муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 131»

Юридический адрес:
344001, г. Ростов-на-Дону, пер.Сулинский 2, тел./факс 244-90-08
ОГРН 1026103054966 , ОКПО 35589561 E-mail: rosinka- 131@mail.ru
ИНН/КПП 6162036717/616201001

СОГЛАСОВАНО
На Педагогическом Совете№1
Протокол №1 от 29.08.2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 131
М.В.Андреева
Приказ № 38/од от 29.08.2019 г.

Рабочая программа
по реализации образовательной области
«Физическое развитие»
Физическая культура
(на основе программы «От рождения до школы»
под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой)
подготовительной к школе группы «Сказка» (6-7 лет)
Срок реализации программы: 1 учебный год (2019-2020г)

Составил программу
Инструктор по физической культуре:
Ларионова Е.Ф.

г.Ростов-на-Дону

2019г.

Содержание

1. Пояснительная записка 3

1.1 Направленность программы 3

1.2. Цели и задачи 4

1.3. Принципы построения программы 5

2. Планируемые результаты 6

3. Формы реализации программы. Объем 6

программы. Срок реализации 6

программы. 7

4. Условия реализации программы

5. Методическое обеспечение

6. Календарно-тематический план 8

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой по направлению физическое развитие.

Рабочая программа по физической культуре, разработана с учетом Федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования согласно:

- приказу Министерства Образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального Образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. № 1014)
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013г. № 26) с изменениями на 27.08.2015г.
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности
- Основная образовательная программа МБДОУ № 131
- Устав МБДОУ № 131

Направленность:

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (см. пункт 2.6. ФГОС ДО).

Цель:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Задачи:

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура.

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря,

спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Принципы:

Реализация рабочей программы по физическому развитию основываются на основных принципах основной образовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип культуросообразности, который обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры;
- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются ключевые качества в развитии дошкольников;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, где основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

- варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- принцип преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Планируемые результаты:
к концу года дети могут:

−Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
−Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см: 15 высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
−Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
−Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2 -3 круга на ходу, в две шеренги после расчета па «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
−Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
−Следит за правильной осанкой.
−Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
−Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
-Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

Формы реализации программы:
- физкультурные занятия;
- прогулка;
- праздники и досуги.

Объём реализации программы: 3 занятия в неделю, 12 занятий в месяц, 108 академических часа в год. Продолжительность занятий 30 минут.

Срок реализации программы: 1 год

Условия реализации программы:

Оборудование музыкально-спортивного зала:
- мячи: набор маленьких мячей (пластик), набор средних резиновых мячей;
- фитболы;
- набор обручей;
- набор скакалок;
- мешочки для метания;
- наборы кеглей с мячиками;
- массажные коврики;
- кольцеброс;
- набор гимнастических палок;
- канат (2 шт.);
- скамья гимнастическая;

- набор массажных следов;
- секундомер;
- набор конусов;
-дуги;
-лестницы напольные;
-набор для равновесия;

Методическое обеспечение

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. 2016г;

Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» подготовительная к школе группа

Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет.

Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет.

Наглядно-дидактические пособия

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»

Календарно-тематический план

План составлен в соответствии с календарным учебным графиком на 2019-2020 учебный год

№	дата	№ занятия	Кол-во академ. часов	примечание
		сентябрь		
1	2.09.19	**Занятие 1.** 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.	1	
2	6.09.19	**Занятие 2.** 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.	1	
3	4.09.19 на прогулке	**Занятие 3****. 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.	1	
4	9.09.19	**Занятие 4.** 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.	1	
5	13.09.19	**Занятне 5.** 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.	1	
6	11.09.19 на прогулке	Занятне 6** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	1	
7	16.09.19	**Занятие 7.** 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.	1	
8	20.09.19	**Занятие 8.** 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.	1	

9	18.09.19 на прогулке	Занятие 9**. Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	1	
10	23.09.19	**Занятие 10.** 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.	1	
11	27.09.19	**Занятие 11**. 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.	1	
12	25.09.19 на прогулке	**Занятие 12****. Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	1	
13	30.09.19	**Занятие 11**. 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.	1	
октябрь				
14	4.10.19	**Занятие 13**. Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	1	
15	7.10.19	**Занятие 14**.Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	1	
15	2.10.19 на прогулке	**Занятие 15****. Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	1	
16	11.10.19	**Занятие 16**. 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.	1	
17	14.10.19	**Занятие 17**. 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.	1	
18	9.10.19	Занятие 18**. Повторить бег в среднем	1	

	на прогулке	темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.		
19	18.10.19	**Занятие 19**.Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	
20	21.10.19	**Занятие 20**. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	
21	16.10.19 на прогулке	**Занятие 21****. Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	1	
22	25.10.19	**Занятие 22.** 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.	1	
23	28.10.19	**Занятие 23**. 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.	1	
24	23.10.19 на прогулке	**Занятие 24****. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	1	
25	30.10.19	**Занятие 24****. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	1	
ноябрь				
26	1.11.19	**Занятие 25**. 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.	1	
27	8.11.19	**Занятие 26**. 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.	1	
28	6.11.19 на прогулке	**Занятие 27**** Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	1	
29	11.11.19	**Занятие 28**. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках	1	

		с мешочком на спине.		
30	15.11.19	**Занятие 29**. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	1	
31	13.11.19 на прогулке	**Занятие 30****. Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	1	
32	18.11.19	**Занятие 31.** Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.		
33	22.11.19	**Занятие 32.** Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.	1	
34	20.11.19 на прогулке	**Занятие 33****. Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	1	
35	25.11.19	**Занятие 34**. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	1	
36	29.11.19	**Занятие 35**. Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	1	
37	27.11.19 на прогулке	**Занятне 36****. 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.	1	
декабрь				
38	2.12.19	**Занятие 1**. 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.	1	
39	6.12.19	**Занятие 2**. Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком	1	

		приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.		
40	4.12.19 на прогулке	**Занятие 3**.** 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.	1	
41	9.12.19	**Занятие 4**. 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.	1	
42	13.12.19	**Занятие 5**. 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.	1	
43	11.12.19 на прогулке	**Занятие 6**.** Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	1	
44	16.12.19	**Занятие 7**. 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.	1	
45	20.12.19	**Занятие 8**. 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.	1	
46	18.12.19 на прогулке	**Занятие 9****. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	1	
47	23.12.19	**Занятие 10**. 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.	1	
48	27.12.19	**Занятие 11**. 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.	1	

49	25.12.19 на прогулке	**Занятие 12****. Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	1	
50	30.12.19	**Занятие 11**. 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.	1	
январь				
51	10.01.20	**Занятие 13**. 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.	1	
52	13.01.20	**Занятие 14**. 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.	1	
53	15.01.20 на прогулке	**Занятие 15****. 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».	1	
54	17.01.20	**Занятие 16**. Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	1	
55	20.01.20	**Занятие 17**. Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	1	
56	22.01.20 на прогулке	**Занятие 18**.** Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки»	1	
57	24.12.20	**Занятие 19**. Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	1	
58	27.01.20	**Занятие 20**. Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	1	
59	29.01.20 на	**Занятие 21****. Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы	1	

	прогулке	клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.		
февраль				
60	3.02.20	**Занятие 25**. 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.	1	
61	7.01.20	**Занятие 26**. 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.	1	
62	5.02.20 на прогулке	**Занятие 27****. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	1	
63	10.02.20	**Занятие 28.**. 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).	1	
64	14.02.20	**Занятие 29.** 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).	1	
65	12.02.20 на прогулке	**Занятие 30****. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	1	
66	17.02.20	**Занятие 31**. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	1	
67	21.02.20	**Занятие 32**. 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.	1	

68	19.02.20 на прогулке	**Занятие 33****. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	1	
69	28.02.20	**Занятие 34**. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	1	
70	26.02.20 на прогулке	**Занятие 36****. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	1	
		март		
71	2.03.20	**Занятие 1.** 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.	1	
72	6.03.20	**Занятие 2.** 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.	1	
73	4.03.20 на прогулке	**Занятие 3****. Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом	1	
74	13.03.20	**Занятие 4.** Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	1	
75	16.03.20	**Занятие 5.** Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	1	
76	11.03.20 на прогулке	**Занятие 6****. Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	1	
77	20.03.20	**Занятие 7**. Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	1	
78	23.03.20	**Занятие 8**. Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	1	
79	25.03.20 на прогулке	**Занятие 9**.** Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	1	
80	27.03.20	**Занятие 10**. Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в	1	

		лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.		
81	30.03.20	**Занятие 11**. Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	1	
апрель				
82	3.04.20	**Занятие 13**. Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	1	
83	6.04.20	**Занятие 14**. Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	1	
84	1.04.20 на прогулке	**Занятие 15****. Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	1	
85	10.04.20	**Занятие 16**. Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	1	
86	13.04.20	**Занятие 17**. Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	1	
87	8.04.20 на прогулке	**Занятие 18****. Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	1	
88	17.04.20	**Занятие 19**. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	1	
89	20.04.20	**Занятие 20**. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	1	
90	15.04.20 на прогулке	**Занятие 21**.**Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками , в равновесии	1	
91	24.04.20	**Занятие 22**. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	1	
92	27.04.20	**Занятие 23**. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	1	
93	22.04.20 на прогулке	**Занятие 24**.** Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	1	
май				
94	29.04.20	**Занятие 25****. 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.	1	
95	8.05.20	**Занятие 26**. Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по	1	

		повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.		
96	6.05.20 на прогулке	**Занятие 27**.**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	1	
97	15.05.20	**Занятие 28**. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	1	
98	18.05.20	**Занятие 29**. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	1	
99	13.05.20 на прогулке	**Занятие 30**.** Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	1	
100	22.05.20	**Занятие 31**. 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.	1	
101	25.05.20	**Занятие 32**. 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.	1	
102	20.05.20 на прогулке	**Занятие 33**.** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	1	
103	29.05.20	**Занятие 35**. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	1	
104	27.05.20 на прогулке	**Занятие 36****. Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	1	
		итого	104академ. часов из них 70 ак. часа в помещении и 34 ак. ч. на прогулке	