

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Калининграда  
детский сад № 132

Рассмотрено  
На педагогическом совете № 1  
от "17" августа 2018г.



Утверждено:  
Заведующий МАДОУ д/с №132  
Д.Н.Сенникова  
Приказ № 159-п  
от "17" августа 2018г.

**Рабочая программа  
«Физическое развитие»**

Четвертый год обучения (5 – 6 лет)

Инструктор по физической культуре  
Агилера Амайя Гладис Вера

Калининград  
2018г

## 1. Пояснительная записка

Рабочая образовательная программа по физическому воспитанию детей 5-6 лет разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию и составлена на основе следующих нормативных документов:

- ✚ - Федерального закона от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✚ - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- ✚ - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- ✚ - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- ✚ - Основной образовательной программой дошкольного образования МАДОУ д/с №132;
- ✚ - Уставом МАДОУ д/с №132.

**Цель** – полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности.

### **Задачи:**

- ✚ Содействовать охране и укреплению здоровья детей, формировать правильную осанку, гармоничное телосложение; развивать мелкую моторику; совершенствовать функциональные возможности детского организма.
- ✚ Обогащать двигательный опыт детей за счет усвоения основных видов движений, упражнений общеразвивающего воздействия, спортивных упражнений и игр.
- ✚ Способствовать развитию произвольности выполнения двигательных действий: умению выделять цель действия (двигательную задачу), выбирать способы действия, сочетать их, доводить до определенных результатов.
- ✚ Постепенно и осторожно стимулировать естественный процесс развития двигательных способностей и качеств — ловкости, быстроты, силы, гибкости,

выносливости; совершенствовать ориентацию в пространстве и времени, чувство равновесия, ритмичность, глазомер.

### Планируемые результаты

#### Старший возраст:

- ✦ Сформированность представлений о здоровом образе жизни, о правильной осанке;
- ✦ Овладение и обогащение основными видами движений, упражнений общеразвивающего воздействия, спортивных упражнений и игр;
- ✦ Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- ✦ Сформированность осознанного, активного выполнения детьми всех видов движений.
- ✦ Сформированность самоконтроля и самооценки своих движений и движений товарищей.
- ✦ Овладение общей выносливостью.

К шести годам у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они охотно объединяются по интересам, и длительное время играют, взаимодействуя для достижения цели в соответствии с принятыми на себя ролями и подчиняясь правилам игры. С взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнерства.

### 2. Объем образовательной нагрузки

НОД	Количество занятий в неделю за период сентябрь – май	Количество занятий за период сентябрь – май
Физическое развитие	2/25мин	72/1800мин
<b>Итого за период</b>	<b>72 занятий / 1800 мин.</b>	

### 3. Тематическое планирование на 2018-2019 учебный год (сентябрь-май)

Дата	Тема недели
<b>сентябрь</b>	
03 - 07 сентября	Здравствуй, осень!
10 - 14 сентября	Неделя овощей и фруктов
17 - 21 сентября	Неделя решения логических задач
24 - 28 сентября	Растения нашей области
<b>октябрь</b>	
01 - 05 октября	Неделя музыки
08 - 12 октября	Неделя грибов и ягод
15 - 19 октября	Неделя защиты животных
22 - 31 октября	Неделя безопасности
29 - 31 октября	Неделя фокусов и анимации
<b>ноябрь</b>	
01 - 09 ноября	Неделя математики
12 - 16 ноября	Наши добрые дела
19 - 23 ноября	Друзья спорта
26 - 30 ноября	Мамочка моя
<b>декабрь</b>	
03 - 07 декабря	Зимушка, зима
10 - 14 декабря	Детское кино
17 - 21 декабря	Неделя кроссвордов и ребусов
24 - 28 декабря	Новогодние чудеса
<b>январь</b>	
14 - 18 января	Заповедники нашей России (области)
21 - 25 января	Мой край
28 - 31 января	Я и моя семья
<b>февраль</b>	
01 - 08 февраля	Мой дом, мой город
11 - 15 февраля	Зимние виды спорта
18 - 22 февраля	Защитники Отечества
25 - 28 февраля	Неделя психологии
<b>март</b>	
01 - 08 марта	Женский праздник
11 - 15 марта	Уроки этикета
18 - 22 марта	Вода, вода, кругом вода
25 - 29 марта	Неделя театра
<b>апрель</b>	
01 - 05 апреля	Неделя смеха и улыбок
08 - 12 апреля	Неделя космоса
15 - 19 апреля	Неделя книги
22 - 30 апреля	Все профессии важны!
<b>май</b>	
06 - 10 мая	Великая Победа!
13 - 17 мая	Неделя здоровья
20 - 24 мая	Опыты и эксперименты
27 - 31 мая	Декоративно-прикладное искусство

#### 4. Календарно – тематическое планирование

Месяц	№ занятия	Тема	Цель
Сентябрь	1.	1. Ходьба по канату приставным шагом, руки на поясе 2. Упражнение «Пингвины» - дети зажимают мяч между колен, и прыгают на двух ногах по кругу (дистанция между детьми 0,5м.).	1. Формировать навык ходьбы по канату, боком приставным шагом. 2. Формировать умение прыгать на двух ногах с мячом между колен, по кругу. 3. Развивать ловкость и равновесие в упражнениях и передвижениях 4. Воспитывать желание достигать определенных результатов.
Сентябрь	2.	1. Метание мешочков в обруч – дети стоят в кругу, в центре круга на расстоянии 2 метра от детей обруч. 2. Упражнение «Пингвины» - дети зажимают мяч между колен, и прыгают на двух ногах по прямой (дистанция между детьми 0,5м.) 3. Подвижная игра «Стой - беги». Бег в колонне по одному с остановкой по сигналу инструктора и сменой направления.	1. Формировать умение метать точно в цель. 2. Совершенствовать умение прыгать вперед с мячом между колен. 3. Совершенствовать умение бегать в колонне по одному с остановкой. 4. Развивать глазомер, точность, ловкость. 5. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.
Сентябрь	3.	1. Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах между предметами 3. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками	1. Формировать умение выполнять ходьбу по скамейке с мешочком на голове. 2. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах между предметами. 3. Формировать умение подбрасывать и ловить мяч двумя руками. 4. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.
Сентябрь	4.	1. Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. 2. Броски мяча друг другу двумя руками снизу. 3. Прыжки на одной ноге попеременно, руки произвольно.	1. Формировать умение выполнять ходьбу по скамейке с мешочком на голове. 2. Совершенствовать умение выполнять броски двумя руками друг другу. 3. Совершенствовать умение выполнять прыжки на одной ноге. 4. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.
Сентябрь	5.	1. Прокатывание мяча двумя руками из разных положений между предметами расстояние (интервал между предметами 30-40см). 2. Пролезание в обруч прямо	1. Формировать умение прокатывать мяч двумя руками из разных положений. 2. Формировать умение пролезать в обруч прямо. 3. Совершенствовать умение

		(обруч стоит на полу) 3. Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.	выполнять ходьбу по скамейке с мешочком на голове. 4. Развивать внимание, ловкость. 5. Воспитывать дружеские отношения между детьми.
Сентябрь	6.	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками на месте 2. Пролезание в обруч боком (обруч стоит на полу) 3. Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.	1. Формировать умение в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками стоя на месте. 2. Формировать умение пролезать в обруч боком. 3. Совершенствовать умение выполнять ходьбу по скамейке с мешочком на голове. 4. Развивать внимание, ловкость. 5. Воспитывать дружеские отношения между детьми.
Сентябрь	7.	1. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками на месте. 2. Пролезание в обруч боком (обруч стоит на полу) 3. Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.	1. Формировать умение в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками стоя на месте. 2. Формировать умение пролезать в обруч боком. 3. Совершенствовать умение выполнять ходьбу по скамейке с мешочком на голове. 4. Развивать внимание, ловкость. 5. Воспитывать дружеские отношения между детьми.
Сентябрь	8.	1. Прыжки через 5-6 предметов (высота предметов 10см.) 2. Подлезание под веревку прямо, не касаясь руками пола (высота 40-50см) 3. Отбивание мяча об пол двумя руками на месте	1. Формировать умение перепрыгивать через несколько предметов 2. Формировать навык подлезания под веревку прямо. 3. Формировать умение отбивать мяч от пола двумя руками на месте. 4. Развивать внимание, ловкость, глазомер. 5. Воспитывать желание участвовать в играх.
Октябрь	9.	1. Прыжки через 5-6 предметов (высота предметов 15см.) 2. Подлезание под веревку боком, не касаясь руками пола (высота 40-50см) 3. Отбивание мяча об пол двумя руками на месте	1. Совершенствовать умение перепрыгивать через несколько предметов 2. Формировать навык подлезания под веревку боком. 3. Формировать умение отбивать мяч от пола двумя руками на месте. 4. Развивать внимание, ловкость, глазомер. 5. Воспитывать желание самостоятельно выполнять упражнения.
Октябрь	10.	1. Ходьба по скамейке на носочках, руки на поясе. 2. Прыжки через шнур, натянутый	1. Совершенствовать навык ходьбы по скамейке на носочках. 2. Формировать умение

		<p>на высоте 10 см от пола, справа и слева (боком)</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полета, ловля мяча двумя руками.</p>	<p>перепрыгивать через натянутый шнур справа и слева.</p> <p>3. Формировать навык подбрасывания и ловли мяча с хлопком во время полета.</p> <p>4. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.</p>
Октябрь	11.	<p>1. Ходьба по скамейке в полуприседе, руки на поясе</p> <p>2. Прыжки через шнур, натянутый на высоте 10 см от пола, справа и слева, продвигаясь вперед (расстояние 35-40 см)</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полета мяча</p>	<p>1. Совершенствовать навык ходьбы в полуприседе по скамейке.</p> <p>2. Совершенствовать умение перепрыгивать через натянутый шнур справа и слева с продвижением вперед.</p> <p>3. Совершенствовать навык подбрасывания и ловли мяча с хлопком во время полета.</p> <p>4. Воспитывать стремление качественно выполнять упражнение до конца.</p>
Октябрь	12.	<p>1. Ходьба друг за другом змейкой между предметами.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь, двумя руками (высота скамейки 25см.) – 3р.</p> <p>3. Метание мяча в корзину на расстоянии 1,5-2 м – 3р.</p>	<p>1. Формировать навык ходьбы друг за другом змейкой, между предметами.</p> <p>2. Формировать навык лазания по гимнастической скамейке, подтягиваясь, двумя руками.</p> <p>3. Совершенствовать умение метать мяч в цель.</p> <p>4. Воспитывать желание достигать определенных результатов.</p>
Октябрь	13.	<p>1. Ходьба по кругу, друг за другом взявшись за руки.</p> <p>2. Прыжки на месте на правой ноге (левой) – 6р.,</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (высота скамейки 25см)</p>	<p>1. Формировать навык ходьбы по кругу, друг за другом взявшись за руки.</p> <p>2. Формировать навык прыжков на одной ноге.</p> <p>3. Формировать навык ползания по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p>4. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Октябрь	14.	<p>1. Ходьба по кругу, друг за другом взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону.</p> <p>2. Прыжки на месте на одной ноге, поочередно. Два прыжка на правой, два – на левой</p> <p>3. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы в парах (расстояние между детьми 2-2,5м)</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять ходьбу по кругу, друг за другом взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону.</p> <p>2. Совершенствовать навык прыжков на одной ноге.</p> <p>3. Совершенствовать умение бросать мяч из-за головы двумя руками в парах.</p> <p>4. Воспитывать желание участвовать в играх.</p>
Октябрь	15.	<p>1. Бег по кругу взявшись за руки.</p> <p>2. Прыжки на правой (левой) ноге, с продвижением вперед</p>	<p>1. Формировать навык бега по кругу, взявшись за руки.</p> <p>2. Формировать навык прыжков на</p>

		(расстояние 3м) 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в парах (расстояние между детьми 2-2,5м)	одной ногой с продвижением вперед. 3. Совершенствовать умение выполнять перебрасывание мяча двумя руками снизу. 4. Воспитывать умение соблюдать правила в подвижных играх.
Октябрь	16.	1. Бег по кругу, с поворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора. 2. Перекладывание мяча из правой руки в левую перед собой, из левой в правую руку за спиной. 3. Ползание на четвереньках между кеглями (расст. 4м.)	1. Совершенствовать навык бега по кругу, с поворотом в противоположную сторону. 2. Формировать умение перекладывать мяч из одной руки в другую перед собой, и за спиной. 3. Совершенствовать навык ползания на четвереньках между кеглями. 4. Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.
Ноябрь	17.	1. Перекладывание мяча из правой в левую руку перед собой, из левой в правую руку за спиной, в движении по прямой (расстояние 3м.) 2. Отбивание мяча о пол правой (левой) рукой на месте. 3. Боковой галоп вправо.	1. Совершенствовать умение перекладывать мяч из одной руки в другую перед собой, и за спиной в движении. 2. Формировать умение отбивать мяч о пол одной рукой. 3. Формировать умение выполнять боковой галоп. 4. Развивать ловкость и внимание. 5. Воспитывать желание заниматься физкультурой.
Ноябрь	18.	1. Отбивание мяча о пол правой (левой) рукой на месте. 2. Перепрыгивание через шнуры (5 шнуров, расстояние между шнурами 50 см) 3. Боковой галоп влево.	1. Совершенствовать умение отбивать мяч одной рукой о пол. 2. Формировать умение перепрыгивать через несколько предметов. 3. Совершенствовать умение выполнять боковой галоп. 4. Воспитывать уважительное отношение к друг другу.
Ноябрь	19.	1. Прыжки с мячом между ног с продвижением вперед до ориентира и обратно. 2. Ходьба и бег по наклонной доске (выс. поднятого края доски 40см., шир. 20см) 3. Ползание по гимн. скамье на животе, подтягиваясь 2руками.	1. Формировать умение выполнять прыжки с мячом между ног с продвижением вперед до ориентира и обратно. 2. Совершенствовать навык ходьбы и бега по наклонной доске. 3. Совершенствовать умение ползать по гимн. скамье на животе, подтягиваясь 2руками. 4. Развивать ловкость и равновесие в упражнениях и передвижениях. 5. Воспитывать желание достигать определенных результатов.
Ноябрь	20.	1. Лазание по вертикальной лестнице.	1. Формировать умение выполнять лазание по вертикальной лестнице.



		<p>2.Перешагивание через предметы с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>3.Прыжки через шнуры на двух ногах без паузы (расст. между шнурами 50см)</p>	<p>2. Совершенствовать умение выполнять перешагивание через предметы с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять прыжки через шнуры на двух ногах без паузы</p> <p>4. Развивать внимание, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Ноябрь	21.	<p>1.Перебрасывание мяча стоя - снизу и сидя из-за головы в парах, и ловля его (расст. между детьми 2,5м.)</p> <p>2.Влезание на гимнастическую стенку и спуск с неё, не пропуская реек.</p>	<p>1. Совершенствовать умение перебрасывать мяч стоя - снизу и сидя из-за головы в парах, и ловить его двумя руками.</p> <p>2. Формировать умение влезать на гимнастическую стенку и спускаться с неё, не пропуская реек.</p> <p>3. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>4. Воспитывать желание достигать определенных результатов.</p>
Ноябрь	22.	<p>1.Перебрасывание мяча в парах стоя (сидя от груди) и ловля его после отскока от пола (расст. между детьми 2,5м.)</p> <p>2.Ходьба по гимн. скамье, руки за головой.</p>	<p>1. Совершенствовать умение перебрасывать мяч стоя - снизу и сидя из-за головы в парах, и ловить его двумя руками.</p> <p>2. Совершенствовать навык ходьбы по гимн. скамье, руки за головой.</p> <p>3. Развивать ловкость и равновесие в упражнениях.</p> <p>4. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.</p>
Ноябрь	23.	<p>1.Прыжки в длину с места до ориентира (расст. от линии до ориентира 90см.)</p> <p>2.Перебрасывание мяча через шнур с расст. 3-4м.</p> <p>3.Пролезание в обруч правым боком, не касаясь руками пола.</p>	<p>1.Формировать умение выполнять прыжки в длину с места до ориентира.</p> <p>2. Совершенствовать умение перебрасывать мяч через шнур.</p> <p>3. Совершенствовать умение пролезать в обруч правым боком, не касаясь руками пола.</p> <p>4. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.</p>
Ноябрь	24.	<p>1.Пролезание в обруч левым боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2.Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расст. между кеглями 30см.)</p> <p>3.Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед на расст. 4м.</p>	<p>1. Совершенствовать умение пролезать в обруч левым боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять ходьбу на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять прыжки с ноги на ногу с</p>

			<p>продвижением вперед</p> <p>4. Развивать внимание, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать желание достигать определенных результатов.</p>
Ноябрь	25.	<p>1. Лазание по гимнаст. стенке не пропуская реек, по диагонали с пролета на пролет.</p> <p>2. Метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой рукой с расстояния 3м.</p> <p>3. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед на расст. 6м.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять лазание по гимнаст. стенке не пропуская реек, по диагонали с пролета на пролет.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой рукой.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед.</p> <p>4. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.</p>
Декабрь	26.	<p>1. Лазание по гимнаст. стенке не пропуская реек, по диагонали с пролета на пролет приставным шагом.</p> <p>2. Метание мешочков от плеча в горизонтальную цель левой рукой с расстояния 3м.</p> <p>3. Прыжки в длину с места до ориентира (расст. от линии до ориентира 90см.)</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять лазание по гимнаст. стенке не пропуская реек, по диагонали с пролета на пролет приставным шагом.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков от плеча в горизонтальную цель левой рукой.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять прыжки в длину с места до ориентира.</p> <p>4. Развивать внимание, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Декабрь	27.	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (расст. между обручами 40см. – 4-6 обручей).</p> <p>2. Ходьба по гимнаст. скамье, руки за головой.</p> <p>3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с расст. 3,5м. (выс. баскет. кольца от пола 2м.)</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Совершенствовать навык ходьбы по гимнаст. скамье, руки за головой.</p> <p>3. Формировать умение забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.</p> <p>4. Развивать ловкость и равновесие в упражнениях и передвижениях</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Декабрь	28.	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (расст. между обручами 40см. – 6 -8 обручей).</p> <p>2. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с расст. 4м. (выс. баскет. кольца от пола 2,2м.)</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Формировать умение забрасывать мяч в баскетбольное кольцо.</p> <p>3. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p>

			4. Воспитывать желание достигать определенных результатов.
Декабрь	29.	<p>1. Влезание на гимн. стенку и спуск вниз не пропуская реек.</p> <p>2. Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше, руки за головой.</p> <p>3. Прыжки правым боком через короткие шнуры (расст. между шнурами 40см.)</p>	<p>1. Формировать умение влезать на гимн. стенку и спускаться вниз не пропуская реек.</p> <p>2. Совершенствовать навык ходьбы по гимн. скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше, руки за головой.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять прыжки правым боком через короткие шнуры</p> <p>4. Развивать ловкость и равновесие в упражнениях и передвижениях.</p> <p>5. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.</p>
Декабрь	30.	<p>1. Прыжки левым боком через короткие шнуры (расст. между шнурами 40см.)</p> <p>2. Метание мешочков от плеча в горизонтальную цель левой рукой с расстояния 4м.</p> <p>3. Подлезание под шнур правым боком справа.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки левым боком через короткие шнуры</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков от плеча в горизонтальную цель левой рукой.</p> <p>3. Совершенствовать навык подлезания под шнур правым боком справа, не касаясь руками пола.</p> <p>4. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.</p>
Декабрь	31.	<p>1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2. Метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой рукой с расстояния 3м.</p> <p>3. Подлезание под шнур левым боком справа.</p>	<p>1. Совершенствовать навык ходьбы по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой рукой.</p> <p>3. Совершенствовать навык подлезания под шнур левым боком справа, не касаясь руками пола.</p> <p>4. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать желание достигать определенных результатов.</p>
Январь	32.	<p>1. Прыжки в высоту с разбега (выс. 40см.)</p> <p>2. Сбивание мячом кегли.</p> <p>3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола (выс. дуги 40см)</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки в высоту с разбега.</p> <p>2. Совершенствовать умение сбивать мячом кегли.</p> <p>3. Совершенствовать умение подлезать под дугу, не касаясь руками</p>

			<p>пола.</p> <p>4. Развивать внимание, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.</p>
Январь	33.	<p>1. Прыжки в высоту с разбега (выс.40см.)</p> <p>2.Прокатывание мяча сидя в парах (расст. между детьми 3-4м)</p> <p>3.Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки в высоту с разбега.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять прокатывание мяча сидя в парах.</p> <p>3. Совершенствовать навык ходьбы по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>4. Развивать ловкость и равновесие в упражнениях и передвижениях.</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Январь	34.	<p>1.Прыжки прямо через короткие шнуры (расст. между шнурами 40см.)</p> <p>2.Метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой, левой рукой с расстояния 4м.</p> <p>3.Подлезание под шнур прямо.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки прямо через короткие шнуры.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой, левой рукой.</p> <p>3.Совершенствовать навык подлезания под шнур прямо не касаясь руками пола.</p> <p>4. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним.</p>
Январь	35.	<p>1.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.</p> <p>2.Отбивание мяча о пол двумя руками в движении на расст 6м.</p> <p>3.Подлезание под дугу, не касаясь руками пола (выс. дуги 40см)</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки из обруча в обруч на двух ногах.</p> <p>2. Формировать умение отбивать мяч о пол двумя руками в движении.</p> <p>3. Совершенствовать умение подлезать под дугу, не касаясь руками пола.</p> <p>4. Развивать внимание, ловкость.</p> <p>5. Воспитывать желание достигать определенных результатов.</p>
Январь	36.	<p>1. Медленный бег с высоким подниманием колен.</p> <p>2. Игровое упражнение «Сбей кеглю» (с расст. 1,5м. расст. между кеглями 20см)</p> <p>3.Перепрыгивание через скакалку на месте.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять бег с высоким подниманием колен.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять прыжки через скакалку на месте.</p> <p>3. Развивать глазомер, точность, ловкость.</p> <p>4. Воспитывать у детей интерес к</p>

			выполнению заданий.
Январь	37.	1. Медленный бег между ориентирами змейкой. 2. Пролезание в обруч снизу. 3. Игровое упражнение «Поймай мяч».	1. Совершенствовать умение выполнять бег между ориентирами. 2. Совершенствовать навык пролезания в обруч снизу. 3. Совершенствовать умение выполнять ловлю мяча в парах разными способами. 4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений, речевое дыхание. 5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.
Февраль	38.	1. Равновесие – ходьба по дорожке с перешагиванием через кубики. 2. Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом. 3. Игровое упражнение «Бег наперегонки».	1. Совершенствовать навык ходьбы по дорожке с перешагиванием через кубики. 2. Совершенствовать умение выполнять лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом. 3. Совершенствовать умение выполнять бег на скорость. 4. Способствовать развитию воли, целеустремленности. 5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.
Февраль	39.	1. Игровое упражнение «Быстрые и меткие» - бег на расст 20м., метание мешочка в обруч (на расст. от линии 2м). 2. Игровое упражнение «Прыжки через скакалку» - прыжки через скакалку, вращая её вперед (назад).	1. Совершенствовать умение выполнять череду упражнений с бегом и метанием. 2. Формировать умение выполнять прыжки через скакалку, вращая её вперед (назад). 3. Способствовать развитию воли, целеустремленности. 4. Воспитывать желание участвовать в играх.
Февраль	40.	1. Бег приставным шагом. 2. Игровое упражнение «Школа мяча». 3. Катание обручей.	1. Совершенствовать умение выполнять бег приставным шагом. 2. Совершенствовать умение выполнять упражнения и задания с мячом. 3. Совершенствовать умение прокатывать обруч по прямой. 4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений. 5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.
Февраль	41.	1. Медленный бег между ориентирами. 2. Пролезание в обруч сверху. 3. Игровое упражнение «Научись	1. Совершенствовать умение выполнять бег между ориентирами. 2. Совершенствовать умение пролезать в обруч сверху.

		<p>владеть мячом» - подбрасывание мяча с хлопком над головой, и ловля его снизу двумя руками.</p>	<p>3. Совершенствовать навык подбрасывания мяча с хлопком над головой, и ловля его снизу двумя руками.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Февраль	42.	<p>1. Игровое упражнение «Через руческ» - ходьба между двух параллельно лежащих шнуров (дл. 2,5-3м., шир. 20см.)</p> <p>2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге между двух параллельно лежащих шнуров (дл. 2,5-3м., шир. 20см.)</p> <p>3. Перебрасывание мяча через веревку и ловля его.</p>	<p>1. Совершенствовать навык ходьбы между двух параллельно лежащих шнуров.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять прыжки попеременно на правой и левой ноге между двух параллельно лежащих шнуров</p> <p>3. Совершенствовать навык перебрасывания мяча через веревку и ловля его.</p> <p>4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений.</p> <p>5. Воспитывать позитивные качества характера.</p>
Февраль	43.	<p>1. Отбивание мяча стоя на месте.</p> <p>2. Игровое упражнение «Прокати – поймай» - прокатывание обруча друг другу (расст. 3м).</p> <p>3. Игровое упражнение «Сбей кеглю» расст. 1,5м.</p>	<p>1. Совершенствовать навык отбивания мяча стоя на месте.</p> <p>2. Совершенствовать умение прокатывать обруч друг другу.</p> <p>3. Совершенствовать умение сбивать предмет расположенный на расстоянии.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности.</p> <p>5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.</p>
Февраль	44.	<p>1. Прыжки с разбега через натянутую веревку (выс. 15см.)</p> <p>2. Игровое упражнение «Точно в цель» - метание мешочка в корзину.</p> <p>3. Ходьба по бревну с пониманием ноги и хлопком под коленом.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки с разбега через натянутую веревку.</p> <p>2. Совершенствовать навык метания мешочков в корзину.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять ходьбу по бревну с пониманием ноги и хлопком под коленом.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Февраль	45.	<p>1. Игровое упражнение «Через бревно» - перепрыгивание через бревно с опорой на руки.</p> <p>2. Игровое упражнение «Кто</p>	<p>1. Совершенствовать умение перепрыгивать через бревно с опорой на руки.</p> <p>2. Совершенствовать навык метания</p>

		дальше бросит» - метание мешочка вдаль до ориентира. 3. Ходьба с мешочком на голове с перешагиванием предметов.	мешочка вдаль до ориентира. 3. Совершенствовать навык ходьбы с мешочком на голове с перешагиванием предметов. 4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений. 5. Воспитывать позитивные качества характера.
Март	46.	1. Игровое упражнение «Через болото» - ходьба по дощечкам. 2. Игровое упражнение «Попади в обруч» - метание мешочка в центр круга. 3. Игровое упражнение «Сохрани пару» - бег в парах с подлезанием под препятствие.	1. Совершенствовать навык ходьбы по дощечкам. 2. Совершенствовать навык метания мешочка в центр круга. 3. Совершенствовать умение выполнять бег в парах с подлезанием под препятствие. 4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений. 5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.
Март	47.	1. Прыжки – перепрыгивание через 5-6 кубиков без остановки. 2. Перебрасывание мяча друг другу разными способами (бросание – ловля). 3. Игровое упражнение «Встречные перебежки».	1. Совершенствовать умение выполнять прыжки через 5-6 кубиков без остановки. 2. Совершенствовать умение выполнять перебрасывание мяча друг другу разными способами 3. Развивать умение действовать по команде инструктора. 4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений. 5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.
Март	48.	1. Равновесие – ходьба по бревну свободно балансируя руками. 2. Прыжки через скакалку с продвижением вперед. 3. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы, и ловля его двумя руками.	1. Совершенствовать навык ходьбы по бревну свободно балансируя руками. 2. Совершенствовать умение выполнять прыжки через скакалку с продвижением вперед. 3. Совершенствовать умение перебрасывать мяч друг другу из-за головы, и ловить его двумя руками. 4. Способствовать развитию воли, целеустремленности 5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.
Март	49.	1. Ходьба с задержкой на носке. 2. Прокатывание мяча друг другу снизу с сильным отталкиванием	1. Совершенствовать умение выполнять ходьбу с задержкой на носке.

		<p>вперед.</p> <p>3. Прыжки через скакалку на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>2. Формировать умение прокатывать мяч друг другу снизу с сильным отталкиванием вперед.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять прыжки через скакалку на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>4. Развивать ловкость, чувство равновесия.</p> <p>5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.</p>
Март	50.	<p>1. Челночный бег – бег с изменением направления.</p> <p>2. Игровое упражнение «Проведи мяч» - отбивание мяча при ходьбе.</p> <p>3. Игровое упражнение «Быстрее по местам» - бег с остановкой по команде.</p>	<p>1. Формировать умение выполнять челночный бег – бег с изменением направления от ориентира до ориентира.</p> <p>2. Совершенствовать навык отбивания мяча при ходьбе.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять бег с остановкой по команде.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности.</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Март	51	<p>1. Игровое упражнение «Проведи мяч» - пройти между кубиками, отбивая мяч при ходьбе.</p> <p>2. Челночный бег – бег с изменением направления.</p> <p>3. Равновесие – ходьба по бревну.</p>	<p>1. Формировать умение выполнять ходьбу между кубиками отбивая мяч.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять челночный бег – бег с изменением направления от ориентира до ориентира.</p> <p>3. Совершенствовать навык ходьбы по бревну.</p> <p>4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений.</p> <p>5. Воспитывать позитивные качества характера.</p>
Март	52	<p>1. Ходьба с остановкой и выполнением заданий по команде.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по бревну с разным положением рук.</p> <p>3. Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой.</p>	<p>1. Совершенствовать навык ходьбы с остановкой и выполнением заданий по команде.</p> <p>2. Совершенствовать навык ходьбы по бревну с разным положением рук.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков в вертикальную цель правой рукой.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности.</p> <p>5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.</p>
Март	53	<p>1. Подбрасывание и ловля мяча при ходьбе.</p>	<p>1. Совершенствовать навык подбрасывания и ловли мяча при</p>



		<p>2. Метание мешочков в вертикальную цель левой рукой.</p> <p>3. Игровое упражнение «Проведи мяч» - пройти между кубиками, отбивая мяч при ходьбе.</p>	<p>ходьбе.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков в вертикальную цель левой рукой.</p> <p>3. Совершенствовать навык ходьбы между кубиками с отбиванием мяча.</p> <p>4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений.</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Апрель	54	<p>1. Подлезание под шнур прямо.</p> <p>2. Ходьба по бревну с перешагиванием через предметы.</p> <p>3. Отбивание мяча о землю и ловля его двумя руками.</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять подлезание под шнур прямо.</p> <p>2. Совершенствовать навык ходьбы по бревну с перешагиванием через предметы.</p> <p>3. Совершенствовать умение отбивать мяч о землю и ловить его двумя руками.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности.</p> <p>5. Воспитывать позитивные качества характера.</p>
Апрель	55	<p>1. Ходьба и медленный бег с четкими поворотами на углах.</p> <p>2. Подлезание под шнур боком.</p> <p>3. Метание мешочков в корзину.</p>	<p>1. Совершенствовать навык ходьбы и медленного бега с четкими поворотами на углах.</p> <p>2. Совершенствовать умение подлезать под шнур боком.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков в корзину.</p> <p>4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений.</p> <p>5. Воспитывать стремление выполнять упражнение до конца.</p>
Апрель	56	<p>1. Ходьба по бревну с передачей мяча из одной руки в другую.</p> <p>2. Перепрыгивание веревки на двух ногах (выс. веревки 15-20см.)</p> <p>3. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.</p>	<p>1. Формировать умение выполнять ходьбу по бревну с передачей мяча из одной руки в другую.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять прыжки через веревку на двух ногах.</p> <p>3. Совершенствовать навык лазания по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.</p> <p>4. Способствовать развитию воли, целеустремленности.</p> <p>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>

Апрель	57.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</li> <li>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</li> <li>3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать умение перешагивать через набивные мячи, лежащие на скамье.</li> <li>2. Совершенствовать навык ползания по скамье.</li> <li>3. Формировать умение перебрасывать мяч друг другу во время ходьбы.</li> <li>4. Развивать чувство равновесия, умение соблюдать правила игр.</li> <li>5. Создавать радостное настроение.</li> <li>6. Воспитывать желание участвовать в играх.</li> </ol>
Апрель	58.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол, и ловля двумя руками.</li> <li>2. Прыжки из обруча в обруч.</li> <li>3. Лазание по гимнастической стенке</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать умение выполнять отбивание мяча при ходьбе по гимнастической скамье.</li> <li>2. Совершенствовать навык прыжков из обруча в обруч.</li> <li>3. Совершенствовать навык лазания по гимнастической скамье.</li> <li>4. Развивать самостоятельность, ловкость, чувство равновесия.</li> <li>5. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.</li> </ol>
Апрель	59.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом и передачей мяча из одной руки в другую на каждый шаг</li> <li>2. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию</li> <li>3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать умение выполнять поворот во время ходьбы на скамье и передавать мяч из одной руки в другую.</li> <li>2. Совершенствовать умение отбивать мяч от пола о время ходьбы.</li> <li>3. Совершенствовать навык метания в вертикальную цель.</li> <li>4. Развивать выносливость, силу, чувство равновесия.</li> <li>5. Воспитывать желание достигать определенных результатов.</li> </ol>
Апрель	60.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой</li> <li>2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.</li> <li>3. Прыжок в высоту с разбега</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать умение выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, с перешагиванием через кубики и хлопками над головой.</li> <li>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков в цель правой и левой рукой.</li> <li>3. Формировать умение выполнять прыжки в высоту с разбега.</li> <li>4. Развивать быстроту, гибкость, ловкость, глазомер.</li> <li>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</li> </ol>
Апрель	61.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики</li> <li>2. Прыжки через скакалку.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать навык ходьбы по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики.</li> </ol>

		3. Прокатывание мяча между кеглями	2. Формировать умение выполнять прыжки через скакалку. 3. Совершенствовать умение прокатывать мяч между кеглями. 4. Развивать физические качества (выносливость и координацию движений). 5. Воспитывать дружеские отношения между детьми
Май	62.	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 3. Метание вдаль правой и левой рукой.	1. Совершенствовать навык подлезания под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Совершенствовать умение выполнять прыжки в высоту с места. 3. Совершенствовать умение выполнять метание вдаль правой и левой рукой. 4. Развивать скоростных, силовых, гибкости, самостоятельность. 5. Воспитывать инициативу при выполнении заданий.
Май	63.	1. Ходьба по наклонной доске (40см). 2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Метание правой и левой рукой «Попади в обруч»	1. Совершенствовать навык ходьбы по наклонной доске. 2. Совершенствовать умение выполнять прыжки на правой и левой ногах между кубиками. 3. Совершенствовать умение выполнять метание правой и левой рукой. 4. Развивать координацию движений и внимание, глазомер. 5. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнение одновременно с остальными детьми.
Май	64.	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Формировать умение выполнять лазание по гимнастической стенке разноименным способом. 2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков в даль. 3. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 4. Развивать умение правильно координировать движения рук и ног. 5. Воспитывать желание достигать определенных результатов.
Май	65.	1. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. 2. Прыжки в длину с места на мат. 3. Подлезание под шнур боком.	1. Формировать умение выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо 2. Совершенствовать умение выполнять прыжок в длину с места. 3. Совершенствовать умение выполнять подлезание под шнур

			<p>боком.</p> <p>4.Развивать устойчивое равновесие при выполнении упражнений.</p> <p>5.Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</p>
Май	66.	<p>1.Ведение мяча с продвижением вперед</p> <p>2. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч</p> <p>3. Бег по наклонной доске</p>	<p>1. Формировать умение выполнять ведение мяча с продвижением вперед.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.</p> <p>3. Совершенствовать умение выполнять бег по наклонной доске.</p> <p>4. Развивать координацию движений и внимание.</p> <p>5.Воспитывать дружеские отношения между детьми</p>
Май	67.	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).</p> <p>2 Прыжки на двух ногах через препятствие (выс.20 см), прямо, боком.</p> <p>3. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч</p>	<p>1.Совершенствовать навык пролезания через обручи.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах через препятствие.</p> <p>3. Совершенствовать навык ходьбы по скамейке, с поротом на середине, и перешагиванием через мяч.</p> <p>4. Развивать координацию движений и внимание, самостоятельность.</p> <p>5.Воспитывать стремление помогать друг другу.</p>
Май	68.	<p>1. Прыжки - спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>3 Подлезание под дугу прямо и боком</p>	<p>1.Совершенствовать умение выполнять спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>3. Совершенствовать навык подлезания под дугу прямо и боком</p> <p>4.Развивать устойчивое равновесие при выполнении упражнений.</p> <p>5.Воспитывать позитивные качества характера.</p>
Май	69.	<p>1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</p> <p>2. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p>	<p>1. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</p> <p>2. Совершенствовать умение выполнять перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, подбрасывать вверх двумя руками.</p> <p>3. Развивать умение правильно координировать движения рук и ног.</p> <p>4.Воспитывать желание достигать определенных результатов.</p>

Май	70.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</li> <li>2. Подбрасывание мяча вверх, и ловля его после хлопка.</li> <li>3. Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать умение выполнять подпрыгивание на месте на двух ногах.</li> <li>2. Совершенствовать умение выполнять подбрасывание мяча вверх и ловле его после хлопка.</li> <li>3. Совершенствовать навык ползания на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях.</li> <li>4. Развивать координацию движений и внимание.</li> <li>5. Воспитывать инициативу при выполнении заданий.</li> </ol>
Май	71.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбрасывание и ловля мяча при ходьбе.</li> <li>2. Метание мешочков в вертикальную цель левой рукой.</li> <li>3. Игровое упражнение «Проведи мяч» - пройти между кубиками, отбивая мяч при ходьбе.*</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствовать навык подбрасывания и ловли мяча при ходьбе.</li> <li>2. Совершенствовать умение выполнять метание мешочков в вертикальную цель левой рукой.</li> <li>3. Совершенствовать навык ходьбы между кубиками с отбиванием мяча.</li> <li>4. Развивать ловкость и координацию движений при выполнении упражнений.</li> <li>5. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий.</li> </ol>
Май	72.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Метание малого мяча от плеча в вертикальную цель (расстояние 6 метров).</li> <li>2. Игровое упражнение «Прыжки через скакалку» - прыжки через скакалку, вращая её вперед (назад).</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать умение выполнять метание мяча от плеча в вертикальную цель.</li> <li>2. Совершенствовать умение выполнять прыжки через скакалку, вращая её вперед (назад).</li> <li>3. Способствовать развитию воли, целеустремленности</li> <li>4. Воспитывать желание участвовать в играх.</li> </ol>
<b>Итого 72 занятия</b>			

## 5. Учебно – методическое – обеспечение

№ п/п	Автор(ы)	Название	Город, издательство, год
1	Т.С.Грядкина	Образовательная область «Физическая культура»	Санкт – Петербург ДЕТСТВО – ПРЕСС 2013
2	Е.А.Мартынова Н.А.Давыдова Н.Р.Кислюк	Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7лет по программе «Детство»	Волгоград Издательство «Учитель» 2016
3.	Е.Ф.Желобкович	Физкультурные занятия в детском саду Старшая группа	Москва Издательство «Скрипторий 2003» 2014

### 5.1 Материально – техническое обеспечение.

№ п/п	Наименование
1	Гимнастическая скамейка
2	Бревно круглое напольное
3	Бревно круглое напольное
4	Стойка для прыжков в высоту со шнуром
5	Стенка гимнастическая
6	Мат поролоновый
7	Щит баскетбольный навесной
8	Щит – мишень навесной
9	Пирамидальная лестница для лазания с канатом
10	Мячи резиновые разного диаметра
11	Мячи латексные большие
12	Мячи для сухого бассейна
13	Мячи резиновые для метания
14	Мячи поролоновые для метания
15	Мячи набивные
16	Мячи мсные для метания
17	Мячи баскетбольные
18	Мяч футбольный
19	Гантели большие
20	Гантели малые
21	Кольцеброс
22	Обруч разного диаметра
23	Скакалки
24	Кубики пластмассовые
25	Кубики деревянные
26	Ленточки с кольцом
27	Косички
28	Платочки
29	Султанчики

30	Дощечки для хольбы
31	Туннель «Гусеница»
32	Бадминтон
33	Конусы
34	Модули мягкие
35	Прищепки
36	Гимнастические палки
37	Канат для перетягивания
38	Флажки
39	Мешочки с песком 100гр., 150гр., 200гр.
40	Куб
40	Мешки для прыжков
41	Дуги
42	«Следы»
43	Атрибуты для подвижных игр
44	Ровная доска
45	Ребристая доска
46	Гимнастическое бревно
47	Гантели