

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №24 «Василек»
(МБДОУ «Детский сад №24 «Василек»)

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №24 «Василек»
протокол № ____ от ____ августа 2022 г.

Утверждаю
заведующий МБДОУ
«Детский сад №24 «Василек»
_____/О.И. Печненко/
Приказ №
« ____ » августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по
Физкультуре
образовательная область «Физическое развитие»
2 год обучения (дети 4-5 лет)
(составлена на основе основной образовательной программы дошкольного
образования МБДОУ «Детский сад №24 «Василек»)

Разработчик: инструктор по ФИЗО

1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно - образовательного процесса по виду образовательной деятельности «Физкультура», который входит в состав образовательной области «Физическое развитие» (раздел: «Физическая культура») для детей 3 года обучения (группы общеразвивающей направленности от 4 до 5 лет).

Рабочая программа (далее - Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 24 «Василек», в соответствии с ФГОС ДО (разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. (Москва – Мозаика-Синтез, 2019 г.).

Основная форма реализации данной программы – физкультурное занятие - 3 раза в неделю по 20 минут, в совместной деятельности, в режимных моментах.

Основные цели и задачи:

Цель: воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными.

Задачи:

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

2. Планируемые результаты

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Система оценки результатов освоения программы

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- индивидуальные карты развития ребенка, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности;
- выстраивание индивидуальных траекторий развития каждого ребенка.

Педагогическая диагностика

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей (в рамках педагогической диагностики – оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдения за активностью детей в режимных моментах, непосредственно – образовательной деятельности, специально организованной и игровой деятельности.

3. Содержание программы

Тематическое планирование

| Неделя | Тема | Задачи | Средства реализации | К-во ОД |
|-----------------|---|--|--|------------|
| СЕНТЯБРЬ | | | | |
| 1. | Занятие № 1 Стр.19 | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 2 (повторение) Стр.20 | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры, упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 3 (закрепление) Стр.21 | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и в рассыпную в умении действовать по сигналу, развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 4 Стр.21 | Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 5 (повторение) Стр.23 | Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | Занятие № 6 (закрепление) Стр.23 | Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 7 Стр.24 | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге в рассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 8 (повторение) Стр.26 | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге в рассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 9 (закрепление) Стр.26 | Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 10 Стр.26 | Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 11 (закрепление) Стр.28 | Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур и т.д. (см. зан. № 10) | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

| | | | | |
|----------------|--|--|---|---|
| | Занятие № 12 (на улице) Стр.29 | Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| ОКТАБРЬ | | | | |
| 1. | Занятие № 13 Стр.30 | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 14 (повторение) Стр.32 | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 15 (закрепление) Стр.32 | Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 16 Стр.33 | Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 17 (повторение) Стр.34 | Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные | 1 |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | | обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. | Показ Беседа Рассказ | |
| | Занятие № 18 (закрепление) Стр.34 | Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 19 Стр.35 | Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 20 (повторение) Стр.35 | Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 21 (закрепление) Стр.36 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 22 Стр.36 | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 23 (повторение) Стр.37 | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные | 1 |

| | | | | |
|---------------|--|---|---|---|
| | | сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. | Показ Беседа Рассказ | |
| | Занятие № 24 (закрепление) Стр.38 | Повторить ходьбу и бег колонной по одному, упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| НОЯБРЬ | | | | |
| 1. | Занятие № 25 Стр.39 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 26 (повторение) Стр.40 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 27 (закрепление) Стр.40 | Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, ходьбе и беге «змейкой» между предметами. Повторить упражнение в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 28 Стр.41 | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 29 (повторение) Стр.42 | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа | 1 |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | | | Рассказ | |
| | Занятие № 30 (закрепление) Стр.43 | Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 31 Стр.43 | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 32 (повторение) Стр.44 | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 33 (закрепление) Стр.45 | Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 34 Стр.45 | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 35 (повторение) Стр.46 | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | | на сохранение устойчивого равновесия. | | |

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| | Занятие № 36 (закрепление) Стр.46 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|--|---|---|---|

ДЕКАБРЬ

| | | | | |
|----|---|--|---|---|
| 1. | Занятие № 1 Стр.48 | Развивать внимание детей при выполнении задания в ходьбе и беге; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 2 (повторение) Стр.49 | Развивать внимание детей при выполнении задания в ходьбе и беге; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 3 (закрепление) Стр.49 | Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 4 Стр.50 | Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | Занятие № 5 (повторение) Стр.52 | Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|--|--|---|---|

| | | | | |
|----|---|---|---|---|
| | Занятие № 6 (закрепление) Стр.51 | Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 7 Стр.52 | Упражнять в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 8 (повторение) Стр.54 | Упражнять в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 9 (закрепление) Стр.54 | Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивать силу броска. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 10 Стр.54 | Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 11 (повторение) Стр.56 | Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | Занятие № 12 (закрепление) Стр.56 | Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|--|--|---|---|

ЯНВАРЬ

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 2. | Занятие № 13 Стр.57 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 14 (повторение) Стр.58 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 15 (закрепление) Стр.59 | Продолжить учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 16 Стр.59 | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| | Занятие № 17 (повторение) Стр.60 | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|---|--|---|---|

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | Занятие № 18 (закрепление) Стр.60 | Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 19 Стр.61 | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 20 (повторение) Стр.62 | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 21 (закрепление) Стр.62 | Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия, в метании снежков на дальность. на дальность. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

ФЕВРАЛЬ

| | | | | |
|----|-------------------------------|--|---|---|
| 1. | Занятие № 25 Стр.65 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|----|-------------------------------|--|---|---|

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| | Занятие № 26 (повторение) Стр.66 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|---|--|---|---|

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | Занятие № 27 (закрепление) Стр.67 | Повторить метание снежков в цель, игровое задание на санках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 28 Стр.67 | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 29 (повторение) Стр.68 | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 30 (закрепление) Стр.68 | Повторить беговые упражнения с бегом, прыжками. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 31 Стр.69 | Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, в ловле мяча двумя руками, закреплять навык ползания на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 32 (повторение) Стр.70 | Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, в ловле мяча двумя руками, закреплять навык ползания на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|-------------|--|--|---|---|
| | Занятие № 33 (закрепление) Стр.70 | Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 34 Стр.70 | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения, повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 35 (повторение) Стр.71 | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения, повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 36 (закрепление) Стр.72 | Развивать ловкость и глазомер при метании снежков, повторить игровые упражнения. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| МАРТ | | | | |
| 1. | Занятие № 1 Стр.72 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную, повторить упражнения в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 2 (повторение) Стр.73 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную, повторить упражнения в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|----|---|--|---|---|
| | Занятие № 3 (закрепление) Стр.73 | Развивать ловкость и глазомер при метании в цель, упражнять в беге, закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 4 Стр.74 | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку, повторить ходьбу и бег врассыпную. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 5 (повторение) Стр.75 | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку, повторить ходьбу и бег врассыпную. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие №6 (закрепление) Стр.76 | Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 мин., в чередовании с ходьбой. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 7 Стр.76 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, ходьбе и беге с выполнением задания, повторить прокатывание мяча между предметами, упражнять в ползании на животе по скамейке. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|--|--|--|---|---|
| | Занятие № 8 (повторение) Стр.77 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, ходьбе и беге с выполнением задания, повторить прокатывание мяча между предметами, упражнять в ползании на животе по скамейке. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|--|--|---|---|

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| | Занятие № 9 (закрепление) Стр.77 | Упражнять детей в беге на выносливость, в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно). | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 10 Стр.78 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, повторить ползание по скамейке помедвежьи, упражнения в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 11 (повторение) Стр.79 | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, повторить ползание по скамейке помедвежьи, упражнения в равновесии и прыжках | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 12 (закрепление) Стр.79 | Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

АПРЕЛЬ

| | | | | |
|----|-------------------------------|---|---|---|
| 1. | Занятие № 13 Стр.80 | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонну по 1, ходьбе и беге врассыпную, повторить задания в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|----|-------------------------------|---|---|---|

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| | Занятие № 14 (повторение) Стр.81 | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонну по 1, ходьбе и беге врассыпную, повторить задания в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
|--|---|---|---|---|

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | Занятие № 15 (закрепление) Стр.82 | Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, в прокатывании обручей, повторить упражнения с мячами. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 2. | Занятие № 16 Стр.82 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную, метании мешочков в горизонтальную цель, закреплять умение занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 17 (повторение) Стр.83 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную, метании мешочков в горизонтальную цель, закреплять умение занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 18 (закрепление) Стр.84 | Повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади опоры. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 19 Стр.84 | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу педагога, развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ | 1 |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| | | повторить ползание на четвереньках. | Беседа Рассказ | |
| | Занятие № 20 (повторение) Стр.85 | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу педагога, развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|------------|--|---|---|---|
| | Занятие № 21 (закрепление) Стр.85 | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой на сигнал педагога, в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 22 Стр.86 | Упражнять в ходьбе и беге враспынную, повторить упражнения в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 23 (повторение) Стр.87 | Упражнять в ходьбе и беге враспынную, повторить упражнения в равновесии и прыжках. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 24 (закрепление) Стр.87 | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, в перебрасывании мяча. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| МАЙ | | | | |
| 2. | Занятие № 25 Стр.88 | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, повторить прыжки в длину с места. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ | 1 |
| | | | Беседа Рассказ | |
| | Занятие № 26 (повторение) Стр.89 | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, повторить прыжки в длину с места. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | Занятие № 27 (закрепление) Стр.89 | Упражнять в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 3. | Занятие № 28 Стр.89 | Повторить ходьбу со сменой ведущего, упражнять в прыжках в длину с места, развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 29 (повторение) Стр.90 | Повторить ходьбу со сменой ведущего, упражнять в прыжках в длину с места, развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | Занятие № 30 (закрепление) Стр.90 | Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу педагога, ходьбе и бегу по кругу, повторить задания с бегом и прыжками. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| 4. | Занятие № 31 Стр.91 | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| | | | | |
| | Занятие № 32 (повторение) Стр.92 | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Занятие № 36 <i>(закрепление)</i> Стр.93 | Упражнять детей в ходьбе и беге, с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча, повторять игры с мячом, прыжками и бегом. | Занятие с использованием полифункционального игрового оборудования Игровые упражнения Игры подвижные Показ Беседа Рассказ | 1 |
| ИТОГО ОД: 102 | | | |

4. Список использованной литературы.

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
2. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2016. – 112 с. - Л.И. Пензулаева