пола.	Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. - Подлезание под веревкой, натянутой над полом, не касаясь руками пола; - Прыжки через веревки, лежащие на полу. - Ловля мяча, брошенного воспитателем.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.61

53	24.02. 25.02.  2025г.		Перелезание, метание, прыжки.	<p>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание и опускание ног из положения лежа; прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади.</p> <p>Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.</p>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.</p> <p>Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проползание на четвереньках, на животе в заданном направлении;</li> <li>- Прыжки через четыре-шесть линий (поочередно через каждую).</li> <li>- Ловля мяча, брошенного воспитателем.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.62
----	--------------------------------	--	----------------------------------	---	--	---

54	27.02. 2025г.		Прыжки, пролезание, отбивание.	Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; подбрасывание мяча вверх и ловля его, метание вдаль. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Перелезание через гимнастическое бревно; - Метание в горизонтальную цель малого мяча двумя руками от груди; - Прыжки в длину с места.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.64
55	03.03. 04.03. 2025г.		Прыжки, перелезание. Метание.	Обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки в длину с места через две линии; - Пролезание в вертикально стоящий обруч; - Отбивание мяча об пол одной рукой (попытки).	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.64

56	06.03. 10.03. 2025г.		Прыжки, пролезание, отбивание.	Бег со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди.	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки в длину с места; - Перелезание через гимнастическое бревно; - Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.65
57	11.03. 13.03. 2025г.		Перелезание, пролезание, отбивание.	Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; Прыжки из обруча в обруч; - Подлезание под веревку , не касаясь руками пола.	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки в длину с места; - Пролезание в вертикально стоящий обруч с захватом; - Отбивание мяча об пол одной рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.66



58	17.03. 18.03. 2025г.		Прыжки, отбивание, пролезание.	<p>Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках под веревкой. Формировать первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p>	<p>Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перелезание через гимнастическое бревно;</li> <li>- Прыжки в длину;</li> <li>- Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.66
----	----------------------------	--	--------------------------------------	---	---	---

59	20.03. 2025г.		Прыжки, перелезание, метание	Поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; Катание на санках, лыжах, велосипеде, метание вдаль; прыжки по прямой; через 4-6 параллельных линий.	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки в длину с места через две линии; - Отбивание мяча об пол рукой; - Пролезание в два вертикально стоящих обруча с захватом игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.67
60	24.03. 25.03. 2025г.		Прыжки, пролезание, метание.	Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках под веревкой. Формировать первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки с места; - Перелезание через гимнастическое бревно; - Метание малого мяча.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.67

				соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).		
61	27.03. 31.03 2025г.		Отбивание мяча, лазание, прыжки.	Обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей. - Прыжки в длину с места; - Пролезание вертикально стоящий обруч с захватом впереди; - Метание малого мяча в горизонтальную цель.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.69

62	01.04. 03.04. 2025г.		Бросание, прыжки, лазание.	Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча в парах с педагогом, влезание на лесенку-стремянку	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Отбивание мяча об пол одной рукой (правой и левой поочередно) попытки; - Лазание по гимнастической стенке; - Прыжки через предметы (три-четыре кубика, лежащих на полу) с продвижением вперед	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.70
63	07.04. 08.04 2025г.		Отбивание, прыжки, перелезание.	Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону) Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физ.упр, в п. и.	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Бросание малого мяча из-за головы; - Прыжки через предметы (три-четыре кубика, лежащих на полу) с захватом впереди стоящей игрушки; - Лазание по гимнастической	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.71

					стенке.	
64	10.04. 2025г.		Прыжки, лазание, бросане.	<p>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.</p> <p>Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p>	<p>Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча об пол одной рукой (правой и левой рукой поочередно) (потытки);</li> <li>- Прыжки с высоты;</li> <li>- Перелезание через гимнастическое бревно произвольным способом.</li> </ul>	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.72

65	14.04. 15.04. 2025г.		Бросание, пролезание, прыжки.	Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках под веревкой. Формировать первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки через предметы (игрушки лежащие на полу; - Лазание по гимнастической стенке; - Бросание малого мяча из-за головы правой левой рукой.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.72
----	----------------------------	--	-------------------------------------	--	--	---

66	17.04. 21.04.  2025г.		Прыжки, бросание, пролезание.	Приобщать детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Бросание среднего мяча из-за головы правой и левой рукой; - Пролезание в обруч с захватом впереди стоящей игрушки; - Прыжки с высоты.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.73
67	22.04. 24.04.  2025г.		Прыжки, лазание, бросание.	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. 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.	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки через предметы (три-четыре кубика, лежащих на полу) с захватом впереди стоящей игрушки; - Бросание среднего мяча из-за головы правой левой рукой поочередно; - Пролезание в обруч с захватом впереди стоящей игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.73

68	28.04. 29.04.  2025г.		Прыжки, бросание, пролезание.	Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; прыжки на двух ногах; продвигаясь вперед на 2-3 м; ползание на четвереньках под веревкой. Формировать первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки через предметы (три-четыре кубика, лежащих на полу) с захватом впереди стоящей игрушки; - Бросание среднего мяча из-за головы правой левой рукой поочередно; - Пролезание в обруч с захватом впереди стоящей игрушки.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.74
----	--------------------------------	--	-------------------------------------	--	---	---



69	05.05. 06.05. 2025г.		Бросание, прыжки, лазание.	Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания, бросание и ловля мяча в парах с педагогом, влезание на лесенку-стремянку	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки через предметы; - Бросание среднего мяча из-за головы правой и левой рукой, обеими руками; - Пролезание в обруч.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.75
70	12.05. 13.05. 2025г.		Прыжки, метание, перелезание.	Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.	Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Обеспечивать закаливание организма детей. - Бросание малого мяча из-за головы; - Прыжки через предметы (три-четыре кубика, лежащих на полу) с захватом впереди стоящей игрушки; - Лазание по гимнастической стенке.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.76

71	15.05. 2025г.		Метание, прыжки. Пролезание.	Обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др. Приучать выполнять правила в игровых упражнениях. Воспитывать интерес к физическим упражнениям. - Прыжки в длину с места; - Метание малого мяча в вертикальную цель правой рукой; - Перелезание через бревно.	Л.И. Пензулаева примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Стр.77
72	19.05.- 30.05.  2025г.		Диагностическое обследование			

# Календарно-тематическое планирование

## Старшая группа

№п/п	Дата	По факту	Тема	Дидактические единицы	Содержание	Литература
1	02.09.- 13.09. 2024г.		Диагностическое обследование			
2	16.09. 2024г.		Ползание, прыжки, прокатывание, П.и.«Мышеловка».  (На свежем воздухе).	Совершенствовать двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий, ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), Учить элементам спортивных игр, играм с элементами	Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями. - Ползание на четвереньках змейкой между двумя предметами в чередовании с бегом; - Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза 30 прыжков) в чередовании с переползанием через предметы; - прокатывание набивных мячей; - игровое упражнение	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.26

				соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	«Мышеловка».	
3	17.09. 18.09. 2024г.		Прокатывание, прыжки, ползание, п/и «Ловишки».	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, прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), Кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). стремление к преодолению трудностей; развивать творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование	Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями. - Прокатывание набивных мячей; - прыжки - одна нога вперед, другая назад на месте в чередовании с ходьбой; - Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом; - Игровое упражнение «Ловишки».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.27

				движений). Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.		
4	23.09. 24.09. 2024г.		Ползание, прокатывание, прыжки, п/и «Мышеловка». ( На свежем воздухе)	Обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона, Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью. упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно), ; ползание на четвереньках по скамейке назад; прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя перепрыгивание через скакалку с одной ноги	Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями. - Ползание на четвереньках змейкой между предметами; - Прокатывание набивных мячей; - Прыжки на двух ногах на месте; - Игровое упражнение «Мышеловка».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.28

				на другую с места, шагом и бегом; его рукой (правой и левой); Способствовать формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.		
5	25.09. 30.09 2024г.		Ползание, прыжки, бросание, п/и « Охотники и зайцы». (На свежем воздухе).	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения , ползание на четвереньках, «змейкой» между кеглями перебрасывание мяча из одной руки в другую; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); упражнения в равновесии ходьба приставляя пятку одной ноги к носку другой; Кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности	Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. -Ползание на четвереньках с переползанием через препятствия; - Прыжки разными способами (ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед - другая назад); - Бросание мяча вверх, об пол и ловля двумя руками;	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.30

				Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	- Игровое упражнение «Охотники и зайцы».	
6	01.10. 2024г.		Прыжки, ползание, бросание, п/и «С кочки на кочку».	<p>Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Катание на двухколесном велосипеде, с поворотами направо и налево. продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; прыжки ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; ; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; бросание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед;</li> <li>- Ползание на четвереньках с переползанием через небольшие препятствия;</li> <li>- Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой через небольшие препятствия;</li> <li>- Игровое упражнение «С кочку на кочку».</li> </ul>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.30

				разных построениях. поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве.		
7	02.10.2024г.		Бросание, прыжки, ползание, п/и «Охотники и зайцы».	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить перестроению в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из	Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Бросание мяча вверх, об пол и ловля его двумя руками; - Прыжки разными способами (ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед – другая назад) на месте и продвигаясь	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.31



				<p>кружка в кружок;; ;</p> <p>переползание через несколько предметов подряд,</p> <p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p>	<p>вперед;</p> <p>- Ползая на четвереньках с переползанием через препятствие;</p> <p>- Игровое упражнение «Охотники и зайцы».</p>	
8	07.10.2024г.		<p>Ползание, прыжки, бросание, п/и«Ловишки».</p> <p>(На свежем воздухе).</p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.</p> <p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.</p> <p>Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>- Ползание на четвереньках, толкая головой мяч;</p> <p>- Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед;</p> <p>- Бросание мяча об пол и ловля его одной рукой ) правой и левой поочередно).</p> <p>- Игровое упражнение «Ловишки».</p>	<p>С.Ю.Федорова.</p> <p>Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.32</p>

				Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.		
9	08.10. 09.10. 2024г.		Прыжки, ползание, бросание, и.у. «С кочки на кочку».  (На свежем воздухе).	Поощрять проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями прыжки на одной ноге, перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места,	Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Прыжки на двух ногах. Продвигаясь вперед в соответствии с ритмом; - Ползание на четвереньках, толкая головой мяч; - Бросание мяча об пол и ловля одной рукой (правой левой поочередно); - Игровое упражнение «С кочку на кочку»).	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.32

				забрасывание его в баскетбольную корзину; продолжать обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.		
10	14.10. 2024г.		Бросание, ползание, прыжки, и.у. «Мышеловка».  (На свежем воздухе).	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками; - Ползание на четвереньках, толкая головой мяч, змейкой между предметами в чередовании с бегом; - Игровое упражнение «Мышеловка».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.33

11	15.10. 2024г.		Прыжки, бросание, ползание, и.у. «Охотники и зайцы».	<p>Укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; уточнять, расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; прыжки продвигаясь вперед через начерченные линии, Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом. упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево;</p> <p>- Игровое упражнение: «Охотники и зайцы</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>- Прыжки разными способами (ноги скрестно-ноги врозь, одна нога вперед- другая назад) на месте и с небольшим продвижением вперед;</p> <p>- Бросание мяча вверх, об пол ловля двумя руками;</p> <p>- Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом.</p> <p>- Игровое упражнение: «Охотники и зайцы.</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.34
----	---------------	--	--	--	---	--

12	16.10. 2024г.		<p>Прыжки, бросание, ползание, и.у. «Мышеловка».</p> <p>(На свежем воздухе).</p>	<p>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. упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя;</p> <p>Кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки разными способами (ноги скрестно- ноги врозь, одна нога вперед- другая назад) на месте и продвигаясь вперед;</li> <li>- Бросание мяча вверх и его ловля двумя руками;</li> <li>- Ползание на четвереньках, толкая головой мяч;</li> <li>- Игровое упражнение: «Мышеловка».</li> </ul>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.35</p>
----	---------------	--	--	--	--	---

				зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей. Городки: бросание биты сбоку.		
13	21.10.2024г.		Бросание, ползание, прыжки, и.у. «Охотники и зайцы».  (На свежем воздухе).	Укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; уточнять, расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; прыжки продвигаясь вперед через начерченные линии, Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом. упражнения для	Продолжать развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками; - Ползание на четвереньках, толкая головой мяч, змейкой между предметами в чередовании с бегом; - прыжки разными способами, ноги врозь, вместе, скрестно; - Игровое упражнение:	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.36

				<p>развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево;</p> <p>- Игровое упражнение: «Охотники и зайцы»</p>	«Охотники и зайцы».	
14	22.10. 2024г.		Ползание, прыжки, бросание, и.у. «Встречные перебежки».	<p>Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности.</p> <p>- Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечье и калении;</p> <p>- Прыжки на двух ногах на месте (по 10 прыжков подряд) в чередовании с бегом;</p> <p>- Бросание мяча об пол и ловля одной рукой (правой, левой поочередно);</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.36

				<p>команде; формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствовать формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), 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 Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	- Игровое упражнение: «Встречные перебежки».	
15	23.10. 2024г.		Прыжки, ползание, бросание, п.и. «Сбей кеглю».	Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Продолжать формировать правильную	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6



				<p>осанку; умение осознанно выполнять движения.</p> <p>прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;</p> <p>прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега, упражнения в равновесии: ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны;</p> <p>Бросание мяча об пол и ловля одной рукой (правой, левой поочередно);</p> <p>поддерживает стремление детей выполнять упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе.</p> <p>Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p>	<p>у детей потребность в двигательной активности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием через предметы;</li> <li>- Ползание на четвереньках, толкая головой мяч;</li> <li>- Бросание мяча об пол и ловля одной рукой (правой, левой поочередно);</li> <li>- Игровое упражнение: «Сбей кеглю».</li> </ul>	лет. Стр.37
--	--	--	--	--	--	-------------

				.		
16	28.10. 2024г.		Ползание, прыжки, бросание, п.и.. «Попади в обруч».  (На свежем воздухе).	Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствовать формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони,	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности. - Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечие и колени; - Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте; - Бросание мяча вверх и ловля его с хлопком; - Игровое упражнение: «Попади в обруч».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.38

				<p>предплечья и колени), 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 Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место</p>		
17	29.10. 2024г.		Прыжки, бросание, п.и. «Встречные перебежки».	<p>Поощрять проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Ползание на четвереньках по прямой,</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности. - Прыжки на одной ноге (правой и левой) с продвижением вперед; - Ползание на четвереньках с переползанием через небольшие препятствия; - Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками; - Игровое упражнение: «Встречные перебежки».</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.39

				толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями прыжки на одной ноге, перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, забрасывание его в баскетбольную корзину; продолжать обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.		
18	30.10. 2024г.		Ползание, прыжки, бросание мяча, п.и. «С кочки на кочку».	Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; совершенствовать двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Ползание на	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности. - Ползание по гимнастической скамейке, на коленях; - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед в соответствии с ритмом звучащей музыки, - Игровое упражнение «С кочки на кочку».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.40

				<p>четвереньках по скамейке назад; ); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами, метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); продолжать обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.</p>		
19	02.11. 2024г.		<p>Бросание, ползание, прыжки, п.и. «Не оставайся на полу». (На свежем воздухе).</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Поддерживать стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). упражнения для развития и</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками;</li> <li>- Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени;</li> <li>- Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте с</li> </ul>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.41</p>

				<p>укрепления мышц ног и брюшного пресса захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место. Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечьях и колени;</p> <p>- Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте с продвижением вперед;</p> <p>- Игровое упражнение: «Не оставайся на полу».</p>	<p>продвижением вперед;</p> <p>- Игровое упражнение: «Не оставайся на полу».</p>	
20	05.11. 2024г.		<p>Прыжки, бросание, и.у. «Бездомный заяц».</p> <p>(На свежем воздухе).</p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.</p> <p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.</p> <p>Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры.</p> <p>Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности.</p> <p>- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</p> <p>- Бросание мяча об пол и ловля одной рукой (правой, левой поочередно);</p> <p>- Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени;</p>	<p>С.Ю.Федорова.</p> <p>Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.42</p>

				<p>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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>- Игровое упражнение: «Бездомный заяц».</p>	
21	06.11. 2024г.		<p>Прыжки, бросание, ползание, и.у. «Встречные перебежки».</p>	<p>Поощрять проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</li> <li>- Бросание мяча об пол и ловля его одной рукой;</li> <li>- Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на колени;</li> <li>- Игровое упражнение: «Встречные перебежки».</li> </ul>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.43</p>

				<p>навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями прыжки на одной ноге, перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, забрасывание его в баскетбольную корзину; продолжать обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности</p>		
22	11.11. 2024г.		<p>Прыжки, бросание, ползание, п.и. «Бездомный заяц».</p> <p>(На свежем воздухе).</p>	<p>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. Поддерживать инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений, метание в цель</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бросание мяча об пол и ловля одной рукой (правой, левой поочередно);</li> <li>- Ползание по гимнастической</li> </ul>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.43</p>



				<p>одной и двумя руками снизу и из-за головы;  подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза;  ползание на четвереньках по скамейке назад. оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.</p>	<p>скамейке, опираясь на предплечья и колени;  - Игровое упражнение «Бездомный заяц».</p>	
23	12.11. 13.11. 2024г.		<p>Прыжки, бросание, и.у. «Встречные перебежки».  (На свежем воздухе).</p>	<p>Поощрять проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Совершенствовать умение прыгать в длину. Формировать у детей потребность в двигательной активности.  - Прыжки на двух ногах с продвижением вперед;  - Бросание мяча об пол и ловля его одной рукой;  - Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на колени;  - Игровое упражнение: «Встречные перебежки».</p>	<p>С.Ю.Федорова.  Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.44</p>

				поведения в двигательной деятельности. Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями прыжки на одной ноге, перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, забрасывание его в баскетбольную корзину; продолжать обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.		
24	18.11. 2024г.		Перебрасывание, прыжки, ползание, п.и.. « Бездомный заяц».  (На свежем воздухе).	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить	Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую; - Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно) с	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.45

				<p>элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>продвижением вперед;</p> <p>- Игровое упражнение «Бездомный заяц».</p>	
25	19.11. 2024г.		<p>Прыжки, перебрасывание, и.у. «Охотники и зайцы».</p>	<p>Уточнять, расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. ;</p> <p>перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;</p> <p>Прыжки продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; поддерживает инициативу, самостоятельность и</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.</p> <p>Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.</p> <p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>- Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно) с продвижением вперед;</p> <p>- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</p> <p>- Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую;</p> <p>- Игровое упражнение «Охотники и зайцы».</p>	<p>С.Ю.Федорова.</p> <p>Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.46</p>

				поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе.		
26	20.11. 2024г.		Перебрасывание, ползание, прыжки, и. у. «Бездомный заяц».	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым	Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую в чередовании; - Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, в чередовании с ходьбой на четвереньках, опираясь на	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.47

				готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	стопы и ладони; - Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно); - Игровое упражнение «Бездомный заяц».	
27	25.11. 2024г.		Переползание, прыжки, перебрасывание, п.и. «Хитрая лиса». (На свежем воздухе).	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.	Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Переползание через несколько предметов подряд; - Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно), продвигаясь вперед; - Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую; - Игровое упражнение «Хитрая лиса».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.48
28	26.11.		Прыжки, перелезание,	Расширять представления о	Продолжать развивать	С.Ю.Федорова.

	27.11. 2024г.		перебрасывание, и.у. «С кочку на кочку».	здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; совершенствовать двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Ползание на четвереньках по скамейке назад; ); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами, метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); продолжать обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и	быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы; - Перелезание через несколько предметов подряд, поочередно через каждый ; - Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений; - Игровое упражнение «С кочку на кочку».	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.49
--	---------------	--	--	--	---	--

				повседневной деятельности.		
29	02.12. 2024г.		Перебрасывание, прыжки, и.у. «Хитрая лиса». (На свежем воздухе).	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.	Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Ползание по гимнастической скамейке на животе; - Перебрасывание мяча друг другу с отскоком от земли из исходного положения стоя в две колонны лицом друг другу; - Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы; - Игровое упражнение: «Хитрая лиса».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.50
30	03.12. 2024г.		Ползание, прыжки, перебрасывание, и.у. «Бездомный заяц».	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.	Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6

				<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, в чередовании с пролезанием в большой обруч в наклоне, руки на пояс;</li> <li>- Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно), с продвижением вперед;</li> <li>- Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую.</li> <li>- Игровое упражнение «Бездомный заяц».</li> </ul>	лет. Стр.51
31	04.12.2024г.		Прыжки, перебрасывание, ползание, и.у. «Бездомный заяц».	<p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.52



				<p>правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>эстафетам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки на одной ноге.</li> <li>- Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую;</li> <li>- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>- Игровое упражнение «Бездомный заяц».</li> </ul>	
32	09.12. 2024г.		<p>Перебрасывание, прыжки, и.у. «Хитрая лиса».</p> <p>(На свежем воздухе).</p>	<p>Поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками</p> <p>перебрасывание мяча из одной руки в другую; ; прыжки в длину с разбега; сжимание и разжимание кистей; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ползание по гимнастической скамейке на животе;</li> <li>- Перебрасывание мяча друг другу с отскоком от земли из исходного положения стоя в две колонны лицом друг другу;</li> </ul>	<p>С.Ю.Федорова.</p> <p>Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.53</p>

				продолжать обучение строевым упражнениям; расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары. поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.	- Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы; - Игровое упражнение «Хитрая лиса».	
33	10.12. 2024г.		Ползание, прыжки, перебрасывание, и.у. «Бездомный заяц».	Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить элементам спортивных игр,	Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. - Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, в чередовании с пролезанием в	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.54

				<p>играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>большой обруч в наклоне, руки на пояс;</p> <p>- Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно), с продвижением вперед;</p> <p>- Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую.</p> <p>- Игровое упражнение: «Бездомный заяц».</p>	
34	11.12. 2024г.		<p>Ползание, прыжки, перебрасывание, и.у. «Бездомный заяц».</p>	<p>Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической</p>	<p>Продолжать развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Закреплять умение бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, в чередовании с пролезанием в большой обруч в наклоне, руки на пояс;</p> <p>- Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно), с продвижением вперед;</p> <p>- Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую.</p> <p>- Игровое упражнение</p>	<p>С.Ю.Федорова.</p> <p>Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.54</p>

				гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.	«Бездомный заяц».	
35	16.12. 2024г.		Прыжки, перелезание, и.у. «Мы веселые ребята».  ( На свежем воздухе)	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы отталкиваясь одной ногой. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоты с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы; - Перебрасывание мяча друг другу от груди; - Перелезание через несколько предметов подряд; - Игровое упражнение «Мы веселые ребята».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.55

36	17.12. 2024г.		Пролезание, прыжки, перебрасывание, и.у. «Охотники и зайцы».	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоты с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Пролезание в обруч разными способами; - Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы; - Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений; - Игровое упражнение «Охотники и зайцы».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.55
37	18.12. 2024г.		Перелезание, перебрасывание, прыжки, и.у. «Мы веселые ребята».	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоты с	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.56

				<p>длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы отталкиваясь одной ногой.</p> <p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p>	<p>разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Перелезание через несколько предметов подряд, чередуя с проползанием;</li> <li>- Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя на одной ноге (правой и левой поочередно);</li> <li>- Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы;</li> <li>- Игровое упражнение «Мы веселые ребята».</li> </ul>	
38	23.12. 2024г.		<p>Прыжки, пролезание, бросание, и.у. «Охотники и зайцы».</p> <p>( На свежем воздухе)</p>	<p>Обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона. Прыжки на мягкое покрытие;</p> <p>Пролезание в обруч разными способами;</p> <p>Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м);</p>	<p>Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоты с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования,</p>	<p>С.Ю.Федорова.</p> <p>Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.56</p>

				скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево, оценивать качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность	играми-эстафетами. - Прыжки на мягкое покрытие; - Пролезание в обруч разными способами; - Бросание мяча об пол, ловля его двумя руками (5-7 раз подряд); - Игровое упражнение: «Охотники и зайцы».	
39	24.12.2024г.		Пролезание, прыжки, перебрасывание, и.у. «Сделай меньше прыжков».	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы отталкиваясь одной ногой. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоты с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Пролезание в обруч боком (правым и левым поочередно); - Прыжки на мягкое покрытие; - Перебрасывание мяча различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола); - Игровое упражнение	С.Ю.Федорова. Примерны планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.55

					«Сделай меньше прыжков».	
40	25.12. 2024г.		Перебрасывание, перелезание. Прыжки на двух ногах, и.у. «Два мороза».	Обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона. Прыжки на мягкое покрытие; Пролезание в обруч разными способами; Ходьба на лыжах:, «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения оценивать качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Перебрасывание мяча друг дугу с отскоком от земли из исходного положения стоя в две колонны лицом друг к другу; - Перелезание через несколько предметов подряд, чередуя с пролезанием через обруч спиной подряд, - Прыжки на двух ногах на месте (по 10 прыжков подряд) в чередовании с перешагиванием через предметы; - Игровое упражнение «Два мороза».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.57
41	09.01.		и.у «Веселые	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.	Продолжать совершенствовать физические качества в	С.Ю.Федорова. Примерные планы



	2024г.		соревнования».	Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы отталкиваясь одной ногой. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	разнообразных формах двигательной деятельности. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Игровое упражнение: «Веселые соревнования».	физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.57
42	13.01 2025г		Прыжки, перебрасывание, перелезание, и.у. «Охотники и зайцы». (На свежем воздухе).	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоты с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Прыжки на мягкое покрытие; - Перебрасывание мяча различными способами (снизу из-за головы, от груди, с отскоком от пола); - Перелезание через несколько предметов подряд; - Игровое упражнение «Охотники и зайцы».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.58

				упражнений (ритмической гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.		
43	14.01 2025г.		Перелезание, перебрасывание, прыжки, и.у. «Мы веселые ребята».	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.	Продолжать совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Совершенствовать умение прыгать в длину, с высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Перелезание через несколько предметов подряд, чередуя с проползанием; - Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя на одной ноге (правой и левой поочередно); - Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы; - Игровое упражнение «Мы веселые ребята».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.58
44	15.01.		и.у. «Мы веселые	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.	Продолжать совершенствовать физические качества в	С.Ю.Федорова. Примерные планы

	2024г.		ребята».	Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	разнообразных формах двигательной деятельности.. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, играми элементами соревнования, играми-эстафетами. - Игровое упражнение: «Мы веселые ребята».	физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.59
45	20.01. 2025г.		Отбивание, прыжки, пролезание. П.и. «Охотники и зайцы». ( На свежем воздухе)	Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты, уточнять, расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образ жизни; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; проползание под скамейкой; бег между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; поощрять соблюдение правил,	Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими качествами упражнениями. - Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед; - Прыжки с высоты в обозначенное место; - Пролезание в обруч на четвереньках, с чередованием с ходьбой;	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.59

				помогать быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.	- Игровое упражнение «Охотники и зайцы».	
46	21.01. 2025г.		Перебрасывание, пролезание, прыжки, и.у. «Мы веселые ребята».	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. 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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими качествами упражнениями. - Перебрасывание мяча различными способами; - Пролезание в обруч разными способами; - Прыжки на мягкое покрытие; - Игровое упражнение «Мы веселые ребята».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.60

47	22.01. 2025г.		и.у. «Охотники и зайцы».  ( На воздехе)	Поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх.	Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. - Игровое упражнение: «Охотники и зайцы».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.61
48	27.01. 2024г.		Лазание.прыжки, перебрасывание, и.у. «Мы веселые ребята»  (На свежем воздухе)	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. 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.	Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими качествами упражнениями.	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.61

				<p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Лазание по гимнастической стенке приставным шагом;</li> <li>- Прыжки на мягкое покрытие;</li> <li>- Перебрасывание мяча различными способами (снизу, от груди, из-за головы, от пола);</li> <li>- Игровое упражнение «Мы веселые ребята».</li> </ul>	
49	28.01. 29.01. 2025г.		Прыжки, пролезание, отбивание, и.у. «Два мороза».	<p>Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты, уточнять, расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образ жизни; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; проползание под скамейкой; бег между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; поощрять соблюдение правил, помогать быстро</p>	<p>Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими качествами упражнениями.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки с высоты в обозначенное место;</li> <li>- Пролезание в обруч, боком поочередно;</li> <li>- Отбивание мяча о землю на месте с продвижением вперед в чередовании с бросанием мяча вверх и его ловлей с</li> </ul>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.62

				ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.	поворотом вокруг оси своего тела; - Игровое упражнение «Два мороза».	
50	03.02. 2025г.		и.у. «Удочка». ( На свежем воздухе)	Поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх.	Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. - Игровое упражнение «Удочка».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.63
51	04.02. 05.02. 2025г.		Отбивание, прыжки.пролезание, и.у. «Веселые соревнования»	Расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинать формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет	Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.63

				<p>средствами физического воспитания; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; проползание под скамейкой; Прыжки с высоты в обозначенное место; ; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх</p>	<p>Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими качествами упражнениями.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча о землю с продвижением вперед шагом;</li> <li>- Прыжки с высоты в обозначенное место;</li> <li>- Пролезание в обруч разными способами;</li> <li>- игровое упражнение: «Веселые соревнования».</li> </ul>	
52	10.02. 2025г.		<p>Отбивание, лазание, прыжки, и.у. «Удочка».</p> <p>(На свежем воздухе)</p>	<p>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. 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</p>	<p>Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Продолжать проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух,</p>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.64</p>



				<p>одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>солнце, вода) в сочетании с физическими качествами упражнениями.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отбивание мяча на месте с продвижением шагом вперед;</li> <li>- Лазание по гимнастической стенке приставным шагом;</li> <li>- Прыжки с высоты в обозначенное место в чередовании с перешагиванием через предметы;</li> <li>- Игровое упражнение «Удочка».</li> </ul>	
53	11.02. 12.02. 2025г.		П.и. «Два мороза».	<p>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. 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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-</p>	<p>Развивать самостоятельность, творческие способности. Формировать выразительность и грациозность движений. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. - Игровое упражнение «Два мороза».</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.64

				эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.		
54	17.02. 2025г.		Прыжки, прокатывание, лазание, и.у. «Веселые соревнования».  (На свежем воздухе)	Расширять и закреплять представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, укреплять опорно- двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; проползание под скамейкой; Прыжки с высоты в обозначенное место; ; воспитывает и поддерживает проявление нравственно- волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей;	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма. - Прыжки в длину с места; - Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов (кеглей); - Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; - Игровое упражнение «Веселые соревнования».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.65

				развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх.		
55	18.02. 2025г.		. Бег в разных направлениях и.у. «попади в обруч».	Бег в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный и в разных направлениях. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. - Игровое упражнение «Попади в обруч.	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.66
56	19.02. 2025г.		Лазание, прокатывание, прыжки, и.у. «Мышеловка».	Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности. упражнения в равновесии, ; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; проползание под скамейкой; Прыжки с высоты в обозначенное место; обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки,	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма. - Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; - Прокатывание набивных мячей в заданном направлении; - Прыжки в длину с места; - Игровое упражнение «Мышеловка».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.66

				инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.		
57	24.02. 2025г.		Прыжки, лазание, прокатывание, и.у. «Мы веселые ребята».  (На свежем воздухе)	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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма. - Прыжки в длину с разбега; - Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; - Прокатывание набивных мячей; - Игровое упражнение «Мы веселые ребята».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.67
58	25.02. 2025г.		метание, п.и. «Школа мяча».	Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Катание на санках: по прямой, со	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Метание снежка на дальность;	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.68

				<p>скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>- Игровое упражнение «Школа мяча».</p>	
59	26.02. 2025г.		<p>Перелезание, метание, прыжки, и.у. «Мышеловка».</p>	<p>Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; Прыжки в длину с места;</p>	<p>Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма. - Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; - Прыжки в длину с места; - Игровое упражнение «Мышеловка».</p>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.69</p>

				обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.		
60	03.03. 04.03. 2025г.		Прокатывание, прыжки, лазание, п.и. «Школа мяча». (На свежем воздухе).	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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма. - Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов (кеглей); - Прыжки в длину с места; - Лазание по гимнастической стенке со страховкой воспитателя; - Игровое упражнение «Мышеловка».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.70
61	05.03. 2025г.		п.и. «Лазание».	Поддерживать инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых	Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6

				<p>общеразвивающих упражнений. , стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствовать формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p>	<p>опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма. Игровое упражнение «Мышеловка»</p>	лет. Стр.71
62	10.03. 11.03. 2025г.		<p>Прыжки, «Мышеловка».  (На свежем воздухе)</p>	<p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Способствовать закаливанию организма. - Прыжки в длину с места; - Игровое упражнение «Мышеловка»</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.72
63	12.03. 17.03 2025г.		<p>Прокатывание, прыжки, лазание, п.и. «Школа мяча  (На свежем воздухе)</p>	<p>Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и</p>	<p>Продолжать совершенствовать двигательные навыки умения детей. Закреплять умение легко ходить, бегать, энергично отталкиваться от опоры; бегать наперегонки, с</p>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.73

				<p>приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место</p>	<p>преодолением препятствий. Способствовать закаливанию организма.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов (кеглей);</li> <li>- Прыжки в длину с места;</li> <li>- Лазание по гимнастической стенке со страховкой воспитателя;</li> <li>- Игровое упражнение «Мышеловка».</li> <li>.</li> </ul>	
64	18.03. 19.03. 2025г.		Метание, прыжки, лазание, и.у. «Караси и щука».	<p>Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой;</p>	<p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Метание малого мяча на дальность;</li> <li>- Прыжки в длину, в высоту с разбега;</li> <li>- Лазание по гимнастической стенке;</li> <li>- Игровое упражнение «Караси и щука».</li> </ul>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.74



				<p>- Метание малого мяча на дальность; Прыжки в длину с места; обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.</p>		
65	24.03. 2025г.		<p>Прыжки, перелезание, метание, и.у. «Бездомный заяц». (На свежем воздухе)</p>	<p>Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; Прыжки в длину с места;</p>	<p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад; - Перелезая с одного пролета гимнастической стенки на другой; - Метание малого мяча на дальность; - Игровое упражнение «Бездомный заяц».</p>	<p>С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.75</p>

				обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.		
66	25.03. 2025г.		Прыжки, метание, лазание, п.и. «Мышеловка».	Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности. упражнения в равновесии, ; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; проползание под скамейкой; Прыжки с высоты в обозначенное место; обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки в длину, в высоту с разбега; - Метание малого мяча на дальность; - Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; - Игровое упражнение «Мышеловка».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.76
67	26.03. 2025г.		Перелезание, прыжки, метание, и.у. «Караси	Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных

			и щука	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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей. - Перелазание с одного пролета стенки на другой, - прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад; - Метание малого мяча в горизонтальную цель; - Игровое упражнение «Караси и щука».	занятий с детьми 5-6 лет. Стр.76
68	01.04. 02.04. 2025г.		Лазание, прыжки, метание, и.у. «Бездомный заяц».	Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. 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. Отталкиваясь одной ногой (правой и левой). продолжать обучение детей строевым упражнениям; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей. - Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; - Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед; - Метание малого мяча в горизонтальную цель, - Игровое упражнение «Бездомный заяц».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.77

				стороны; пере ползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле, музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) включить в содержание физкультурных занятий.		
69	07.04. 2025г.		Прыжки, перелезание, метание, и.у. «Встречные перебежки (На свежем воздухе)	Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; Прыжки в длину с места;	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей. - Прыжки в длину, в высоту с разбега; - Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание алого мяча в горизонтальную цель; - Игровое упражнение «Встречные перебежки».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.78

				обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.		
70	08.04. 09.04. 2025г.		Лазание, метание, прыжки, и.у. «Школа мяча	Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; Прыжки в длину с места; обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки,	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей. - Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; - Метание малого мяча в горизонтальную цель; - Прыжки в длину, с высоту с разбега; - Игровое упражнение «Школа мяча».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.78

				инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.		
71	14.04. 2025г.		Прыжки, метание, перелезание, и.у. «Караси у щука». (На свежем воздухе)	Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; Прыжки в длину с места; обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать закаливание организма детей.  - Прыжки в длину, с высоту с разбега; -Метание малого мяча; - Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой. - Игровое упражнение «Школа мяча».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.79

				детьми.		
72	15.04. 16.04.20 25г.		Прыжки, метание, перелезание, и.у. «Эстафета парами»  (На свежем воздухе).	Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать 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 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	Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей. - Прыжки через короткую скакалку; - Метание малого мяча вертикально вверх; - Перелезание с одного пролета стенки на другой; - Игровое упражнение «Эстафета парами».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.80
73	21.04. 2025г.		Лазание, метание, прыжки, и.у. «Школа мяча».  (На свежем воздухе)	Поддерживать инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. , стремление к	Поддерживать интерес детей к различным видам спорта. Закреплять умение сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках. Обеспечивать	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.81

				<p>преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; Метание малого мяча в горизонтальную цель; Прыжки в длину, с высоту с разбега Способствовать формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p>	<p>закаливание организма детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа;</li> <li>- Метание малого мяча в горизонтальную цель;</li> <li>- Прыжки в длину, с высоту с разбега;</li> <li>- Игровое упражнение «Школа мяча».</li> </ul>	
74	22.04. 23.04. 2025г.		Метание, прыжки, лазание, и.у. «Встречныеперебежки	<p>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного</p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Метание малого мяча в горизонтальную цель;</li> <li>- Прыжки через скакалку, вращая ее вперед назад;</li> </ul>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.82



				пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность; Учить прыгать через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.	- Лазание по гимнастической стенке; - Игровое упражнение «Встречные перебежки».	
75	28.04. 2025г.		Прыжки, перелезание, метание, и.у. «Мяч водящему». (На свежем воздухе)	Воспитывать и поддерживать проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, Продолжать воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья). Перелезание с одного пролета гимнастической стенке на другой; - Метание малого мяча на дальность;	Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей. - Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся); - Перелезание с одного пролета на другой; - Метание малого мяча в вертикальную цель; - Игровое упражнение «Мяч водящему».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.83

				Прыжки в длину с места; обучать взаимодействию в команде, поощрять оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми.		
76	29.04. 30.04. 2025г.		Прыжки, перелезание, метание и.у. «Встречные перебежки».	Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку; поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.	Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей - Прыжки через длинную скакалку; - Перелезание с одного пролета лестницы на другой; - Метание малого мяча в горизонтальную цель; - Игровое упражнение «Встречные перебежки».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.83

77	05.05. 06.05.  2025г.		Прыжки, перелезание, метание, и.у. «Пустое место».  (На свежем воздухе)	Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку; поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.	Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей. - Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед назад; - Перелезание с одного пролета стенки на другой; - Метание малого мяча в горизонтальную цель; - Игровое упражнение «Пустое место».	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.84
78	07.05. 12.05. 2025г.		Лазание, прыжки, метание, и.у. «Дорожка препятствий»  ( На свежем воздухе)	Поддерживать инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. , стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает	Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей.	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.85

				<p>инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа; Метание малого мяча в горизонтальную цель; Прыжки в длину, с высоты с разбега Способствовать формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Лазание по стенке;</li> <li>- Прыжки через длинную скакалку;</li> <li>- Метание малого мяча;</li> <li>- Игровое упражнение «Дорожка препятствий».</li> </ul>	
79	13.05. 14.05 2025г.		Прыжки, метание, лазание, п.и. «Школа мяча».	<p>Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать 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 ориентироваться в пространстве.</p>	<p>Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные навыки умения и навыки детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед назад;</li> <li>- Метание малого мяча в вертикальную цель;</li> <li>- Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой</li> </ul>	С.Ю.Федорова. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Стр.85

				<p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место</p>	<p>пролета в чередовании с ползанием по доске, опираясь на предплечия и колени;</p> <p>- Игровое упражнение «Школа мяча».</p>	
80	19.05-30.05.2025г		Диагностическое обследование			

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "МАЛЫШОК" С.ДОБРОЕ ДОБРОВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ,** Пупышева Лилия  
Александровна, ЗАВЕДУЮЩИЙ

30.08.24 12:23 (MSK)

Сертификат CC1A21E2CA0B7A173CD5620B8C0DEA78