

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 25»**

Рассмотрено:

на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 29.08.2024 г.

Утверждено:

приказом от 30.08.2024 № 235/О-ДШ
Директор школы
_____/О.С. Скороход

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
на 2024-2025 учебный год**

Разработчики:

Котова М.П., старший воспитатель

Слащева Е.Ю., старший воспитатель

Казакова С.В., инструктор по физической культуре

Тлебалдинова А.С., инструктор по физической культуре

Бийск, 2024

Содержание

1.	Базовая часть	3
1.1.	Планируемые результаты освоения Программы	3
1.2.	Содержание работы по образовательным областям в соответствии с направлениями развития ребенка по пяти образовательным областям	5
1.2.1.	Образовательная область «Физическое развитие»	5
2.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	26
3.	Список методической литературы	28
4.	Нормативное сопровождение	28
	Приложение к Программе	29
	Примерный перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы в МБОУ	29
	Календарно-тематический план (комплексно-тематическое планирование) по образовательным областям	31
	Лист изменений и дополнений	90

1. Базовая часть

1.1. Планируемые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении образовательной программы ОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Обязательная часть

К трем годам:

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

К четырем годам:

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

К пяти годам:

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

К шести годам:

- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

На этапе завершения освоения программы:

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности.

1.2. Содержание работы по образовательным областям в соответствии с направлениями развития ребенка по пяти образовательным областям

1.2.1. Образовательная область «Физическое развитие»

3-4 года

Задачи	Содержание
<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>- <u>основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения):</u></p> <p>Основные движения:</p> <p>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</p>

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, в рассыпную, «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, в рассыпную, 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; убежание 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); перекладывание 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, в рассыпную, 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).

- 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).

- 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.

- 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).

- активный отдых:

	<p>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.</p> <p>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.</p>
<p>Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека; - формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни; - становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам; - воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств; - приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития; - формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни. 	

4-5 лет

Задачи	Содержание
<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>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.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа</p>

(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.

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 огибая 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 2x5 м; перебежание 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; сжимание и разжимание 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.

	<p>Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступаящим шагом» и «полуёлочкой».</p> <p>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.</p> <p>4) <u>формирование основ здорового образа жизни:</u> 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.</p> <p>5) <u>активный отдых:</u></p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>
<p>Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека; - формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни; - становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам; 	

- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

5-6 лет

Задачи	Содержание
<p>- 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;</p> <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,</p>	<p>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.</p> <p>Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе 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.</p> <p>1) <u>основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения):</u></p> <p>Основные движения:</p> <p>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;</p> <p>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;</p>

<p>взаимодействовать в команде;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>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;</p> <p>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 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;</p> <p>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;</p> <p>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;</p> <p>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».</p> <p>Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>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; перекаладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;</p>
--	--

<p>здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>	<p>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;</p> <p>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 перекаldывание их с места на место.</p> <p>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.</p> <p>Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика:</p> <p>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.</p> <p>Строевые упражнения:</p> <p>педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение 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.</p> <p>2) <u>подвижные игры</u>: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает</p>
--	---

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 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 (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 «ступаящим шагом», «полу ёлочкой» (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.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение

детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

6-7 лет

Задачи	Содержание
<p>- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p>- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>- поощрять соблюдение</p>	<p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.</p> <p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>1) <u>основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения):</u></p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз</p>

<p>правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; - формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; - сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, 	<p>подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередуясь шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;</p> <p>прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; в прыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;</p> <p>прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и</p>
---	---

<p>правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p>- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>	<p>поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».</p> <p>Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.</p> <p>Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика:</p> <p>музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической</p>
--	--

гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

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

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой,

передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

5) формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного

поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

б) активный отдых:

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности,

	оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.
--	--

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Главными целями взаимодействия педагогического коллектива ОО с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных задач:

- информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ОО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ОО;
- просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Модель взаимодействия ОО с семьями воспитанников

Направления взаимодействия	Формы работы			
	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовительные группы
Диагностико-аналитическое направление	Беседы, опросы, анкетирование, посещение семей, интервьюирование, наблюдение			
Просветительское направление	групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, мастер-классы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы, дни открытых дверей, проекты и другое			
Консультационное направление	информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей			
Досуговое направление	акции, праздники, спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями, экскурсии, прогулки, проектную деятельность и другое.			

Совместная образовательная деятельность	мастер-классы, игры, проекты, просмотр открытых занятий и других видов деятельности
---	---

**Перспективный план по взаимодействию с родителями
(законными представителями)**

Месяц	Наименование мероприятия	Форма проведения
Сентябрь	«Формирование представления о здоровом образе жизни»	Информационно-просветительская работа
	«Начало учебного года - начало нового этапа в жизни детского сада, родителей и его воспитанников»	Родительское собрание
	Конкурс рисунков «Мой воспитатель» (педагоги, дети, родители)	Конкурсы, выставки
Октябрь	Выставка поделок из природного материала "По родному краю с рюкзаком шагаем"	Конкурсы, выставки
	«Закаливание - первый шаг на пути к здоровью»	Информационно-просветительская работа
Ноябрь	«День народного единства»	Развлечение
	День здоровья	
	«Проведем выходной день с пользой»	Информационно-просветительская работа
Декабрь	«Зачем нужно воспитывать патриотизм? Роль семьи в патриотическом воспитании детей дошкольного возраста»	Родительское собрание
	«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»	Информационно-просветительская работа
	Выставка поделок «Мастерская Деда Мороза»	Конкурсы, выставки
Январь	««Двигательный режим ребёнка. Зимние забавы»	Информационно-просветительская работа
	«Я-исследователь»	Конкурсы, выставки
Февраль	«Играя, развиваем речь!»	Родительское собрание
	Спортивные мероприятия, посвящённые дню защитника отечества.	Развлечение
	«Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»	Информационно-просветительская работа
Март	«Патриотическое воспитание ребенка в семье»	Информационно-просветительская работа
	День здоровья	Развлечение
Апрель	«80-летию Великой Победы посвящается»	Конкурсы, выставки
	«День открытых дверей»	Показ ООД
	«Развитие у детей физических качеств в подвижных играх»	Информационно-просветительская работа
Май	«Организация физкультурно-оздоровительной работы дома в летний период»	Информационно-просветительская работа
	«Вот и стали мы на год взрослее»	Родительское собрание

3. Список методической литературы

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 40 с.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 40 с.
3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 112 с.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
9. Федорова С.Ю. Гимнастика после сна с детьми 3-5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. – 72 с.
10. Федорова Ю.С. Гимнастика после сна. Упражнения для детей 5–7 лет. ФГОС
11. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей раннего возраста 2-3 года. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. – 48 с.
12. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
13. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.

4. Нормативное сопровождение

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023)
2. Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации”»
3. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся»
4. Обновленный ФГОС ДО - Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений...» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.02.2023 № 72264)
5. Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»
6. Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 № 71847)

Приложение

Примерный перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы в МБОУ

Дата	Основные государственные и народные праздники, памятные даты
Январь	
27 января	День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
Февраль	
8 февраля	День российской науки
23 февраля	День защитника Отечества
Март	
8 марта	Международный женский день;
18 марта	День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно);
27 марта	Всемирный день театра.
Апрель	
12 апреля	День космонавтики;
Май	
1 мая	Праздник Весны и Труда;
9 мая	День Победы;
24 мая	День славянской письменности и культуры.
Июнь	
1 июня	День защиты детей;
6 июня	День русского языка;
12 июня	День России;
22 июня	День памяти и скорби.
Июль	
8 июля	День семьи, любви и верности.
Август	
12 августа	День физкультурника;
22 августа	День Государственного флага Российской Федерации;
Сентябрь	
1 сентября	День знаний;
3 сентября	День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом;
27 сентября	День воспитателя и всех дошкольных работников.
Октябрь	
1 октября	Международный день пожилых людей; Международный день музыки;
4 октября	День защиты животных;
Третье воскресенье октября	День отца в России.
Ноябрь	

4 ноября	День народного единства;
Последнее воскресенье ноября	День матери в России;
30 ноября	День Государственного герба Российской Федерации.
<i>Декабрь</i>	
3 декабря	День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно);
5 декабря	День добровольца (волонтера) в России;
9 декабря	День Героев Отечества;
12 декабря	День Конституции Российской Федерации;
31 декабря	Новый год.

**Календарно-тематический план (комплексно-тематическое планирование)
на 2024/2025 учебный год
Физическая культура (от 3 до 4 лет)**

Календарно-тематическое планирование по методическим пособиям:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.

месяц	Тема периода	Тема ООД	Дата проведения	Кол-во часов	Программное содержание	Методическое обеспечение
Сентябрь	До свидания, лето, здравствуй детский сад!	Занятие	№ 7 – 03.09.2024 № 14 – 03.09.2024 № 16 – 03.09.2024	1	Развивать умение ориентироваться в пространстве при ходьбе в разных направлениях. развивать умение действовать по сигналу педагога, бежать одновременно всей группой. учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 24
		Занятие	№ 7 – 05.09.2024 № 14 – 06.09.2024 № 16 – 06.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за педагогом. упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Пензулаева Л.И. Стр. 25
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 06.09.2024 № 14 – 05.09.2024 № 16 -05.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за педагогом. упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Пензулаева Л.И. Стр. 25
	Осень	Занятие	№ 7 – 10.09.2024 № 14 – 10.09.2024 № 16 – 10.09.2024	1	Развивать умение ориентироваться в пространстве при ходьбе в разных направлениях. развивать умение действовать по сигналу педагога, бежать одновременно всей группой. учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 24
		Занятие	№ 7 – 12.09.2024 № 14 – 13.09.2024 № 16 – 13.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за педагогом. упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Пензулаева Л.И. Стр. 25
		Занятие	№ 7 – 13.09.2024 № 14 – 12.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом	Пензулаева Л.И.

		(на свежем воздухе)	№ 16 – 12.09.2024		направлении за педагогом. упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Стр. 25
		Занятие	№ 7 – 17.09.2024 № 14 – 17.09.2024 № 16 – 17.09.2024	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Пензулаева Л.И. Стр. 27
		Занятие	№ 7 – 19.09.2024 № 14 – 20.09.2024 № 16 – 20.09.2024	1	Развивать способность ориентироваться в пространстве, умение действовать по сигналу.	Пензулаева Л.И. Стр. 28
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 20.09.2024 № 14 – 19.09.2024 № 16 – 19.09.2024	1	Развивать способность ориентироваться в пространстве, умение действовать по сигналу.	Пензулаева Л.И. Стр. 28
		Занятие	№ 7 – 24.09.2024 № 14 – 24.09.2024 № 16 – 24.09.2024	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Пензулаева Л.И. Стр. 27
		Занятие	№ 7 – 26.09.2024 № 14 – 27.09.2024 № 16 – 27.09.2024	1	Развивать способность ориентироваться в пространстве, умение действовать по сигналу.	Пензулаева Л.И. Стр. 28
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 27.09.2024 № 14 – 26.09.2024 № 16 – 26.09.2024	1	Развивать способность ориентироваться в пространстве, умение действовать по сигналу.	Пензулаева Л.И. Стр. 28
Октябрь	Я и моя семья	Занятие	№ 7 – 01.10.2024 № 14 – 01.10.2024 № 16 – 01.10.2024	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 31
		Занятие	№ 7 – 03.10.2024 № 14 – 04.10.2024 № 16 – 04.10.2024	1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Пензулаева Л.И. Стр. 32
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 04.10.2024 № 14 – 03.10.2024 № 16 – 03.10.2024	1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Пензулаева Л.И. Стр. 32

Занятие	№ 7 – 08.10.2024 № 14 – 08.10.2024 № 16 – 08.10.2024	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 31
Занятие	№ 7 – 10.10.2024 № 14 – 11.10.2024 № 16 – 11.10.2024	1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Пензулаева Л.И. Стр. 32
Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 11.10.2024 № 14 – 10.10.2024 № 16 – 10.10.2024	1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Пензулаева Л.И. Стр. 32
Занятие	№ 7 – 15.10.2024 № 14 – 15.10.2024 № 16 – 15.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании.	Пензулаева Л.И. Стр. 33
Занятие	№ 7 – 17.10.2024 № 14 – 18.10.2024 № 16 – 18.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с изменением направления движения по сигналу педагога. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и в упражнениях в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 35
Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 18.10.2024 № 14 – 17.10.2024 № 16 – 17.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с изменением направления движения по сигналу педагога. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и в упражнениях в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 35
Занятие	№ 7 – 22.10.2024 № 14 – 22.10.2024 № 16 – 22.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании.	Пензулаева Л.И. Стр. 33
Занятие	№ 7 – 24.10.2024 № 14 – 25.10.2024 № 16 – 25.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с изменением направления движения по сигналу педагога. Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и в упражнениях в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 35
Занятие (на свежем	№ 7 – 25.10.2024 № 14 – 24.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с изменением направления движения по сигналу педагога. Развивать	Пензулаева Л.И. Стр. 35

		воздухе)	№ 16 – 24.10.2024		координацию движений при ползании на четвереньках и в упражнениях в равновесии.	
Ноябрь	Мой дом, мой город	Занятие	№ 7 – 29.10.2024 № 14 – 29.10.2024 № 16 – 29.10.2024	1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры. Развивать у детей умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 38
		Занятие	№ 7 – 31.10.2024 № 14 – 01.11.2024 № 16 – 01.11.2024	1	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий. упражнять в прыжках из обруча в обруч. Формировать умение прокатывать мяч друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 39
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 01.11.2024 № 14 – 31.10.2024 № 16 – 31.10.2024	1	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий. упражнять в прыжках из обруча в обруч. Формировать умение прокатывать мяч друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 39
		Занятие	№ 7 – 05.11.2024 № 14 – 05.11.2024 № 16 – 05.11.2024	1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры. Развивать у детей умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 38
		Занятие	№ 7 – 07.11.2024 № 14 – 08.11.2024 № 16 – 08.11.2024	1	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий. упражнять в прыжках из обруча в обруч. Формировать умение прокатывать мяч друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 39
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 08.11.2024 № 14 – 07.11.2024 № 16 – 07.11.2024	1	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий. упражнять в прыжках из обруча в обруч. Формировать умение прокатывать мяч друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 39

Новогодний праздник	Занятие	№ 7 – 12.11.2024 № 14 – 12.11.2024 № 16 – 12.11.2024	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании.	Пензулаева Л.И. Стр. 41
	Занятие	№ 7 – 14.11.2024 № 14 – 15.11.2024 № 16 – 15.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал педагога. Упражнять в ползании, развивая координацию движений. Формировать чувство равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 15.11.2024 № 14 – 14.11.2024 № 16 – 14.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал педагога. Упражнять в ползании, развивая координацию движений. Формировать чувство равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие	№ 7 – 19.11.2024 № 14 – 19.11.2024 № 16 – 19.11.2024	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании.	Пензулаева Л.И. Стр. 41
	Занятие	№ 7 – 21.11.2024 № 14 – 22.11.2024 № 16 – 22.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал педагога. Упражнять в ползании, развивая координацию движений. Формировать чувство равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 22.11.2024 № 14 – 21.11.2024 № 16 – 21.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал педагога. Упражнять в ползании, развивая координацию движений. Формировать чувство равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие	№ 7 – 26.11.2024 № 14 – 26.11.2024 № 16 – 26.11.2024	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ползании.	Пензулаева Л.И. Стр. 41

Декабрь	Занятие	№ 7 – 28.11.2024 № 14 – 29.11.2024 № 16 – 29.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал педагога. Упражнять в ползании, развивая координацию движений. Формировать чувство равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 29.11.2024 № 14 – 28.11.2024 № 16 – 28.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал педагога. Упражнять в ползании, развивая координацию движений. Формировать чувство равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие	№ 7 – 03.12.2024 № 14 – 03.12.2024 № 16 – 03.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая способность ориентироваться в пространстве; в прыжках. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 45
	Занятие	№ 7 – 05.12.2024 № 14 – 06.12.2024 № 16 – 06.12.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки. Упражнять в прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 47
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 06.12.2024 № 14 – 05.12.2024 № 16 – 05.12.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки. Упражнять в прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 47
	Занятие	№ 7 – 10.12.2024 № 14 – 10.12.2024 № 16 – 10.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая способность ориентироваться в пространстве; в прыжках. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 45
	Занятие	№ 7 – 12.12.2024 № 14 – 13.12.2024 № 16 – 13.12.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки. Упражнять в прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 47
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 13.12.2024 № 14 – 12.12.2024 № 16 – 12.12.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки. Упражнять в прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 47
	Занятие	№ 7 – 17.12.2024 № 14 – 17.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога. Упражнять в прокатывании мяча между	Пензулаева Л.И. Стр. 49

		№ 16 – 17.12.2024		предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	
		Занятие № 7 – 19.12.2024 № 14 – 20.12.2024 № 16 – 20.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая способность ориентироваться в пространстве. Упражнять в ползании на повышенной опоре, сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Пензулаева Л.И. Стр. 51
		Занятие (на свежем воздухе) № 7 – 20.12.2024 № 14 – 19.12.2024 № 16 – 19.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая способность ориентироваться в пространстве. Упражнять в ползании на повышенной опоре, сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Пензулаева Л.И. Стр. 51
		Занятие № 7 – 24.12.2024 № 14 – 24.12.2024 № 16 – 24.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога. Упражнять в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Пензулаева Л.И. Стр. 49
		Занятие № 7 – 26.12.2024 № 14 – 27.12.2024 № 16 – 27.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая способность ориентироваться в пространстве. Упражнять в ползании на повышенной опоре, сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Пензулаева Л.И. Стр. 51
		Занятие (на свежем воздухе) № 7 – 27.12.2024 № 14 – 26.12.2024 № 16 – 26.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая способность ориентироваться в пространстве. Упражнять в ползании на повышенной опоре, сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Пензулаева Л.И. Стр. 51
		Занятие № 7 – 31.12.2024 № 14 – 31.12.2024 № 16 – 31.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога. Упражнять в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Пензулаева Л.И. Стр. 49
Январь	Зима	Занятие № 7 – 09.01.2025 № 14 – 10.01.2025 № 16 – 10.01.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в сохранении равновесия по ограниченной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 53

				Упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед.	
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 10.01.2025 № 14 – 09.01.2025 № 16 – 09.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами. Упражнять в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 55
	Занятие	№ 7 – 14.01.2025 № 14 – 14.01.2025 № 16 – 14.01.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в сохранении равновесия по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 53
	Занятие	№ 7 – 16.01.2025 № 14 – 17.01.2025 № 16 – 17.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами. Упражнять в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 55
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 17.01.2025 № 14 – 16.01.2025 № 16 – 16.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами. Упражнять в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 55
	Занятие	№ 7 – 21.01.2025 № 14 – 21.01.2025 № 16 – 21.01.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в сохранении равновесия по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 53
	Занятие	№ 7 – 23.01.2025 № 14 – 24.01.2025 № 16 – 24.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами. Упражнять в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 55
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 24.01.2025 № 14 – 23.01.2025 № 16 – 23.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами. Упражнять в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 55
	Занятие	№ 7 – 28.01.2025	1	Упражнять в умении действовать по сигналу педагога в	Пензулаева Л.И.

			№ 14 – 28.01.2025 № 16 – 28.01.2025		ходьбе вокруг предметов. Развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу. Повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Стр. 56
		Занятие	№ 7 – 30.01.2025 № 14 – 31.01.2025 № 16 – 31.01.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 59
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 31.01.2025 № 14 – 30.01.2025 № 16 – 30.01.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 59
Февраль	День защитника Отечества	Занятие	№ 7 – 04.02.2025 № 14 – 04.02.2025 № 16 – 04.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов. Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Повторить прыжки с продвижением вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 62
		Занятие	№ 7 – 06.02.2025 № 14 – 07.02.2025 № 16 – 07.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 63
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 07.02.2025 № 14 – 06.02.2025 № 16 – 06.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 63
		Занятие	№ 7 – 11.02.2025 № 14 – 11.02.2025 № 16 – 11.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов. Развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Повторить прыжки с продвижением вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 62
		Занятие	№ 7 – 13.02.2025 № 14 – 14.02.2025 № 16 – 14.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер в	Пензулаева Л.И. Стр. 63

			заданиях с мячом.			
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 14.02.2025 № 14 – 13.02.2025 № 16 – 13.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий. Упражнять в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 63	
	Занятие	№ 7 – 18.02.2025 № 14 – 18.02.2025 № 16 – 18.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений. Развивать ловкость и глазомер при бросании мяча через шнур. Повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Пензулаева Л.И. Стр. 65	
	Занятие	№ 7 – 20.02.2025 № 14 – 21.02.2025 № 16 – 21.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 67	
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 21.02.2025 № 14 – 20.02.2025 № 16 – 20.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 67	
	8 Марта	Занятие	№ 7 – 25.02.2025 № 14 – 25.02.2025 № 16 – 25.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений. Развивать ловкость и глазомер при бросании мяча через шнур. Повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Пензулаева Л.И. Стр. 65
		Занятие	№ 7 – 27.02.2025 № 14 – 28.02.2025 № 16 – 28.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 67
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 28.02.2025 № 14 – 27.02.2025 № 16 – 27.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 67
Март		Занятие	№ 7 – 04.03.2025 № 14 – 04.03.2025 № 16 – 04.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Повторить прыжки	Пензулаева Л.И. Стр. 69

			между предметами.		
	Занятие	№ 7 – 06.03.2025 № 14 – 07.03.2025 № 16 – 07.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Повторить прыжки между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 69
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 07.03.2025 № 14 – 06.03.2025 № 16 – 06.03.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 67
Знакомство с народной культурой	Занятие	№ 7 – 11.03.2025 № 14 – 11.03.2025 № 16 – 11.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Упражнять детей в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры. Повторить прыжки между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 69
	Занятие	№ 7 – 13.03.2025 № 14 – 14.03.2025 № 16 – 14.03.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Учить прыжки в длину с места. Развивать ловкость при прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 71
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 14.03.2025 № 14 – 13.03.2025 № 16 – 13.03.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Учить прыжки в длину с места. Развивать ловкость при прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 71
	Занятие	№ 7 – 18.03.2025 № 14 – 18.03.2025 № 16 – 18.03.2025	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 73
	Занятие	№ 7 – 20.03.2025 № 14 – 21.03.2025 № 16 – 21.03.2025	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 21.03.2025 № 14 – 20.03.2025 № 16 – 20.03.2025	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при	Пензулаева Л.И. Стр. 74

				ходьбе по повышенной опоре.		
		Занятие	№ 7 – 25.03.2025 № 14 – 25.03.2025 № 16 – 25.03.2025	1	Развивать умение действовать по сигналу педагога. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 73
		Занятие	№ 7 – 27.03.2025 № 14 – 28.03.2025 № 16 – 28.03.2025	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 28.03.2025 № 14 – 27.03.2025 № 16 – 27.03.2025	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами. Повторить упражнения в ползании. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
Апрель	Весна	Занятие	№ 7 – 01.04.2025 № 14 – 01.04.2025 № 16 – 01.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие	№ 7 – 03.04.2025 № 14 – 04.04.2025 № 16 – 04.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 78
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 04.04.2025 № 14 – 03.04.2025 № 16 – 03.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 78
		Занятие	№ 7 – 08.04.2025 № 14 – 08.04.2025 № 16 – 08.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие	№ 7 – 10.04.2025 № 14 – 11.04.2025 № 16 – 11.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 78
		Занятие	№ 7 – 11.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий.	Пензулаева Л.И.

		(на свежем воздухе)	№ 14 – 10.04.2025 № 16 – 10.04.2025		Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Стр. 78
		Занятие	№ 7 – 15.04.2025 № 14 – 15.04.2025 № 16 – 15.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Пензулаева Л.И. Стр. 80
		Занятие	№ 7 – 17.04.2025 № 14 – 18.04.2025 № 16 – 18.04.2025	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу педагога. Повторить ползание между предметами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 82
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 18.04.2025 № 14 – 17.04.2025 № 16 – 17.04.2025	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу педагога. Повторить ползание между предметами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 82
		Занятие	№ 7 – 22.04.2025 № 14 – 22.04.2025 № 16 – 22.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Пензулаева Л.И. Стр. 80
		Занятие	№ 7 – 24.04.2025 № 14 – 25.04.2025 № 16 – 25.04.2025	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу педагога. Повторить ползание между предметами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 82
		Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 25.04.2025 № 14 – 24.04.2025 № 16 – 24.04.2025	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу педагога. Повторить ползание между предметами. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 82
		Занятие	№ 7 – 29.04.2025 № 14 – 29.04.2025 № 16 – 29.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 84
Май	Лето	Занятие	№ 7 – 06.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами.	Пензулаева Л.И.

		№ 14 – 06.05.2025 № 16 – 06.05.2025		Упражнять детей в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги. Упражнять детей в прокатывании мяча друг другу	Стр. 86
	Занятие	№ 14 – 08.05.2025 № 16 – 08.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Упражнять детей в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги. Упражнять детей в прокатывании мяча друг другу	Пензулаева Л.И. Стр. 86
	Занятие	№ 7 – 13.05.2025 № 14 – 13.05.2025 № 16 – 13.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по сигналу педагога. Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его. Повторить ползание по гимнастической скамейке.	Пензулаева Л.И. Стр. 87
	Занятие	№ 7 – 15.05.2025 № 14 – 16.05.2025 № 16 – 16.05.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу педагога. Упражнять в лазании по наклонной лесенке. Повторить задание в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 89
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 16.05.2025 № 14 – 15.05.2025 № 16 – 15.05.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу педагога. Упражнять в лазании по наклонной лесенке. Повторить задание в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 89
	Занятие	№ 7 – 20.05.2025 № 14 – 20.05.2025 № 16 – 20.05.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением задания, прыжки. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 90
	Занятие	№ 7 – 22.05.2025 № 14 – 23.05.2025 № 16 – 23.05.2025	1	Упражнять в ходьбе с обозначением поворотов на углах зала (площадки). Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги при прыжках в длину. Развивать ловкость при выполнении упражнений с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 92
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 23.05.2025 № 14 – 22.05.2025 № 16 – 22.05.2025	1	Упражнять в ходьбе с обозначением поворотов на углах зала (площадки). Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги при прыжках в длину. Развивать ловкость при выполнении упражнений с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 92

	Занятие № 39	№ 7 – 27.05.2025 № 14 – 27.05.2025 № 16 – 27.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе со сменой направления движения. Упражнять в катании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. Повторить ползание с опорой на ладони и ступни.	Пензулаева Л.И. Стр. 94
	Занятие № 40	№ 7 – 29.05.2025 № 14 – 30.05.2025 № 16 – 30.05.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Повторить ползание под шнур. Развивать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 96
	Занятие (на свежем воздухе)	№ 7 – 30.05.2025 № 14 – 29.05.2025 № 16 – 29.05.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Повторить ползание под шнур. Развивать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 96

Физическая культура (от 4 до 5 лет)

Календарно-тематическое планирование по методическим пособиям:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.

месяц	Тема периода	Тема ООД	Дата проведения	Кол-во часов	Программное содержание	Методическое обеспечение
Сентябрь	День знаний	Занятие 1	№ 5 – 03.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному. Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры. Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	Пензулаева Л.И. Стр. 19
		Занятие 2	№ 5 – 06.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 21
		Занятие 3 (на свежем воздухе)	№ 5 – 05.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную, умения действовать по сигналу. Развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.	Пензулаева Л.И. Стр. 21
	Осень	Занятие 4	№ 5 – 10.09.2024	1	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Упражнять в прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 22
		Занятие 5	№ 5 – 13.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 24
		Занятие 6 (на свежем воздухе)	№ 5 – 12.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу. Упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 24
		Занятие 7	№ 5 – 17.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную. Упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Пензулаева Л.И. Стр. 26
		Занятие 8	№ 5 – 20.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 28
		Занятие 9 (на свежем воздухе)	№ 5 – 19.09.2024	1	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками. Упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	Пензулаева Л.И. Стр. 29

		Занятие 10	№ 5 – 24.09.2024	1	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу педагога во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур.	Пензулаева Л.И. Стр. 30
		Занятие 11	№ 5 – 27.09.2024	1	Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 32
		Занятие 12 (на свежем воздухе)	№ 5 – 26.09.2024	1	Учить перебрасывать мяч друг другу, развивая ловкость и глазомер. Упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 32
Октябрь	Я в мире человек	Занятие 13	№ 5 – 01.10.2024	1	Упражнять детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 35
		Занятие 14	№ 5 – 04.10.2024	1	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивать ловкость и глазомер. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 37
		Занятие 15 (на свежем воздухе)	№ 5 – 03.10.2024	1	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Пензулаева Л.И. Стр. 38
		Занятие 16	№ 5 – 08.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках. Закреплять умение действовать по сигналу.	Пензулаева Л.И. Стр. 40
		Занятие 17	№ 5 – 11.10.2024	1	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Пензулаева Л.И. Стр. 41
		Занятие 18 (на свежем воздухе)	№ 5 – 10.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. Упражнять в прокатывании обручей, в	Пензулаева Л.И. Стр. 43
		Занятие 19	№ 5 – 15.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 41
		Занятие 20	№ 5 – 18.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 43
		Занятие 21 (на свежем воздухе)	№ 5 – 17.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 43

					прыжках с продвижением вперед.	
	Мой город, моя страна	Занятие 22	№ 5 – 22.10.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную. Повторить лазанье под	Пензулаева Л.И. Стр. 44
		Занятие 23	№ 5 – 25.10.2024	1	дугу, не касаясь руками пола. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 46
		Занятие 24 (на свежем воздухе)	№ 5 – 24.10.2024	1	Повторить ходьбу и бег колонной по одному. Упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 47
Ноябрь		Занятие 25	№ 5 – 29.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Упражнять в прыжках на двух ногах.	Пензулаева Л.И. Стр. 49
		Занятие 26	№ 5 – 01.11.2024	1	Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 50
		Занятие 27 (на свежем воздухе)	№ 5 – 31.10.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 51
		Занятие 28	№ 5 – 05.11.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые	Пензулаева Л.И. Стр. 52
		Занятие 29	№ 5 – 08.11.2024	1	ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 54
		Занятие 30 (на свежем воздухе)	№ 5 – 07.11.2024	1	Повторять ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	Пензулаева Л.И. Стр. 54
		Новогодний праздник	Занятие 31	№ 5 – 12.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и
	Занятие 32		№ 5 – 15.11.2024	1	ловле его двумя руками. Повторить ползание на четвереньках.	Пензулаева Л.И. Стр. 56
	Занятие 33 (на свежем воздухе)		№ 5 – 14.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их. Упражнять в прыжках и беге с ускорением.	Пензулаева Л.И. Стр. 57

		Занятие 34	№ 5 – 19.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу педагога; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость. Повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 58
		Занятие 35	№ 5 – 22.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 59
		Занятие 36 (на свежем воздухе)	№ 5 – 21.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки. Развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 60
Декабрь		Занятие 37	№ 5 – 26.11.2024	1	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	Пензулаева Л.И. Стр. 62
		Занятие 38	№ 5 – 29.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 63
		Занятие 39 (на свежем воздухе)	№ 5 – 28.11.2024	1	Упражнять в беге и ходьбе между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу педагога.	Пензулаева Л.И. Стр. 64
		Занятие 40	№ 5 – 03.12.2024	1	Упражнять детей в перестроение в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги.	Пензулаева Л.И. Стр. 65
		Занятие 41	№ 5 – 06.12.2024	1	Развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 67
		Занятие 42 (на свежем воздухе)	№ 5 – 05.12.2024	1	Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий. Упражнять в ходьбе ступающим шагом.	Пензулаева Л.И. Стр. 67
		Занятие 43	№ 5 – 10.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному. Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу. Повторить ползание на четвереньках.	Пензулаева Л.И. Стр. 68
		Занятие 44	№ 5 – 13.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 70
		Занятие 45 (на свежем воздухе)	№ 5 – 12.12.2024	1	Закрепить навык скользящего шага в ходьбе на лыжах. Упражнять в метании снежков на дальность, развивая силу броска.	Пензулаева Л.И. Стр. 71

		Занятие 46	№ 5 – 17.12.2024	1	Упражнять в действиях по заданию педагога в ходьбе и беге. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе. Повторить упражнение в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 72
		Занятие 47	№ 5 – 20.12.2024	1	Закрепить навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 5 – 19.12.2024	1	Упражнять в действиях по заданию педагога в ходьбе и беге. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе. Повторить упражнение в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
		Занятие 46	№ 5 – 24.12.2024	1	Закрепить навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	Пензулаева Л.И. Стр. 72
		Занятие 47	№ 5 – 27.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их. Формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 5 – 26.12.2024	1	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом. Повторить игровые упражнения.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
Январь	Зима	Занятие 49	№ 5 – 10.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Пензулаева Л.И. Стр. 76
		Занятие 51 (на свежем воздухе)	№ 5 – 09.01.2025	1	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	Пензулаева Л.И. Стр. 78
		Занятие 52	№ 5 – 14.01.2025	1	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке	Пензулаева Л.И. Стр. 79
		Занятие 53	№ 5 – 17.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 80
		Занятие 54 (на свежем воздухе)	№ 5 – 16.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 81
		Занятие 55	№ 5 – 21.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 81

		Занятие 56	№ 5 – 24.01.2025	1	на четвереньках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 83
		Занятие 57 (на свежем воздухе)	№ 5 – 23.01.2025	1	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия, в метании снежков на дальность.	Пензулаева Л.И. Стр. 84
		Занятие 58	№ 5 – 28.01.2025	1	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Закреплять умение правильно подлезать под шнур.	Пензулаева Л.И. Стр. 84
		Занятие 59	№ 5 – 31.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. Упражнять в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 86
		Занятие 60 (на свежем воздухе)	№ 5 – 30.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. Упражнять в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 86
Февраль	День защитника Отечества	Занятие 61	№ 5 – 04.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии. Повторить задание в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 88
		Занятие 62	№ 5 – 07.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии. Повторить задание в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 89
		Занятие 63 (на свежем воздухе)	№ 5 – 06.02.2025	1	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	Пензулаева Л.И. Стр. 90
		Занятие 64	№ 5 – 11.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде педагога, в прыжках из обруча в обруч.	Пензулаева Л.И. Стр. 91
		Занятие 65	№ 5 – 14.02.2025	1	Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 92
		Занятие 66 (на свежем воздухе)	№ 5 – 13.02.2025	1	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 93
		Занятие 67	№ 5 – 18.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками.	Пензулаева Л.И. Стр. 93
		Занятие 68	№ 5 – 21.02.2025	1	Закреплять навык ползания на четвереньках.	Пензулаева Л.И. Стр. 95

		Занятие 69 (на свежем воздухе)	№ 5 – 20.02.2025	1	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	Пензулаева Л.И. Стр. 95
	8 Марта	Занятие 70	№ 5 – 25.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения. Повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 96
		Занятие 71	№ 5 – 28.02.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 97
		Занятие 72 (на свежем воздухе)	№ 5 – 27.02.2025	1	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков. Повторить игровые упражнения.	Пензулаева Л.И. Стр. 98
Март		Занятие 73	№ 5 – 04.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 99
		Занятие 74	№ 5 – 07.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 101
		Занятие 75 (на свежем воздухе)	№ 5 – 06.03.2025	1	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель. Упражнять в беге. Закреплять умение действовать по сигналу педагога.	Пензулаева Л.И. Стр. 101
	Знакомство с народной культурой и традициями	Занятие 76	№ 5 – 11.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде педагога; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку. Повторить ходьбу и бег врассыпную.	Пензулаева Л.И. Стр. 102
		Занятие 77	№ 5 – 14.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 104
		Занятие 78 (на свежем воздухе)	№ 5 – 13.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой.	Пензулаева Л.И. Стр. 104
		Занятие 79	№ 5 – 18.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе с выполнением задания. Повторить прокатывание мяча между предметами. Упражнять в ползании на животе по скамейке.	Пензулаева Л.И. Стр. 105
		Занятие 80	№ 5 – 21.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 107
	Занятие 81 (на свежем воздухе)	№ 5 – 20.03.2025	1	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной	Пензулаева Л.И. Стр. 107	

		воздухе)			ноге (правой и левой, попеременно).	
		Занятие 82	№ 5 – 25.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу педагога. Повторить	Пензулаева Л.И. Стр. 108
		Занятие 83	№ 5 – 28.03.2025	1	ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 110
		Занятие 84 (на свежем воздухе)	№ 5 – 27.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом. Повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 110
Апрель	Весна	Занятие 85	№ 5 – 01.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную. Повторить	Пензулаева Л.И. Стр. 112
		Занятие 86	№ 5 – 04.04.2025	1	задания в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 114
		Занятие 87 (на свежем воздухе)	№ 5 – 03.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне; в прокатывании обручей. Повторить упражнения с мячами.	Пензулаева Л.И. Стр. 114
		Занятие 88	№ 5 – 08.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге врассыпную;	Пензулаева Л.И. Стр. 115
		Занятие 89	№ 5 – 11.04.2025	1	метании мешочков с песком в горизонтальную цель. Закрепить умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Пензулаева Л.И. Стр. 117
		Занятие 90 (на свежем воздухе)	№ 5 – 10.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании. Упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 117
		Занятие 91	№ 5 – 15.04.2025	1	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу педагога. Развивать ловкость и глазомер	Пензулаева Л.И. Стр. 119
		Занятие 92	№ 5 – 18.04.2025	1	при метании в дальность. Повторить ползание на четвереньках.	Пензулаева Л.И. Стр. 120
		Занятие 93 (на свежем воздухе)	№ 5 – 17.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 120

	День Победы	Занятие 94	№ 5 – 22.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 121
		Занятие 95	№ 5 – 25.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 123
		Занятие 96 (на свежем воздухе)	№ 5 – 24.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 123
Май		Занятие 97	№ 5 – 29.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Повторить прыжки в длину с места.	Пензулаева Л.И. Стр. 124
		Занятие 98	№ 5 – 06.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 126
	Лето	Занятие 100	№ 5 – 13.05.2025	1	Повторить ходьбу со сменой ведущего. Упражнять в прыжках в длину с места. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 127
		Занятие 101	№ 5 – 16.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 129
		Занятие 102 (на свежем воздухе)	№ 5 – 15.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу педагога; ходьбе и бегу по кругу. Повторить задания с бегом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 129
		Занятие 103	№ 5 – 20.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке. Повторить метание в вертикальную цель.	Пензулаева Л.И. Стр. 130
		Занятие 104	№ 5 – 23.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 132
		Занятие 105 (на свежем воздухе)	№ 5 – 22.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге парами. Повторять прыжки через короткую скакалку. Закреплять умение переставляться по ходу движения.	Пензулаева Л.И. Стр. 132
		Занятие 106	№ 5 – 27.05.2025	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 133
		Занятие 107	№ 5 – 30.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 135
Занятие 108	№ 5 – 29.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением	Пензулаева Л.И.		

		(на свежем воздухе)			направления движения, в подбрасывании и ловле мяча. Повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	Стр. 135
--	--	---------------------	--	--	---	----------

Физическая культура (от 5 до 6 лет)

Календарно-тематическое планирование по методическим пособиям:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с.

Месяц	Тема периода	Тема ООД	Дата проведения	Кол-во часов	Программное содержание	Методическое обеспечение
Сентябрь	Осень	Занятие 1	№ 3 – 02.09.2024 № 8 – 04.09.2024 № 9 – 03.09.2024 № 13 – 03.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, в беге в рассыпную. Учить сохранять устойчивое равновесие. Упражнять в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 16
		Занятие 2	№ 3 – 04.09.2024 № 8 – 06.09.2024 № 9 – 05.09.2024 № 13 -05.09.2024	1		
		Занятие 3 (на свежем воздухе)	№ 3 – 08.09.2024 № 8 – 02.09.2024 № 9 – 06.09.2024 № 13 -02.09.2024	1	Упражнять детей в построении в колонны. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 19
		Занятие 4	№ 3 – 09.09.2024 № 8 – 11.09.2024 № 9 – 10.09.2024 № 13 -10.09.2024	1	Повторить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в ходьбе на носках. Развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость при бросках мяча вверх.	Пензулаева Л.И. Стр. 21
		Занятие 5	№ 3 – 11.09.2024 № 8 – 13.09.2024 № 9 – 12.09.2024 № 13 -12.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 23
		Занятие 6 (на свежем воздухе)	№ 3 – 13.09.2024 № 8 – 09.09.2024 № 9 – 13.09.2024 № 13 -09.09.2024	1	Повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Разучивать ловкость в беге. Разучивать игровые упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 23
		Занятие 7	№ 3 – 16.09.2024 № 8 – 18.09.2024 № 9 – 17.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге, ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и	Пензулаева Л.И. Стр. 25

			№ 13 -17.09.2024		ладони, в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и способность к сохранению устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	
		Занятие 8	№ 3 – 18.09.2024 № 8 – 20.09.2024 № 9 – 19.09.2024 № 13 -19.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 27
		Занятие 9 (на свежем воздухе)	№ 3 – 20.09.2024 № 8 – 16.09.2024 № 9 – 20.09.2024 № 13 - 16.09.2024	1	Повторить бег, упражнение в прыжках. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений.	Пензулаева Л.И. Стр. 27
		Занятие 10	№ 3 – 23.09.2024 № 8 – 25.09.2024 № 9 – 24.09.2024 № 13 -24.09.2024	1	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу педагога. Разучить пролезание под дугу боком, не задевая за ее край. Повторить упражнение в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 28
		Занятие 11	№ 3 – 25.09.2024 № 8 – 27.09.2024 № 9 – 26.09.2024 № 13 -2 6.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 30
		Занятие 12 (на свежем воздухе)	№ 3 – 27.09.2024 № 8 – 23.09.2024 № 9 – 27.09.2024 № 13 - 23.09.2024	1	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках. Повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 31
Октябрь	Я вырасту здоровым	Занятие 13	№ 3 – 30.09.2024 № 8 – 02.10.2024 № 9 – 01.10.2024 № 13 – 01.10.2024	1	Упражнять детей в беге, в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке. Повторить прыжки и перебрасывание мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 33
		Занятие 14	№ 3 – 02.10.2024 № 8 – 04.10.2024 № 9 – 03.10.2024 № 13 -03.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 35

День народного единства	Занятие 15 (на свежем воздухе)	№ 3 – 04.10.2024 № 8 – 30.09.2024 № 9 – 04.10.2024 № 13 - 30.09.2024	1	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен. Знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола). Упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 35
	Занятие 16	№ 3 – 07.10.2024 № 8 – 09.10.2024 № 9 – 08.10.2024 № 13 -08.10.2024	1	Разучить поворот по сигналу педагога во время ходьбы в колонне по одному. Повторить бег с преодолением препятствий. Упражнять в прыжках с высоты. Развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 36
	Занятие 17	№ 3 – 09.10.2024 № 8 – 11.10.2024 № 9 – 10.10.2024 № 13 -10.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 39
	Занятие 18 (на свежем воздухе)	№ 3 – 11.10.2024 № 8 – 07.10.2024 № 9 – 11.10.2024 № 13 -07.10.2024	1	Упражнять в беге и ходьбе. Разучить игровые упражнения с мячом. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 39
	Занятие 19	№ 3 – 14.10.2024 № 8 – 16.10.2024 № 9 – 15.10.2024 № 13 -15.10.2024	1	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения. Развивать координацию движений и глазомер при метании в цель. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 41
	Занятие 20	№ 3 – 16.10.2024 № 8 – 18.10.2024 № 9 – 17.10.2024 № 13 -17.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие 21 (на свежем воздухе)	№ 3 – 18.10.2024 № 8 – 14.10.2024 № 9 – 18.10.2024 № 13 -14.10.2024	1	Упражнять в беге и ходьбе с перешагиваем через препятствия. Познакомить с игрой в бадминтон. Повторить игровое упражнение с прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
	Занятие 22	№ 3 – 21.10.2024 № 8 – 23.10.2024 № 9 – 22.10.2024 № 13 -22.10.2024	1	Упражнять в ходьбе в колонне по два. Повторить пролезание в обруч, упражнения в равновесии. Упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 44

		Занятие 23	№ 3 – 23.10.2024 № 8 – 25.10.2024 № 9 – 24.10.2024 № 13 -24.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 46
		Занятие 24 (на свежем воздухе)	№ 3 – 25.11.2024 № 8 – 21.10.2024 № 9 – 25.10.2024 № 13 -21.10.2024	1	Развивать выносливость в беге. Разучить новую игру. Упражнять в прыжках, развивать внимание.	Пензулаева Л.И. Стр. 47
		Занятие 25	№ 3 – 28.10.2024 № 8 – 30.10.2024 № 9 – 29.10.2024 № 13 – 29.10.2024	1	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен и упражнения в равновесии, развивая координацию движений. Упражнять в перебрасывании мячей в шеренгах.	Пензулаева Л.И. Стр. 49
		Занятие 26	№ 3 – 30.10.2024 № 8 – 01.11.2024 № 9 – 31.10.2024 № 13 – 31.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 51
		Занятие 27 (на свежем воздухе)	№ 3 – 01.11.2024 № 8 – 28.10.2024 № 9 – 01.11.2024 № 13 – 28.11.2024	1	Упражнять в беге. Повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 52
Ноябрь	День народного единства	Занятие 28	№ 3 – 04.11.2024 № 8 – 06.11.2024 № 9 – 05.11.2024 № 13 – 05.11.2024	1	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 53
		Занятие 29	№ 3 – 06.11.2024 № 8 – 08.11.2024 № 9 – 07.11.2024 № 13 – 07.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 55
		Занятие 30 (на свежем воздухе)	№ 3 – 08.11.2024 № 8 – 04.11.2024 № 9 – 08.11.2024 № 13 -04.11.2024	1	Повторить бег с перешагиваем через предметы, развивая координацию движений. Развивать ловкость при выполнении игрового задания с мячом. Упражнять в беге.	Пензулаева Л.И. Стр. 55

Новый год	Занятие 31	№ 3 – 11.11.2024 № 8 – 13.11.2024 № 9 – 12.11.2024 № 13 – 12.11.2024	1	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии. Повторить упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 57
	Занятие 32	№ 3 – 13.11.2024 № 8 – 15.11.2024 № 9 – 14.11.2024 № 13 – 14.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 58
	Занятие 33 (на свежем воздухе)	№ 3 – 15.11.2024 № 8 – 11.11.2024 № 9 – 15.11.2024 № 13 – 11.11.2024	1	Упражнять в беге, развивая выносливость. Повторить перебрасывание мяча в шеренгах, игровые упражнения с прыжками и бегом.	Пензулаева Л.И. Стр. 59
	Занятие 34	№ 3 – 18.11.2024 № 8 – 20.11.2024 № 9 – 19.11.2024 № 13 – 19.11.2024	1	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя. Упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 60
	Занятие 35	№ 3 – 20.11.2024 № 8 – 22.11.2024 № 9 – 21.11.2024 № 13 -21.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 62
	Занятие 36 (на свежем воздухе)	№ 3 – 22.11.2024 № 8 – 18.11.2024 № 9 – 22.11.2024 № 13 – 18.11.2024	1	Упражнять в беге с преодолением препятствий, прыжках. Повторить игровые упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 62
	Занятие 37	№ 3 – 25.11.2024 № 8 – 27.11.2024 № 9 – 26.11.2024 № 13 – 26.11.2024	1	Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга. Разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Повторить	Пензулаева Л.И. Стр. 64
	Занятие 38	№ 3 – 27.11.2024 № 8 – 29.11.2024 № 9 – 28.11.2024 № 13 – 28.11.2024	1	перебрасывание мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 66

		Занятие 39 (на свежем воздухе)	№ 3 – 29.11.2024 № 8 – 25.11.2024 № 9 – 29.11.2024 № 13 – 25.11.2024	1	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками. Упражнять в метании снежков на дальность.	Пензулаева Л.И. Стр. 67
Декабрь		Занятие 40	№ 3 – 02.12.2024 № 8 – 04.12.2024 № 9 – 03.12.2024 № 13 – 03.12.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге по кругу. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Упражнять в ползании и переброске мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 68
		Занятие 41	№ 3 – 04.12.2024 № 8 – 06.12.2024 № 9 – 05.12.2024 № 13 – 05.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 70
		Занятие 42 (на свежем воздухе)	№ 3 – 06.12.2024 № 8 – 02.12.2024 № 9 – 06.12.2024 № 13 – 02.12.2024	1	Повторить ходьбу и бег между постройками. Упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель.	Пензулаева Л.И. Стр. 70
		Занятие 43	№ 3 – 09.12.2024 № 8 – 11.12.2024 № 9 – 10.12.2024 № 13 – 10.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную. Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер. Повторить ползание по гимнастической скамейке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 71
		Занятие 44	№ 3 – 11.12.2024 № 8 – 13.12.2024 № 9 – 12.12.2024 № 13 – 12.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 73
		Занятие 45 (на свежем воздухе)	№ 3 – 13.12.2024 № 8 – 09.12.2024 № 9 – 13.12.2024 № 13 – 09.12.2024	1	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах. Упражнять в прыжках на двух ногах. Повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	Пензулаева Л.И. Стр. 74
		Занятие 46	№ 3 – 16.12.2024 № 8 – 18.12.2024 № 9 – 17.12.2024 № 13 – 17.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную. Повторять лазание на гимнастическую стенку, упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 75

		Занятие 47	№ 3 – 18.12.2024 № 8 – 20.12.2024 № 9 – 19.12.2024 № 13 -19.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 3 – 20.12.2024 № 8 – 16.12.2024 № 9 – 20.12.2024 № 13 -16.12.2024	1	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом. Разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Развивать координацию движений и умение сохранять устойчивой равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие 46	№ 3 – 23.12.2024 № 8 – 25.12.2024 № 9 – 24.12.2024 № 13 – 24.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную. Повторять лазание на гимнастическую стенку, упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 75
		Занятие 47	№ 3 – 25.12.2024 № 8 – 27.12.2024 № 9 – 26.12.2024 № 13 – 26.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 3 – 27.12.2024 № 8 – 23.12.2024 № 9 – 27.12.2024 № 13 – 23.12.2024	1	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом. Разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Развивать координацию движений и умение сохранять устойчивой равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие 47	№ 3 – 30.12.2024 № 9 – 31.12.2024 № 13 – 31.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную. Повторять лазание на гимнастическую стенку, упражнения в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 13 – 30.12.2024 № 8 – 30.12.2024	1	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом. Разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Развивать координацию движений и умение сохранять устойчивой равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	Пензулаева Л.И. Стр. 77

Январь	Зима	Занятие 49	№ 8 – 10.01.2025 № 9 – 09.01.2025 № 13 – 09.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их. Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо.	Пензулаева Л.И. Стр. 80
		Занятие 50		1		Пензулаева Л.И. Стр. 82
		Занятие 51 (на свежем воздухе)	№ 3 – 10.01.2025 № 8 – 13.01.2025 № 9 – 10.01.2025	1	Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне. Повторить игровые упражнения.	Пензулаева Л.И. Стр. 83
		Занятие 52	№ 3 – 13.01.2025 № 8 – 15.01.2025 № 9 – 14.01.2025 № 13 – 14.01.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу. Разучить прыжки в длину с места. Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Пензулаева Л.И. Стр. 83
		Занятие 53	№ 3 – 15.01.2025 № 8 – 17.01.2025 № 9 – 16.01.2025 № 13 – 16.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 85
		Занятие 54 (на свежем воздухе)	№ 3 – 17.01.2025 № 8 – 20.01.2025 № 9 – 17.01.2025 № 13 - 13.01.2025	1	Программные задачи: - закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; - повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Пензулаева Л.И. Стр. 86
		Занятие 55	№ 3 – 20.01.2025 № 8 – 22.01.2025 № 9 – 21.01.2025 № 13 – 21.01.2025	1	Повторить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Повторить упражнение в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 87
		Занятие 56	№ 3 – 22.01.2025 № 8 – 24.01.2025 № 9 – 23.01.2025 № 13 – 23.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 88
		Занятие 57 (на свежем воздухе)	№ 3 – 24.01.2025 № 8 – 27.01.2025	1	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом,	Пензулаева Л.И. Стр. 88

		воздухе)	№ 9 – 24.01.2025 № 13 – 20.01.2025		прыжками и метанием снежков на дальность.	
		Занятие 58	№ 3 – 27.01.2025 № 8 – 29.01.2025 № 9 – 28.01.2025 № 13 – 28.01.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Пензулаева Л.И. Стр. 90
		Занятие 59	№ 3 – 29.01.2025 № 8 – 31.01.2025 № 9 – 30.01.2025 № 13 – 30.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 91
		Занятие 60 (на свежем воздухе)	№ 3 – 31.01.2025 № 8 – 03.02.2025 № 9 – 31.01.2025 № 13 – 27.01.2025	1		Разучить повороты на лыжах. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.
Февраль	День защитника Отечества	Занятие 61	№ 3 – 03.02.2025 № 8 – 05.02.2025 № 9 – 04.02.2025 № 13 – 04.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в беге, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Пензулаева Л.И. Стр. 94
		Занятие 62	№ 3 – 05.02.2025 № 8 – 07.02.2025 № 9 – 06.02.2025 № 13 – 06.02.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 95
		Занятие 63 (на свежем воздухе)	№ 3 – 07.02.2025 № 8 – 10.02.2025 № 9 – 07.02.2025 № 13 – 03.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом. Повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по леденой дорожке.	Пензулаева Л.И. Стр. 96
		Занятие 64	№ 3 – 10.02.2025 № 8 – 12.02.2025 № 9 – 11.02.2025 № 13 – 11.02.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, ходьбу и бег враспынную. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в ползании под дугу и отбивании мяча о землю.	Пензулаева Л.И. Стр. 97
		Занятие 65	№ 3 – 12.02.2025 № 8 – 14.02.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 99

			№ 9 – 13.02.2025 № 13 – 13.02.2025			
		Занятие 66 (на свежем воздухе)	№ 3 – 14.02.2025 № 8 – 17.02.2025 № 9 – 14.02.2025 № 13 – 10.02.2025	1	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 99
		Занятие 67	№ 3 – 17.02.2025 № 8 – 19.02.2025 № 9 – 18.02.2025 № 13 – 18.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Разучить метание в вертикальную цель. Упражнять в ползании под палку и перешагивание через шнур.	Пензулаева Л.И. Стр. 100
		Занятие 68	№ 3 – 19.02.2025 № 8 – 21.02.2025 № 9 – 20.02.2025 № 13 – 20.02.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 102
		Занятие 69 (на свежем воздухе)	№ 3 – 21.02.2025 № 8 – 24.02.2025 № 9 – 21.02.2025 № 13 – 17.02.2025	1	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Упражнять в метании снежков в цель и на дальность.	Пензулаева Л.И. Стр. 102
	Международный женский день	Занятие 70	№ 3 – 24.02.2025 № 8 – 26.02.2025 № 9 – 25.02.2025 № 13 – 25.02.2025	1	Упражнять детей в непрерывном беге, лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Повторить задания в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 103
		Занятие 71	№ 3 – 26.02.2025 № 8 – 28.02.2025 № 9 – 27.02.2025 № 13 – 27.02.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 105
		Занятие 72 (на свежем воздухе)	№ 3 – 28.02.2025 № 8 – 03.03.2025 № 9 – 28.02.2025 № 13 – 24.02.2025	1	Повторить построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий.	Пензулаева Л.И. Стр. 106
Март		Занятие 73	№ 3 – 03.03.2025 № 8 – 05.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Разучить	Пензулаева Л.И. Стр. 108

			№ 9 – 04.03.2025 № 13 – 04.03.2025		ходьбу по канату с мешочком на голове. Упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	
		Занятие 74	№ 3 – 05.03.2025 № 8 – 07.03.2025 № 9 – 06.03.2025 № 13 – 06.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 110
		Занятие 75 (на свежем воздухе)	№ 3 – 07.03.2025 № 8 – 10.03.2025 № 13 – 03.03.2025	1	Повторить игровые упражнения с бегом. Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 111
Народная культура и традиции		Занятие 76	№ 3 – 10.03.2025 № 8 – 12.03.2025 № 9 – 11.03.2025 № 13 – 11.03.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную. Разучить прыжок в высоту с разбега. Упражнять в метании мешочков в цель, ползании между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 112
		Занятие 77	№ 3 – 12.03.2025 № 8 – 14.03.2025 № 9 – 13.03.2025 № 13 – 13.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 114
		Занятие 78 (на свежем воздухе)	№ 3 – 14.03.2025 № 8 – 17.03.2025 № 9 – 14.03.2025 № 13 – 10.03.2025	1	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 114
		Занятие 79	№ 3 – 17.03.2025 № 8 – 19.03.2025 № 9 – 18.03.2025 № 13 – 18.03.2025	1	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в умении сохранять равновесие в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 116
		Занятие 80	№ 8 – 21.03.2025 № 9 – 19.03.2025 № 13 – 20.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 117
		Занятие 81 (на свежем воздухе)	№ 3 – 21.03.2025 № 8 – 24.03.2025 № 9 – 21.03.2025 № 13 – 17.03.2025	1	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании. Повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 117

		Занятие 82	№ 3 – 24.03.2025 № 8 – 26.03.2025 № 9 – 25.03.2025 № 13 – 25.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении. Повторить упражнения в метании в горизонтальную цель. Упражнять в лазанье и умении сохранять равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 119
		Занятие 83	№ 3 – 26.03.2025 № 8 – 28.03.2025 № 9 – 27.03.2025 № 13 – 27.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 121
		Занятие 84 (на свежем воздухе)	№ 3 – 28.03.2025 № 8 – 31.03.2025 № 9 – 28.03.2025 № 13 – 24.03.2025	1		Упражнять в беге на скорость. Разучить упражнение с прокатыванием мяча. Повторить игровые задания с прыжками.
Апрель	Весна	Занятие 85	№ 3 – 31.03.2025 № 8 – 02.04.2025 № 9 – 01.04.2025 № 13 – 01.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Упражнять в прыжках в метании.	Пензулаева Л.И. Стр. 123
		Занятие 86	№ 3 – 02.04.2025 № 8 – 04.04.2025 № 9 – 03.04.2025 № 13 – 03.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 125
		Занятие 87 (на свежем воздухе)	№ 3 – 04.04.2025 № 8 – 07.04.2025 № 9 – 04.04.2025 № 13 – 31.03.2025	1	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега. Повторить игру с бегом. Развивать ловкость в играх с большим мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 125
		Занятие 88	№ 3 – 07.04.2025 № 8 – 09.04.2025 № 9 – 08.04.2025 № 13 – 08.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег между предметами. Разучить прыжки с короткой скакалкой. Упражнять в прокатывании обручей.	Пензулаева Л.И. Стр. 126
		Занятие 89	№ 3 – 09.04.2025 № 8 – 11.04.2025 № 9 – 10.04.2025 № 13 – 10.04.2025	1	Пензулаева Л.И. Стр. 128	

		Занятие 90 (на свежем воздухе)	№ 3 – 11.04.2025 № 8 – 14.04.2025 № 9 – 11.04.2025 № 13 – 07.04.2025	1	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость в прокатывании обруча. Повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 128
День Победы		Занятие 91	№ 3 – 14.04.2025 № 8 – 16.04.2025 № 9 – 15.04.2025 № 13 – 15.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер. Упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Пензулаева Л.И. Стр. 130
		Занятие 92	№ 3 – 16.04.2025 № 8 – 18.04.2025 № 9 – 17.04.2025 № 13 – 17.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 131
		Занятие 93 (на свежем воздухе)	№ 3 – 18.04.2025 № 8 – 21.04.2025 № 9 – 18.04.2025 № 13 – 14.04.2025	1	Упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	Пензулаева Л.И. Стр. 132
		Занятие 94	№ 3 – 21.04.2025 № 8 – 23.04.2025 № 9 – 22.04.2025 № 13 – 22.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку. Упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 133
		Занятие 95	№ 3 – 23.04.2025 № 8 – 25.04.2025 № 9 – 24.04.2025 № 13 – 24.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 135
		Занятие 96 (на свежем воздухе)	№ 3 – 25.04.2025 № 8 – 28.04.2025 № 9 – 25.04.2025 № 13 – 21.04.2025	1	Упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 136
		Занятие 95	№ 3 – 28.04.2025 № 8 – 30.04.2025 № 9 – 29.04.2025 № 13 – 29.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку. Упражнять в сохранении равновесия и прыжках	Пензулаева Л.И. Стр. 135

		Занятие 96 (на свежем воздухе)	№ 3 – 30.04.2025 № 8 – 05.05.2025 № 13 – 28.04.2025	1	Упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 136
Май		Занятие 97	№ 3 – 05.05.2025 № 8 – 07.05.2025 № 9 – 06.05.2025 № 13 – 06.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя, сохранении равновесия на повышенной опоре. Повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 138
		Занятие 98	№ 3 – 07.05.2025 № 9 – 08.05.2025 № 13 – 08.05.2025	1		
		Занятие 99 (на свежем воздухе)	№ 13 – 05.05.2025 № 8 – 12.05.2025	1	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	Пензулаева Л.И. Стр. 140
	Лето		Занятие 100	№ 3 – 12.05.2025 № 8 – 14.05.2025 № 9 – 13.05.2025 № 13 – 13.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному с перешагиваем через предметы. Разучить прыжок в длину с разбега. Упражнять в перебрасывании мяча.
		Занятие 101	№ 3 – 14.05.2025 № 8 – 16.05.2025 № 9 – 15.05.2025 № 13 – 15.05.2025	1	Пензулаева Л.И. Стр. 143	
		Занятие 102 (на свежем воздухе)	№ 3 – 16.05.2025 № 8 – 19.05.2025 № 9 – 16.05.2025 № 13 – 12.05.2025	1	Развивать выносливость в непрерывном беге. Упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер. Повторить игровые упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 143
		Занятие 103	№ 3 – 19.05.2025 № 8 – 21.05.2025 № 9 – 20.05.2025 № 13 – 20.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную. Развивать ловкость в упражнениях с мячом и обручем. Повторить упражнения в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 145
		Занятие 104	№ 3 – 21.05.2025 № 8 – 23.05.2025 № 9 – 22.05.2025	1		

			№ 13 – 22.05.2025			
	Занятие 105 (на свежем воздухе)		№ 3 – 23.05.2025 № 8 – 26.05.2025 № 9 – 23.05.2025 № 13 – 19.05.2025	1	Упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с мячом и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 147
	Занятие 106		№ 3 – 26.05.2025 № 8 – 28.05.2025 № 9 – 27.05.2025 № 13 – 27.05.2025	1	Повторить ходьбу с изменением темпа движения. Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе. Повторить прыжки между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 148
	Занятие 107		№ 3 – 28.05.2025 № 8 – 30.05.2025 № 9 – 29.05.2025 № 13 – 29.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 150
	Занятие 108 (на свежем воздухе)		№ 3 – 30.05.2025 № 9 – 30.05.2025 № 13 – 28.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения. Повторить игровые упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 150

Физическая культура (возраст от 6 до 7 лет)

Календарно-тематическое планирование по методическим пособиям:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.

месяц	Тема периода	Тема ООД	Дата проведения	Кол-во часов	Программное содержание	Методическое обеспечение
Сентябрь	День знаний				Упражнять детей в беге колонной по одному,	Пензулаева Л.И.

		Занятие 1	№ 2 – 03.09.2024 № 6 – 02.09.2024 № 11 – 02.09.2024 № 12 – 02.09.2024 № 15 – 03.09.2024	1	умении переходить с бега на ходьбу, сохранени и равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	Стр. 10
		Занятие 2	№ 2 – 05.09.2024 № 6 – 04.09.2024 № 11 – 04.09.2024 № 12 – 04.09.2024 № 15 – 05.09.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 12
		Занятие 3 (на свежем воздухе)	№ 2 – 06.09.2024 № 6 – 06.09.2024 № 11 – 06.09.2024 № 12 – 06.09.2024 № 15 – 04.09.2024	1	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением. Знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость, глазомер, точность движений. Повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Пензулаева Л.И. Стр. 12
	Осень	Занятие 4	№ 2 – 10.09.2024 № 6 – 09.09.2024 № 11 – 09.09.2024 № 12 – 09.09.2024 № 15 – 10.09.2024	1	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции. Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета. Повторить упражнение с мячом и лазанье под	Пензулаева Л.И. Стр. 13
		Занятие 5	№ 2 – 12.09.2024 № 6 – 11.09.2024 № 11 – 11.09.2024 № 12 – 11.09.2024 № 15 – 12.09.2024	1	шнур, не задевая его.	Пензулаева Л.И. Стр. 16
		Занятие 6 (на свежем воздухе)	№ 2 – 13.09.2024 № 6 – 13.09.2024 № 11 – 13.09.2024 № 12 – 13.09.2024 № 15 – 11.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу. Развивать внимание и быстроту движений.	Пензулаева Л.И. Стр. 16
		Занятие 7	№ 2 – 17.09.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким	Пензулаева Л.И.

			№ 6 – 16.09.2024 № 11 – 16.09.2024 № 12 – 16.09.2024 № 15 – 17.09.2024		фиксированием поворотов. Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в заданиях на сохранение равновесия.	Стр. 18
		Занятие 8	№ 2 – 19.09.2024 № 6 – 18.09.2024 № 11 – 18.09.2024 № 12 – 18.09.2024 № 15 – 19.09.2024	1	Повторить упражнение на ползание по гимнастической скамейке.	Пензулаева Л.И. Стр. 19
		Занятие 9 (на свежем воздухе)	№ 2 – 20.09.2024 № 6 – 20.09.2024 № 11 – 20.09.2024 № 12 – 20.09.2024 № 15 – 18.09.2024	1	Упражнять в чередовании ходьбы и бега. Развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 20
		Занятие 10	№ 2 – 24.09.2024 № 6 – 23.09.2024 № 11 – 23.09.2024 № 12 – 23.09.2024 № 15 – 24.09.2024	1	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу педагога, в ползании по гимнастической скамейке. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной опоре с выполнением задания.	Пензулаева Л.И. Стр. 21
		Занятие 11	№ 2 – 26.09.2024 № 6 – 25.09.2024 № 11 – 25.09.2024 № 12 – 25.09.2024 № 15 – 26.09.2024	1	Повторить прыжки через шнуры.	Пензулаева Л.И. Стр. 23
		Занятие 12 (на свежем воздухе)	№ 2 – 27.09.2024 № 6 – 27.09.2024 № 11 – 27.09.2024 № 12 – 27.09.2024 № 15 – 25.09.2024	1	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу педагога, упражнения в прыжках и с мячом. Разучить новую игру.	Пензулаева Л.И. Стр. 23
Октябрь	Мой город, моя страна, моя планета	Занятие 13	№ 2 – 01.10.2024 № 6 – 30.09.2024 № 11 – 30.09.2024	1	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе	Пензулаева Л.И. Стр. 26

			№ 12 – 30.09.2024 № 15 – 01.10.2024		по повышенной опоре и прыжках. Развивать ловкость в упражнении с мячом.	
		Занятие 14	№ 2 – 03.10.2024 № 6 – 02.10.2024 № 11 – 02.10.2024 № 12 – 02.10.2024 № 15 – 03.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 27
		Занятие 15 (на свежем воздухе)	№ 2 – 04.10.2024 № 6 – 04.10.2024 № 11 – 04.10.2024 № 12 – 04.10.2024 № 15 – 02.10.2024	1	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий. Развивать ловкость в упражнениях с мячом. Повторить задание в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 28
		Занятие 16	№ 2 – 08.10.2024 № 6 – 07.10.2024 № 11 – 07.10.2024 № 12 – 07.10.2024 № 15 - 08.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу. Отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки. Развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 29
		Занятие 17	№ 2 – 10.10.2024 № 6 – 09.10.2024 № 11 – 09.10.2024 № 12 – 09.10.2024 № 15 – 10.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 31
		Занятие 18 (на свежем воздухе)	№ 2 – 11.10.2024 № 6 – 11.10.2024 № 11 – 11.10.2024 № 12 – 11.10.2024 № 15 – 09.10.2024	1	Повторить бег в среднем темпе. Развивать точность броска. Упражнять в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 31
	День народного единства	Занятие 19	№ 2 – 15.10.2024 № 6 – 14.10.2024 № 11 – 14.10.2024 № 12 – 14.10.2024 № 15 – 15.10.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен. Повторить упражнения в ведении мяча, ползании. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Стр. 32

		Занятие 20	№ 2 – 17.10.2024 № 6 – 16.10.2024 № 11 – 16.10.2024 № 12 – 16.10.2024 № 15 – 17.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 34
		Занятие 21 (на свежем воздухе)	№ 2 – 18.10.2024 № 6 – 18.10.2024 № 11 – 18.10.2024 № 12 – 18.10.2024 № 15 – 16.10.2024	1	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умения действовать по сигналу воспитателя. Развивать точность в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 35
		Занятие 22	№ 2 – 22.10.2024 № 6 – 21.10.2024 № 11 – 21.10.2024 № 12 – 21.10.2024 № 15 – 22.10.2024	1	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием. Повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 36
		Занятие 23	№ 2 – 24.10.2024 № 6 – 23.10.2024 № 11 – 23.10.2024 № 12 – 23.10.2024 № 15 – 24.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 37
		Занятие 24 (на свежем воздухе)	№ 2 – 25.10.2024 № 6 – 25.10.2024 № 11 – 25.10.2024 № 12 – 25.10.2024 № 15 – 23.10.2024	1	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу педагога, бег в умеренном темпе. Упражнять в прыжках и переброске мяча.	Пензулаева Л.И. Стр. 38
		Занятие 25	№ 2 – 29.10.2024 № 6 – 28.10.2024 № 11 – 28.10.2024 № 12 – 28.10.2024 № 15 – 29.10.2024	1	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу. Упражнять в ходьбе по канату, положенному на пол, в энергичном отталкивании в прыжках через шнур. Повторить эстафету с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 40
		Занятие 26	№ 2 – 31.10.2024 № 6 – 30.10.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 42

			№ 11 – 30.10.2024 № 12 – 30.10.2024 № 15 – 31.10.2024			
		Занятие 27 (на свежем воздухе)	№ 2 – 01.11.2024 № 6 – 01.11.2024 № 11 – 01.11.2024 № 12 – 01.11.2024 № 15 – 30.10.2024	1	Закреплять навык ходьбы с перешагиванием через предметы, бега с перепрыгиванием через предметы. Повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 43
Ноябрь		Занятие 28	№ 2 – 05.11.2024 № 6 – 04.11.2024 № 11 – 04.11.2024 № 12 – 04.11.2024 № 15 – 05.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения, в прыжках через короткую скакалку. Повторить бросание мяча друг другу, ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Пензулаева Л.И. Стр. 44
		Занятие 29	№ 2 – 07.11.2024 № 6 – 06.11.2024 № 11 – 06.11.2024 № 12 – 06.11.2024 № 15 – 07.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 46
		Занятие 30 (на свежем воздухе)	№ 2 – 08.11.2024 № 6 – 08.11.2024 № 11 – 08.11.2024 № 12 – 08.11.2024 № 15 – 06.11.2024	1	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу. повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 46
	Новый год	Занятие 31	№ 2 – 12.11.2024 № 6 – 11.11.2024 № 11 – 11.11.2024 № 12 – 11.11.2024 № 15 – 12.11.2024	1	Упражнять в ходьбе и беге змейкой между предметами, пролезании под дугу. Повторить ведение мяча с продвижением вперед. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе между предметами.	Пензулаева Л.И. Стр. 48
		Занятие 32	№ 2 – 14.11.2024 № 6 – 13.11.2024 № 11 – 13.11.2024 № 12 – 13.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 50

		№ 15 – 14.11.2024			
	Занятие 33 (на свежем воздухе)	№ 2 – 15.11.2024 № 6 – 15.11.2024 № 11 – 15.11.2024 № 12 – 15.11.2024 № 15 – 13.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен. повторить игровые упражнения с мячом и бегом.	Пензулаева Л.И. Стр. 50
	Занятие 34	№ 2 – 19.11.2024 № 6 – 18.11.2024 № 11 – 18.11.2024 № 12 – 18.11.2024 № 15 – 19.11.2024	1	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость. Разучить переход с одного пролета на другой при лазании на гимнастическую стенку.	Пензулаева Л.И. Стр. 51
	Занятие 35	№ 2 – 21.11.2024 № 6 – 20.11.2024 № 11 – 20.11.2024 № 12 – 20.11.2024 № 15 – 21.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 53
	Занятие 36 (на свежем воздухе)	№ 2 – 22.11.2024 № 6 – 22.11.2024 № 11 – 22.11.2024 № 12 – 22.11.2024 № 15 – 20.11.2024	1	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения. Упражнять в поворотах прыжком на месте, выполнении заданий с мячом. повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы.	Пензулаева Л.И. Стр. 54
	Занятие 37	№ 2 – 26.11.2024 № 6 – 25.11.2024 № 11 – 25.11.2024 № 12 – 25.11.2024 № 15 – 26.11.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, беге враспынную, сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 56
	Занятие 38	№ 2 – 28.11.2024 № 6 – 27.11.2024 № 11 – 27.11.2024 № 12 – 27.11.2024 № 15 – 28.11.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 58
	Занятие 39	№ 2 – 29.11.2024	1	Повторить ходьбу в колонне по одному с	Пензулаева Л.И.

		(на свежем воздухе)	№ 6 – 29.11.2024 № 11 – 29.11.2024 № 12 – 29.11.2024 № 15 – 27.11.2024		остановкой по сигналу педагога. Упражнять детей в продолжительном беге. Повторить упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Стр. 58
Декабрь		Занятие 40	№ 2 – 03.12.2024 № 6 – 02.12.2024 № 11 – 02.12.2024 № 12 – 02.12.2024 № 15 – 03.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, прыжках на правой и левой ноге попеременно. Повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 59
		Занятие 41	№ 2 – 05.12.2024 № 6 – 04.12.2024 № 11 – 04.12.2024 № 12 – 04.12.2024 № 15 – 05.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 61
		Занятие 42 (на свежем воздухе)	№ 2 – 06.12.2024 № 6 – 06.12.2024 № 11 – 06.12.2024 № 12 – 06.12.2024 № 15 – 04.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу педагога. Повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 61
		Занятие 43	№ 2 – 10.12.2024 № 6 – 09.12.2024 № 11 – 09.12.2024 № 12 – 09.12.2024 № 15 – 10.12.2024	1	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением. Упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер. Упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 63
		Занятие 44	№ 2 – 12.12.2024 № 6 – 11.12.2024 № 11 – 11.12.2024 № 12 – 11.12.2024 № 15 – 12.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 64
		Занятие 45 (на свежем воздухе)	№ 2 – 13.12.2024 № 6 – 13.12.2024 № 11 – 13.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, с остановкой по сигналу педагога. повторить задания с мячом, упражнения в	Пензулаева Л.И. Стр. 65

			№ 12 – 13.12.2024 № 15 – 11.12.2024		прыжках, равновесии.	
		Занятие 46	№ 2 – 17.12.2024 № 6 – 16.12.2024 № 11 – 16.12.2024 № 12 – 16.12.2024 № 15 – 17.12.2024	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону. Упражнять в ползании по скамейке способом «по-медвежьи». Повторить упражнение в прыжках и равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 66
		Занятие 47	№ 2 – 19.12.2024 № 6 – 18.12.2024 № 11 – 18.12.2024 № 12 – 18.12.2024 № 15 – 19.12.2024	1		Пензулаева Л.И. Стр. 68
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 2 – 20.12.2024 № 6 – 20.12.2024 № 11 – 20.12.2024 № 12 – 20.12.2024 № 15 – 18.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега. Разучить игровое задание с использованием клюшки и шайбы. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков.	Пензулаева Л.И. Стр. 68
		Занятие 46	№ 2 – 24.12.2024 № 6 – 23.12.2024 № 11 – 23.12.2024 № 12 – 23.12.2024 № 15 – 24.12.2024	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону. Упражнять в ползании по скамейке способом «по-медвежьи». Повторить упражнение в прыжках и равновесии.	Пензулаева Л.И. Стр. 66
		Занятие 47	№ 2 – 26.12.2024 № 6 – 25.12.2024 № 11 – 25.12.2024 № 12 – 25.12.2024 № 15 – 26.12.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 68
		Занятие 48 (на свежем воздухе)	№ 2 – 27.12.2024 № 6 – 27.12.2024 № 11 – 27.12.2024 № 12 – 27.12.2024 № 15 – 25.12.2024	1	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега. Разучить игровое задание с использованием клюшки и шайбы. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков.	Пензулаева Л.И. Стр. 68

		Занятие 49	№ 2 – 31.12.2024 № 6 – 30.12.2024 № 11 – 30.12.2024 № 12 – 30.12.2024 № 15 – 31.12.2024	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу педагога. Упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжках на двух ногах через препятствие.	Пензулаева Л.И. Стр. 70
Январь	Зима	Занятие 50	№ 2 – 09.01.2025 № 6 – 08.01.2025 № 11 – 08.01.2025 № 12 – 08.01.2025 № 15 – 09.01.2025	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу педагога. Упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжках на двух ногах через препятствие.	Пензулаева Л.И. Стр. 70
		Занятие 51 (на свежем воздухе)	№ 2 – 10.01.2025 № 6 – 10.01.2025 № 11 – 10.01.2025 № 12 – 10.01.2025 № 15 – 08.01.2025	1	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге между предметами, ходьбе и беге врассыпную. Повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке.	Пензулаева Л.И. Стр. 72
		Занятие 52	№ 2 – 14.01.2025 № 6 – 13.01.2025 № 11 – 13.01.2025 № 12 – 13.01.2025 № 15 – 14.01.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук. Упражнять в прыжках в длину с места. Развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Пензулаева Л.И. Стр. 73
		Занятие 53	№ 2 – 16.01.2025 № 6 – 15.01.2025 № 11 – 15.01.2025 № 12 – 15.01.2025 № 15 – 16.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 75
		Занятие 54 (на свежем воздухе)	№ 2 – 17.01.2025 № 6 – 17.01.2025 № 11 – 17.01.2025 № 12 – 17.01.2025 № 15 – 15.01.2025	1	Повторить упражнение с элементами хоккея. Упражнять в метании снежков на дальность, в прыжках на двух ногах.	Пензулаева Л.И. Стр. 76

		Занятие 55	№ 2 – 21.01.2025 № 6 – 20.01.2025 № 11 – 20.01.2025 № 12 – 20.01.2025 № 15 – 21.01.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Повторить пролезание под шнур.	Пензулаева Л.И. Стр. 77
		Занятие 56	№ 2 – 23.01.2025 № 6 – 22.01.2025 № 11 – 22.01.2025 № 12 – 22.01.2025 № 15 – 23.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 79
		Занятие 57 (на свежем воздухе)	№ 2 – 24.01.2025 № 6 – 24.01.2025 № 11 – 24.01.2025 № 12 – 24.01.2025 № 15 – 22.01.2025	1	Упражнять детей в ходьбе между снежками. Разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую. Повторить катание друг друга на санках.	Пензулаева Л.И. Стр. 80
		Занятие 58	№ 2 – 28.01.2025 № 6 – 27.01.2025 № 11 – 27.01.2025 № 12 – 27.01.2025 № 15 – 28.01.2025	1	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения. Упражнять в ползании на четвереньках и в прыжках. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 81
		Занятие 59	№ 2 – 30.01.2025 № 6 – 29.01.2025 № 11 – 29.01.2025 № 12 – 29.01.2025 № 15 – 30.01.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 82
		Занятие 60 (на свежем воздухе)	№ 2 – 31.01.2025 № 6 – 31.01.2025 № 11 – 31.01.2025 № 12 – 31.01.2025 № 15 – 29.01.2025	1	Повторить ходьбу между постройками из снега. Упражнять в скольжении по ледяной дорожке.	Пензулаева Л.И. Стр. 83
Февраль	День защитника Отечества	Занятие 61	№ 2 – 04.02.2025 № 6 – 03.02.2025	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением	Пензулаева Л.И. Стр. 84

			№ 11 – 03.02.2025 № 12 – 03.02.2025 № 15 – 04.02.2025		дополнительного задания. Закреплять навык энергичного отталкивания ногами от пола в прыжках.	
		Занятие 62	№ 2 – 06.02.2025 № 6 – 05.02.2025 № 11 – 05.02.2025 № 12 – 05.02.2025 № 15 – 06.02.2025	1	Повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Пензулаева Л.И. Стр. 86
		Занятие 63 (на свежем воздухе)	№ 2 – 07.02.2025 № 6 – 07.02.2025 № 11 – 07.02.2025 № 12 – 07.02.2025 № 15 – 05.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу педагога. Повторить игровое упражнение с клюшкой и шайбой, игровое задание в прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 86
		Занятие 64	№ 2 – 11.02.2025 № 6 – 10.02.2025 № 11 – 10.02.2025 № 12 – 10.02.2025 № 15 – 11.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук, в перебрасывании мяча. Разучить прыжки с подскоком. Повторить пролезание под шнур.	Пензулаева Л.И. Стр. 87
		Занятие 65	№ 2 – 13.02.2025 № 6 – 12.02.2025 № 11 – 12.02.2025 № 12 – 12.02.2025 № 15 – 13.02.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 89
		Занятие 66 (на свежем воздухе)	№ 2 – 14.02.2025 № 6 – 14.02.2025 № 11 – 14.02.2025 № 12 – 14.02.2025 № 15 – 12.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением задания. Повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Пензулаева Л.И. Стр. 90
		Занятие 67	№ 2 – 18.02.2025 № 6 – 17.02.2025 № 11 – 17.02.2025 № 12 – 17.02.2025	1	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастической стенке.	Пензулаева Л.И. Стр. 91

			№ 15 – 18.02.2025		Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	Пензулаева Л.И. Стр. 92
		Занятие 68	№ 2 – 20.02.2025 № 6 – 19.02.2025 № 11 – 19.02.2025 № 12 – 19.02.2025 № 15 – 20.02.2025	1		
	Международный женский день	Занятие 69 (на свежем воздухе)	№ 2 – 21.02.2025 № 6 – 21.02.2025 № 11 – 21.02.2025 № 12 – 21.02.2025 № 15 – 19.02.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий. Повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Пензулаева Л.И. Стр. 93
		Занятие 70	№ 2 – 25.02.2025 № 6 – 24.02.2025 № 11 – 24.02.2025 № 12 – 24.02.2025 № 15 – 25.02.2025	1	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами. Повторить упражнение в равновесии и прыжки.	Пензулаева Л.И. Стр. 94
		Занятие 71	№ 2 – 27.02.2025 № 6 – 26.02.2025 № 11 – 26.02.2025 № 12 – 26.02.2025 № 15 – 27.02.2025	1		
Занятие 72 (на свежем воздухе)	№ 2 – 28.02.2025 № 6 – 28.02.2025 № 11 – 28.02.2025 № 12 – 28.02.2025 № 15 – 26.02.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания. Повторить игровые упражнения с метанием снежков и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 96		
Март	Занятие 73	№ 2 – 04.03.2025 № 6 – 03.03.2025 № 11 – 03.03.2025 № 12 – 03.03.2025 № 15 – 04.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре с дополнительным заданием. Повторить прыжки и упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 98	
	Занятие 74	№ 2 – 06.03.2025	1			Пензулаева Л.И.

			№ 6 – 05.03.2025 № 11 – 05.03.2025 № 12 – 05.03.2025 № 15 – 06.03.2025			Стр. 100
		Занятие 75 (на свежем воздухе)	№ 2 – 07.03.2025 № 6 – 07.03.2025 № 11 – 07.03.2025 № 12 – 07.03.2025 № 15 – 05.03.2025	1	Упражнять в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с прыжками и мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 101
Народная культура и традиции		Занятие 76	№ 2 – 11.03.2025 № 6 – 10.03.2025 № 11 – 10.03.2025 № 12 – 10.03.2025 № 15 – 11.03.2025	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную. Повторить упражнения в прыжках, ползании, задания с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 102
		Занятие 77	№ 2 – 13.03.2025 № 6 – 12.03.2025 № 11 – 12.03.2025 № 12 – 12.03.2025 № 15 – 13.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 104
		Занятие 78 (на свежем воздухе)	№ 2 – 14.03.2025 № 6 – 14.03.2025 № 11 – 14.03.2025 № 12 – 14.03.2025 № 15 – 12.03.2025	1	Упражнять детей в беге, прыжках. Развивать ловкость в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 105
		Занятие 79	№ 2 – 18.03.2025 № 6 – 17.03.2025 № 11 – 17.03.2025 № 12 – 17.03.2025 № 15 – 18.03.2025	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий и ползание. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель. Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 106
		Занятие 80	№ 2 – 20.03.2025 № 6 – 19.03.2025 № 11 – 19.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 108

			№ 12 – 19.03.2025 № 15 – 20.03.2025			
		Занятие 81 (на свежем воздухе)	№ 2 – 21.03.2025 № 6 – 21.03.2025 № 11 – 21.03.2025 № 12 – 21.03.2025 № 15 – 19.03.2025	1	Упражнять детей в беге на скорость. Повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 108
		Занятие 82	№ 2 – 25.03.2025 № 6 – 24.03.2025 № 11 – 24.03.2025 № 12 – 24.03.2025 № 15 – 25.03.2025	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания. Упражнять в лазанье. Повторить упражнения в равновесии и прыжки.	Пензулаева Л.И. Стр. 109
		Занятие 83	№ 2 – 27.03.2025 № 6 – 26.03.2025 № 11 – 26.03.2025 № 12 – 26.03.2025 № 15 – 27.03.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 111
		Занятие 84 (на свежем воздухе)	№ 2 – 28.03.2025 № 6 – 28.03.2025 № 11 – 28.03.2025 № 12 – 28.03.2025 № 15 – 26.03.2025	1	Повторить упражнения с бегом. Развивать ловкость в прыжках и упражнениях с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 111
Апрель	Весна	Занятие 85	№ 2 – 01.04.2025 № 6 – 31.03.2025 № 11 – 31.03.2025 № 12 – 31.03.2025 № 15 – 01.04.2025	1	Повторить игровые упражнения в ходьбе и беге. Упражнять в прыжках, с мячом. формировать умение сохранять устойчивое равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 113
		Занятие 86	№ 2 – 03.04.2025 № 6 – 02.04.2025 № 11 – 02.04.2025 № 12 – 02.04.2025 № 15 – 03.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 115

		Занятие 87 (на свежем воздухе)	№ 2 – 04.04.2025 № 6 – 04.04.2025 № 11 – 04.04.2025 № 12 – 04.04.2025 № 15 – 02.04.2025	1	Повторить игровое упражнение с бегом. развивать ловкость при выполнении игровых заданий с мячом, прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 115
		Занятие 88	№ 2 – 08.04.2025 № 6 – 07.04.2025 № 11 – 07.04.2025 № 12 – 07.04.2025 № 15 – 08.04.2025	1	Повторить упражнения в ходьбе и бег. упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	Пензулаева Л.И. Стр. 117
		Занятие 89	№ 2 – 10.04.2025 № 6 – 09.04.2025 № 11 – 09.04.2025 № 12 – 09.04.2025 № 15 – 10.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 119
		Занятие 90 (на свежем воздухе)	№ 2 – 11.04.2025 № 6 – 11.04.2025 № 11 – 11.04.2025 № 12 – 11.04.2025 № 15 – 09.04.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге. Повторить упражнения с мячом и прыжки.	Пензулаева Л.И. Стр. 119
	День Победы	Занятие 91	№ 2 – 15.04.2025 № 6 – 14.04.2025 № 11 – 14.04.2025 № 12 – 14.04.2025 № 15 – 15.04.2025	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары. Повторить упражнения с метанием мешочков на дальность, ползанием. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие.	Пензулаева Л.И. Стр. 120
		Занятие 92	№ 2 – 17.04.2025 № 6 – 16.04.2025 № 11 – 16.04.2025 № 12 – 16.04.2025 № 15 – 17.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 122
		Занятие 93 (на свежем воздухе)	№ 2 – 18.04.2025 № 6 – 18.04.2025	1	Повторить бег на скорость. Упражнять детей в заданиях с прыжками, в умении сохранять	Пензулаева Л.И. Стр. 123

		воздухе)	№ 11 – 18.04.2024 № 12 – 18.04.2025 № 15 – 16.04.2025		устойчивое равновесие.	
		Занятие 94	№ 2 – 22.04.2025 № 6 – 21.04.2025 № 11 – 21.04.2025 № 12 – 21.04.2025 № 15 – 22.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, упражнения с мячом. Упражнять в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 124
		Занятие 95	№ 2 – 24.04.2025 № 6 – 23.04.2025 № 11 – 23.04.2025 № 12 – 23.04.2025 № 15 – 24.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 126
		Занятие 96 (на свежем воздухе)	№ 2 – 25.04.2025 № 6 – 25.04.2025 № 11 – 25.04.2025 № 12 – 25.04.2025 № 15 – 23.04.2025	1	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом. Развивать ловкость при выполнении упражнений в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 126
		Занятие 94	№ 2 – 29.04.2025 № 6 – 28.04.2025 № 11 – 28.04.2025 № 12 – 28.04.2025 № 15 – 29.04.2025	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, упражнения с мячом. Упражнять в равновесии и прыжках.	Пензулаева Л.И. Стр. 124
		Занятие 95	№ 6 – 30.04.2025 № 11 – 30.04.2025 № 12 – 30.04.2025			
		Занятие 96 (на свежем воздухе)	№ 15 – 30.04.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 126
Май		Занятие 97	№ 2 – 06.05.2025 № 6 – 05.05.2025 № 6 – 02.04.2025	1	Повторить упражнения в ходьбе и беге. упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках с	Пензулаева Л.И. Стр. 128

			№ 11 – 06.05.2025 № 12 – 06.05.2025 № 15 – 06.05.2025		продвижением вперед на одной ноге, в бросании малого мяча о стену.	
		Занятие 98	№ 6 – 07.05.2025 № 11 – 08.05.2025 № 12 – 08.05.2025 № 15 – 08.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 130
		Занятие 99 (на свежем воздухе)	№ 15 – 07.05.2025	1	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость, в прыжках через короткую скакалку. Развивать точность при переброске мяча друг другу в движении. Повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Пензулаева Л.И. Стр. 130
До свидания, детский сад! Здравствуй, школа!		Занятие 100	№ 2 – 13.05.2025 № 6 – 12.05.2025 № 11 – 12.05.2025 № 12 – 12.05.2025 № 15 – 13.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места. Повторить упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 131
		Занятие 101	№ 2 – 15.05.2025 № 6 – 14.05.2025 № 11 – 14.05.2025 № 12 – 14.05.2025 № 15 – 15.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 133
		Занятие 102 (на свежем воздухе)	№ 2 – 16.05.2025 № 6 – 16.05.2025 № 11 – 16.05.2025 № 12 – 16.05.2025 № 15 – 14.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий, в прыжках. Повторить упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 133
		Занятие 103	№ 2 – 20.05.2025 № 6 – 19.05.2025 № 11 – 19.05.2025 № 12 – 19.05.2025 № 15 – 20.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу. Повторить метание мешочков на дальность, прыжки. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 135

		Занятие 104	№ 2 – 22.05.2025 № 6 – 21.05.2025 № 11 – 21.05.2025 № 12 – 21.05.2025 № 15 – 22.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 136
		Занятие 105 (на свежем воздухе)	№ 2 – 23.05.2025 № 6 – 23.05.2025 № 11 – 23.05.2025 № 12 – 23.05.2025 № 15 – 21.05.2025	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную. Повторить задания с мячом и прыжками.	Пензулаева Л.И. Стр. 137
		Занятие 106	№ 2 – 27.05.2025 № 6 – 26.05.2025 № 11 – 26.05.2025 № 12 – 26.05.2025 № 15 – 27.05.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, в прыжках. Повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку. Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Стр. 139
		Занятие 107	№ 2 – 29.05.2025 № 6 – 28.05.2025 № 11 – 28.05.2025 № 12 – 28.05.2025 № 15 – 29.05.2025	1		Пензулаева Л.И. Стр. 140
		Занятие 108 (на свежем воздухе)	№ 2 – 30.05.2025 № 6 – 30.05.2025 № 11 – 30.05.2025 № 12 – 30.05.2025 № 15 – 28.05.2025	1	Упражнять в ходьбе и беге. Повторить задания с мячом.	Пензулаева Л.И. Стр. 141

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Содержание дополнений, изменений	Реквизиты документов