

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАРЫМСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»

Принято на заседании
педагогического совета
школы
протокол № 7
от 31.08.2024

Утверждено
приказом
директора школы от
31.08.2024
№ 182

**Перспективное планирование
группы предшкольной подготовки**

Физическая культура

Ядрошникова Н. Н.

Нарым

месяц	№	Дети с 5-6 лет	Дети с 6-7 лет
Сентябрь 1 нед.		Тема. Цели.	
	1-2 5.09- 7.09	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча.	СЕНТЯБРЬ Цели: Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. 4,6
		Автор: Л. И. Пензулаева « Физкультурные занятия в детском саду» старшая группа, 14-16	Автор: Л. И. Пензулаева « Физкультурные занятия в детском саду» подготовительная группа, стр.8-9
	3 8.09	Цели: Упражнять в построении в колонну по одному; упражнять в равновесии и прыжках. Стр. 16-18	Цели: Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 7 Стр. 10
2 нед.	4-5 12.09- 14.09	Цели: Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин. Стр. 18-19	Цели: Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. 11,13 Стр. 10-12
	6 15.09	Цели: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом. Стр. 19-20	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений. 14 Стр. 13
	7-8 19.09- 21.09	Цели: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. Стр. 20-23	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. 17.19,20 Стр. 14-15
3 нед.	9 22.09	Цели: Упражнять детей в непрерывном беге до 1 мин (в чередовании с ходьбой); разучить игровые упражнения с прыжками; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми». Стр. 23	Цели: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Стр.15

4 нед.	10-11 26.09- 27.09	Цели: Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.	Цели: Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.25,27,28
		Стр. 23-25	Стр. 15-17
	12 28.09	Цели: Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер, упражнять в прыжках.	ОКТАБРЬ Цели: Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».
Сентябрь- Октябрь		Стр. 25-26	Стр. 17 2,4,5
	13-14 3.10- 5.10	Цель: Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	Цели: Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.
		Стр. 27-28	Стр. 19-20
Октябрь 1 нед.	15 6.10	Цель: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках.	Цели: Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.
		Стр. 28-29	Стр. 21
	16-17 10.10- 12.10	Цели: Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.	Цели: 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. 9.11,12
2 нед.		Стр. 29-31	Стр. 21-22
	18 13.10	Цели: Упражнять в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Цели: Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.
		Стр. 31	Стр. 23
2 нед.	19-20 17.10- 19.10	Цели: Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег враспынную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.	Цели: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. 16,18.19
		Стр. 32-34	Стр. 23-25

	21 20.10	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; учить игре в бадминтон; упражнять в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; повторить игровое упражнение с прыжками. Стр. 34	Цели: Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом Стр. 25-26
Знед.	22-23 24.10- 26.10	Цели: Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках. Стр. 34-36	Цели: Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Стр. 26-27 23.25,26
	24 27.10	Цели: Упражнять в медленном беге до 1,5 мин; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках; развивать внимание в игре «Затейники». Стр. 36-37	Цели: Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. Стр. 27-28
4 нед.	25-26 31.10- 2.11	Цели: Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег враспынную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах. Стр. 38-40	Цели: Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. 30.1,2 Стр. 28-31
	27 3.11	Цели: Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. Стр. 40	Цели: Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. Стр. 31
Ноябрь 1 нед.	28-29 7.11- 9.11	Цели: Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами. Стр. 41-42	Цели: Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Стр. 31-33
	30 10.11	Цели: Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии. Стр. 42-43	Цели: Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом. Стр. 33
2 нед.	31-32 14.11-	Цели: Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в	Цели: Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.

	16.11	пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии. Стр. 43-44	Стр. 33-35
	33 17.11	Цели: Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Стр. 44-45	Цели: Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом. Стр. 35-36
3 нед.	34-35 21.11- 23.11	Цели: Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Стр. 45-46	Цели: Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Стр. 36-38
	36 24.11	Цели: Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом. Стр. 46	Цели: Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом. Стр. 38
4 нед.	37-38 28.11- 30.11	Цели: Повторить ранее пройденное : игровые упражнения. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине повернуться и пройти дальше; ходьба по скамейке, на каждый шаг перекладывать мяч из одной руки в другую. Прыжки — «Высоко и далеко»: прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, перепрыгивая шнур справа и слева; прыжки из обруча в обруч (3—4 шт.) без пауз. С мячом — «Брось и поймай» (бросание мяча о землю и ловля его двумя руками), «Точно в руки» (бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками, бросание мяча и ловля его после отскока от пола между партнерами). Подвижные игры: «Гуси-лебеди», «Удочка», «Не оставайся на полу», «Ловишки».	Цели: повторить ранее пройденное: игровые упражнения. «Салки». Все играющие свободно бегают по площадке, водящий-салка старается кого-либо запятнать. Игрок, которого запятнали, становится салкой; если салка не может долго поймать кого-либо, то воспитатель назначает другого водящего. Если группа многочисленна, то можно назначить двух водящих. «Пингвины». Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, используя энергичный взмах рук. Задание может выполняться по кругу, в прямом направлении и между предметами.
	39 1.12	Цели: повторить ранее пройденное: Прыжки: на двух ногах, огибая различные предметы (кегли, кубики, мячи); прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед до флажка (расстояние 3—4 м). С мячом: перебрасывание мяча через сетку; забрасывание в кольцо; бросание мяча вдаль. В ползании: по скамейке на четвереньках; подлезание под шнур. Подвижные игры: «Кто скорее до флажка», «Удочка», «Ловишки», «Не оставайся на полу», «Мяч о стенку».	Цели: повторить ранее пройденное. Игра «Перемена мест». Играющие располагаются в начерченных на полу (земле) кружках (или обручах) произвольно. У каждого из них свой «домик»-кружок, а у водящего «домика* нет. По сигналу воспитателя дети меняются местами («домиками»). Водящий в это время старается занять свободное место. Оставшийся без «домика» ребенок становится водящим, игра продолжается. Воспитатель останавливает игру, выдерживает некоторую паузу, и игра возобновляется.

			«Канатоходец». Играющие становятся в две колонны, в руках у каждого мешочек с песком. Выполняется ходьба по узкой дорожке (ширина 30 см) с мешочком на голове. Руки свободно балансируют. Побеждает команда, быстро и правильно выполнившая задание. Эстафета с мячом (в шеренге, в колонне). Подвижные игры «Мышеловка», «Хитрая лиса», «Фигуры», «Совушка».
Декабрь 1 нед.	1-2 5.12- 7.12	Цели: Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.	Цели: Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.
		Стр.47-49	Стр. 39-40
	3 8.12	Цели: Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.	Цели: Повторить ходьбу в колонне по одному"с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.
		Стр. 49-50	Стр. 40-41
2 нед.	4-5 12.12- 14.12	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.	Цели: Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.
		Стр. 50-51	Стр. 41-42
	6 15.12	Цели: Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; повторить игру «Мороз-Красный нос».	Цели: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.
3 нед.		Стр. 51-52	Стр. 42-43
	7-8 19.12- 21.12	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия.	Цели: 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.
		Стр. 52-53	Стр. 44-45
	9	Цели: Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в

	22.12	прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели. Стр. 53-54	ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. Стр. 45-46
4 нед.	10-11 26.12- 28.12	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках. Стр. 54-56	Цели: Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. Стр. 46-47
	12 29.12	Цели: Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке. Стр. 56-57	Цели: Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Стр. 47-48
Январь 1 нед.	13-14 9.01- 11.01	Цели: Упражнять детей ходить и бегать 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, развивая ловкость и Глазомер. Стр. 58-59	Цели: Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. Стр. 48-50
	15 12.01	Цели: Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения. Стр. 60	Цели: Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза». Стр. 50-51
2 нед.	16-17 16.01- 18.01	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой. Стр. 60-62	Цели: Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. Стр. 51-53
	18 19.01	Цели: Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, спускаться с небольшого склона; повторить игровые упражнения с бегом и метанием. Стр. 62	Цели: Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки». Стр. 53
Февраль 1 нед.	19-20 23.01- 25.01	Цели: Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии. Стр. 62-63	Цели: Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур. Стр. 53-55
	21 26.01	Цели: Закреплять навык скользящего шага; продолжать обучение спуску с пологого склона и подъему лесенкой> повторять игровые	Цели: Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую;

		упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность. Стр. 64	повторить катание друг друга на санках. Стр. 55
2 нед.	22-23 30.01-1.02	Цели: Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении. Стр. 64-65	Цели: Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. Стр. 56-57
	24 2.02	Цели: Закреплять у детей навык ходьбы на лыжах, спуска и подъема, Поворотов; повторить игровые упражнения на санках, с бегом и прыжками. Стр. 65-66	Цели: Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!». Стр. 57
3 нед.	25-26 6.02-08.02	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжат учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. Стр. 67-68	Цели: Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. Стр.58-59
	27 09.02	Цели: Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке. Стр. 68-69	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. Стр. 59-60
4 нед.	28-29 13.02-15.02	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. Стр. 69-70	Цели: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу). Стр. 60-61
	30 16.02	Цели: Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками Стр. 70	Цели: Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. Стр. 61-62
Март 1 нед.	31-32 20.02-22.02	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее.	Цели: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при

			ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.
		Стр. 70-72	Стр. 62-63
	33 1.03	Цели: Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель.	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.
2 нед.		Стр. 72	Стр. 63-64
	34-35 5.03- 07.03	Цели: Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча.	Цели: Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
		Стр. 72-74	Стр. 64-65
	36 9.03	Цели: Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге.	Цели: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.
		Стр. 74	Стр. 65
	1-2 12.03- 14.03	Цели: Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.
3 нед.		Стр. 75-77	Стр. 71-72
	3 15.03	Цели: Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость.	Цели: Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.
		Стр. 77-78	Стр. 72-73
4 нед.	4-5 19.03- 21.03	Цели: Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.	Цели: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.
		Стр. 78-79	Стр. 73-74
	6 22.03	Цели: Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Цели: Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.
5 нед.		Стр. 79-80	Стр. 74-75
	7-8	Цели: Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в	Цели: Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в

	26.03-28.03	беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках.	метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.
		Стр. 80-81	Стр. 75-77
	9 29.03	Цели: Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Цели: Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.
Апрель 1 нед.		Стр. 82	Стр. 77-78
	10-11 2.04-04.04	Цели: Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.	Цели: Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
		Стр. 82-83	Стр. 78-79
	12 5.04	Цели: Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом.	Цели: Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.
2 нед.		Стр. 84	Стр. 79-80
	13-14 9.04-11.04	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.	Цели: Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.
		Стр. 85-86	Стр. 80-81
3 нед.	15 12.04	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.	Цели: Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.
		Стр. 86	Стр. 81-82
	16-17 16.04-18.04	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге между Предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них.	Цели: Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу
4 нед.		Стр. 87-88	Стр. 82-83
	18 19.04	Цели: Упражнять детей в прерывном беге, прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Цели: Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.
		Стр. 88	Стр. 83
4 нед.	19-20 23.04-25.04	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии.	Цели: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.
		Стр. 89-90	Стр. 83-85
Май 1 нед.	21 26.04	Цели: Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом.	Цели: Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.

		Стр. 90	Стр. 85-86
	22-23 30.04	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	Цели: Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.
		Стр. 90-92	Стр. 86-87
2 нед.	24 7.05	Цели: Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии.	Цели: Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.
		Стр. 92	Стр. 87
	25-26 14.05- 16.05	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену.	Цели: Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.
		Стр. 93-95	Стр. 87-89
3 нед.	27 17.05	Цели: Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом.	Цели: Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.
		Стр. 95	Стр. 89
	28-29 21.05- 23.05	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье.	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.
		Стр. 95-96	Стр. 89-90
4 нед.	30 24.05	Цели: упражнять в непрерывном беге между предметами до 2 мин; упражнять в прокатывании плоских обручей; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Цели: Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.
		Стр. 96-97	Стр. 91
	31-32 28.05- 30.05	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	Цели: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.
		Стр. 97-98	Стр. 91- 92

