

Физкультурное развитие

Месяц	Занятие	Задачи	Содержание НОД	На воздухе
Сентябрь	Адаптационный период			
Октябрь	1.	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	<p>1ч Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем.</p> <p>Игра, «Пойдём в гости»</p> <p>2ч Ходьба между двумя линиями «Пройдём по дорожке»</p> <p>Подвижная игра «Бегите ко мне»</p> <p>3ч ходьба стайкой за воспитателем.</p>	Игровые упражнения: с мячом – прокати мяч, броски вперед. Игры с бегом «Догоните меня», «Бегите ко мне».
	2	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении, прыжках на двух ногах на месте.	<p>1ч Ходьба и бег всей группой «стайкой»</p> <p>2ч Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. Прыжки на двух ногах на месте</p> <p>Игровое задание «Птички»</p> <p>3ч Игровое задание «Найдём птичку»</p>	Игровые упражнения на равновесия «Пойдём по мостику» Подвижные игры с мячом, с прыжками.
	3	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Ворона» – детям остановиться и сказать : «Кар-кар-кар!» и продолжить ходьбу. По сигналу:» Стрекозы!»- лёгкий бег, расставив руки в стороны « расправили крылья»</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения.</p>	Игровые упражнения с мячами – катание мячей в прямом направлении, друг другу, бросание мячей вперед. Подвижные игры

			<p>Основные виды движений. Прокатывание мячей Подвижная игра «Кот и воробышки» 3 часть. Ходьба в колонне по одному.</p>	«Пузырь», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик»
Октябрь	4	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу, группироваться при лазании под шнур.	<p>1 ч Ходьба и бег по кругу .Ходьба вокруг кубиков(пол круга), затем переход на бег-полный круг. Поворот в другую сторону, повторение задания . Темп упражнения умеренный. 2 ч Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. Ползание с опорой на ладони и колени. Подвижная игра «Быстро в домик» 3ч Игра»Найдём жучка»</p>	Игровые упражнения «Мышки», «Цыплята»; с мячом – докати мяч до кегли. Подвижные игры «Мой веселый звонкий мяч», «Бегите ко мне»
ноябрь	5	Упражнять детей в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя: «Лягушки»-дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и в рассыпную. 2 ч Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. Равновесие «Пойдём по мостику». Прыжки. Подвижная игра «Догони мяч» 3ч.Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.</p>	Игровые упражнения «Пойдем по мостику», «Побежим по дорожке» (ходьба и бег между двумя линиями), «Попрыгаем, как зайки ». Подвижные игры «Поезд», «Кот и воробышки», «Найди свой домик»
33	6	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании	<p>1ч Ходьба и бег по кругу. Поворот в другую сторону и повторение задания. 2ч Общеразвивающие упражнения с Основные виды движений.</p>	Игровые упражнения с мячами – катание мячей в прямом направлении, друг другу; бросание

		мяча при прокатывании друг другу.	Прыжки из обруча в обруч Прокати мяч Подвижная игра «Ловкий шофёр» 3ч Игровое задание «Машины поехали в гараж»	мячей вперед. Подвижные игры «Пузырь», «Мой весёлый звонкий мяч», «Найди свой домик»
Ноябрь	7	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	1ч ходьба в колонне по одному, в рассыпную, по всему залу. По сигналу: «Стрекозы»- бег, помахивая руками, на сигнал «Кузнечики» прыжки на двух ногах. 2ч Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. Прокатывание мячей в прямом направлении. «Быстрый мяч» Ползание между предметами не задевая их «Проползи – не задень» Подвижная игра «Зайка серый умывается» 3ч Игра «Найдём зайку»	Игровые упражнения: прыжки – «Перепрыгнем канавку»; (прыжки через шнур, положенный на землю); с мячом – «Докати до кегли». Подвижные игры «Поезд», «Найдем игрушку»
	8	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнениях в равновесии.	1 ч Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; бег по кругу с поворотом. 2 ч Общеразвивающие упражнения на стульчиках. Основные виды движений Ползание «Крокодильчики» Равновесие «Пробеги – не задень» Подвижная игра «Кот и воробышки» 3 ч Ходьба в колонне по одному.	Игровые упражнения с мячом – катание мячей друг другу, «Прокати мяч по дорожке» Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Поймай комара», «Догони мяч», «По мостику», «Наседка и цыплята»
	9	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по	1 ч Игровое задание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя:	Игровые упражнения под шнур, с мячом. «

		ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	<p>«Мышки!» – дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на поясе. По сигналу: «Бабочки!» – к бегу. Ходьба и бег проводятся в чередовании.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения с ленточками.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>Равновесие «В лес по тропинке »</p> <p>Прыжки «Зайки – мягкие лапочки».</p> <p>Подвижная игра «Ловкий шофер».</p> <p>3 ч Игра «Найдем зайчонка».</p>	<p>Прокати и догони мяч», равновесие – «Пробеги по дорожке».</p> <p>Подвижные игры «Мыши в кладовой», «Поезд», «По ровненькой дорожке».</p>
Декабрь	10	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс – "лошадки". Бег, руки в стороны – "стрекозы". Ходьба и бег в чередовании.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения с обручем.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>Прыжки «Через болото»</p> <p>Прокатывание мячей «Точный пас».</p> <p>Подвижная игра «Мыши в кладовой».</p> <p>3 ч Игра «Где спрятался мышонок?».</p>	<p>Игровые упражнения: равновесия – ходьба из обруча в обруч.</p> <p>Прыжки - «Перепрыгни из обруча в обруч»</p> <p>Подвижные игры «Мыши в кладовой», «Поезд», «По ровненькой дорожке».</p>
15, 16	11	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя, развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами упражнять в ползании.	<p>1 ч Игровое упражнение «Твой кубик». После ходьбы выполняется бег по кругу сначала в одну, а затем в другую сторону.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>Игровое задание с мячом «Прокати – не</p>	<p>Игровые упражнения: равновесие- ходьба из обруча в обруч; прыжки- «Перепрыгни из обруча в обруч».</p> <p>Подвижные игры «Наседка и цыплята», «Догони мяч».</p>

			<p>задень».</p> <p>«Проползи – не задень Подвижная игра «По ровненькой дорожке» 3 ч Ходьба в колонне по одному.</p>	
Декабрь	12	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.</p>	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в колонне по одному. «Лягушки!» – присесть, руки положить на колени, затем встать и продолжить ходьбу. Переход на бег. На слово: «Бабочки!» – остановиться и помахать руками, как крылышками. Ходьба и бег проводится в чередовании.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения с флажками.</p> <p>Основные виды движений. Ползание. Игровое задание – «Паучки». Равновесие. Подвижная игра «Поймай комара» 3 ч Ходьба в колонне по одному за «комаром».</p>	<p>Игровые упражнения: прыжки-до кубика ,до обруча; до игрушки; «Перепрыгни ручеек»; с мячом-«Прокати мяч до кегли и сбей её».</p> <p>Подвижные игры «Поймай комара», «Кот и мышки», «Найди свой домик».</p>
	13	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.</p>	<p>1 ч Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба в рассыпную по всему залу, затем бег в рассыпную, переход к ходьбе в колонне по одному.</p> <p>2чОбщеразвивающие упражнения с кубиками.</p> <p>Основные виды движений. Равновесие. Игровое упражнение «Пройди – не задень»</p>	<p>Игровые упражнения с мячом- катание мяча в парах; «Прокати в ворота»; ползание- «Доползи до зайки», лазание под дугу. Подвижные игры»Пузырь», «Поймай комара», «Зайка серый</p>

			<p>Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».</p> <p>Подвижная игра «Коршун и птенчики».</p> <p>3 ч Ходьба в колонне по одному.</p> <p>Игра «Найдем птенчика».</p>	умывается»
Январь	14	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Самолеты!» – дети выполняют бег врассыпную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьбу врассыпную. Ходьба и бег проводятся в чередовании.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения с мячом.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>Прыжки со скамейки (высота 20 см) .</p> <p>Прокатывание мячей друг другу.</p> <p>Подвижная игра «Найди свой домик».</p> <p>3 ч Ходьба в колонне по одному</p>	Игровые упражнения: подлезание –« Пролететь в норку», равновесие-«пройти по дорожке», «Перешагни через кубик» с мячом - «Прокати и догони мяч», «Поймай мяч, брошенный воспитателем».Подвижные игры: «Найди свой домик», «Бегите ко мне».
	15	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя в прокатывании мяча между предметами умения группироваться при лазании под дугу.	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Воробышки!» – дети останавливаются и произносят «чик-чирик», затем продолжают ходьбу; бег в колонне по одному; ходьба и бег проводятся в чередовании.</p> <p>2 чОбщеразвивающие упражнения с кубиками.</p> <p>Основные виды движений.</p> <p>Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>Ползание под дугу «Проползи – не задень»</p> <p>Подвижная игра «Лягушки».</p> <p>3 ч Игра малой подвижности «Найдем лягушонка»</p>	Игровые упражнения на равновесие-«Пройди по мостику»; прыжки из обруча в обруч, «с кочки на кочку», «из ямки в ямку»; метание «попади снежком в корзину».Подвижные игры «Наседка и цыплята», «Воробышки и кот»,«Пузырь»
22	16	Упражнять детей в ходьбе и	1 ч Ходьба в колонне по одному, на сигнал	Игровые упражнения:

		<p>беге врассыпную развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.</p>	<p>воспитателя: «На прогулку!» – всем детям предлагается разбежаться по всему залу; переход на ходьбу врассыпную и снова на бег.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения на стульчиках.</p> <p><u>Основные виды движений.</u> Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке» Равновесие. «Пройдем по мостику» Подвижная игра «Птица и птенчики» 3-я часть. Игра малой подвижности «Найдем птенчика»</p>	<p>прыжки- спрыгивание со скамейки; с мячом- прокатывание между предметами; друг другу. В прямом направлении. Подвижные игры с прыжками и бегом.</p>
Январь	17	<p>Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.</p>	<p>1 ч Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Великаны!» – дети выполняют ходьбу на носках, руки прямые вверх, переход на обычную ходьбу, затем бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба и бег в чередовании.</p> <p>2 ч Общеразвивающие упражнения с платочками.</p> <p><u>Основные виды движений.</u> Равновесие «Пройди – не упади». Прыжки «Из ямки в ямку». Подвижная игра «Коршун и цыплята» 3 ч Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».</p>	<p>Игровые упражнения с мячом .Подвижные игры: «По ровненькой дорожке»,»Лягушки», «Птица и птенчики».</p>
05-07 Феврал	18	<p>Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную в прыжках на</p>	<p>1 ч Игровое упражнение «На полянке» По сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе врассыпную и бегу врассыпную.</p>	<p>Игровые упражнения: ползание , не касаясь руками пола- «мышки</p>

		двух ногах между предметами в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	<p>2 ч Общеразвивающие упражнения с обручем.</p> <p>Основные виды движений. Прыжки «Зайки – прыгуны» Прокатывание мяча между предметами. Подвижная игра «Птица и птенчики».</p> <p>3-я часть. Ходьба в колонне по одному.</p>	вылезли из норки», «щенята подлезли под забор»; ходьба по доске, по снежному валу, катание мячей друг другу в прямом направлении, прыжки через шнур, из обруча в обруч. Подвижные игры с бегом, прыжками.
	19	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	<p>1-я часть. Воспитатель обращает внимание детей на круг, выложенный из кубиков в центре зала (по одному на каждого ребенка). Дети выполняют ходьбу вокруг кубиков и по сигналу воспитателя: "Взять кубик!" – каждый ребенок берет кубик (который находится ближе к нему), поднимает над головой. На следующий сигнал педагога дети кладут кубик на место и продолжают ходьбу. После ходьбы проводится бег вокруг кубиков в обе стороны. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> <p>2-я часть. Общеразвивающие упражнения с кубиками.</p> <p>Основные виды движений. "Прокати – поймай". Подвижная игра "Найди свой цвет".</p> <p>3-я часть. Ходьба в колонне по одному.</p>	Упражнения: ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. С мячом- катание в ворота, в прямом направлении, вокруг предметов. Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Лохматый пёс», «Найди свой домик».
19-21	20	Повторить ходьбу с выполнением заданий.	1-я. "Лягушки и бабочки". Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: "Лягушки" –	

		<p>Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p>	<p>дети останавливаются, приседают, кладут руки на колени (можно произнести "ква-ква-ква"). Поднимаются и продолжают обычную ходьбу. На сигнал: "Бабочки!" – дети останавливаются и машут руками, "как крылышками". Бег в колонне по одному в обе стороны.</p> <p>2-я ч.Общеразвивающие упражнения</p> <p>Основные виды движений. Ползание под дугу, не касаясь руками пола. Равновесие "По тропинке". Подвижная игра "Лохматый пес".</p> <p>3-я часть. Ходьба в колонне по одному.</p>	
Февраль	21	<p>Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.</p> <p>1-я часть. Ходьба и бег</p>	<p>1-яч.Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами (от кольца-броса): ходьба – примерно три четверти круга и бег – полный круг: остановка, поворот в другую сторону, повторение упражнений.</p> <p>2-я ч .Общеразвивающие упражнения с кольцом.</p> <p>Основные виды движений.. Равновесие. «Перешагни- не наступи» Прыжки. "С пенька на пенек". Подвижная игра "Найди свой цвет". 3-я часть. Игра малой подвижности по выбору детей.</p>	<p>Игровые упражнения: катание мяча между двумя линиями, в ворота друг другу; лазание под шнур, не касаясь руками пола- «мышки».Подвижные игры «Лягушки», «Поймай снежинку», «Догони мяч», «Добеги до кубика».</p>
05	22	. Упражнять детей в	1-я ч. Ходьба в колонне по одному. На слово	Игровые упражнения:

		<p>ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.</p>	<p>воспитателя: "Мышки!" переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, затем на обычную ходьбу. На слово: "Лошадки!" – бег, высоко поднимая колени, переход на обычный бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> <p>2-я ч. Общеразвивающие упражнения с обручем.</p> <p>Основные виды движений. Прыжки "Веселые воробышки". Прокатывание мяча "Ловко и быстро!". Подвижная игра "Воробышки в гнездышках".</p> <p>3-я ч. Игра "Найдем воробышка"</p>	<p>подлезание, не касаясь пола- «мышки», «кролики», ходьба по доске, катание мячей в прямом направлении. Подвижные игры: «Мышки», «Поезд», «Найди свой цвет»</p>
Март	23	<p>Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола</p>	<p>1-я ч. Ходьба в колонне по одному. (раз).</p> <p>2ч. Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола. Подвижная игра "Воробышки и кот".</p> <p>3ч. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.</p>	<p>Игровые упражнения: равновесие, ходьба по скамейке, по снежному валу, перешагивание через кубики, бруски; прыжки- прыжки с высоты. Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Лохматый пёс», «Найди свой цвет».</p>
	24	<p>Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.</p>	<p>1ч. Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу в рассыпную, затем на бег в рассыпную. Ходьба и бег в рассыпную в чередовании.</p> <p>2ч. Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. Лазание под дугу в группировке "Под дугу".</p>	<p>Игровые упражнения: прыжки- из ямки в ямку, через шнуры; катание мяча друг другу, в прямом направлении. Подвижные игры: «По ровненькой дорожке»,</p>

			<p>Равновесие. Подвижная игра. "Лягушки" (прыжки). 3ч. Игра "Найдем лягушонка"</p>	«Лягушки», « Поезд».
Март	25	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.</p>	<p>1ч. Ходьба по кругу, бег в умеренном темпе, переход на ходьбу. Общеразвивающие упражнения с кубиками. Основные виды движений «Ровным шагом» Прыжки «Змейкой» Подвижная игра «Кролики» 3ч. Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>2ч. Игровые упражнения: подлезание –лазание под шнур- цыплята, «мышки»; прыжки-перепрыгивание через шнуры; «Допрыгай до предмета»; метание-бросание мячей вдаль, через шнур, бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; равновесие-перешагивание через шнуры. Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Поймай комара», «Кролики», «Найди свой цвет».</p>

Апрель	26	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, разучить прыжки в длину с места, развивать ловкость при прокатывании мяча.	<p>1ч.Ходьба в колонне по одному; ходьба врассыпную, бег врассыпную.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений Прыжки « Через канавку» Катание мячей друг другу «Точно в руки» Подвижная игра «Найди свой цвет».</p> <p>3ч.Ходьба в колонну по одному.</p>	Игровые упражнения: равновесие- ходьба по шнуру, ходьба по скамейке-«Воробушки и кот», метание- перебрасывание мяча друг другу, катание мяча-«Сбей кеглю». Ползание – «Ползи по мостику». Подвижные игры: «Найди свой домик», «Зайка серый умывается», «Лягушки»
	27	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	<p>1ч.Ходьба в колонне по одному. На сигнал: «Лошадки»-ходьба, высоко поднимая колени. На сигнал: «Бабочки»- бег в колонне по одному.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. «Брось – поймай» Игровое упражнение «Муравьишки» Подвижная игра «Зайка серый умывается»</p> <p>3ч. Игра «Найдём зайку»</p>	Игровые упражнения: прыжки через шнуры, прыжки с высоты, метание- игры с мячом, лазание-ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Равновесие- ходьба с различными положениями рук по доске. Подвижные игры: «Кролики», «лягушка» , «Лохматый пёс».

Апрель	28	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами, повторить упражнения в ползании, упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	<p>1ч Ходьба и бег между предметами. Ходьба «змейкой», бег.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений.</p> <p>3ч.Ходьба в колонне по одному «автомобили поехали в гараж».</p>	Игровые упражнения: лазание под шнур, ползание по скамейке; прыжки- перешагивание через две линии; прыжки из обруча в обруч; метание-бросание мяча вверх и ловля его двумя руками прокатывание мяча вокруг предметов. Подвижные игры: «По ровненькой дорожке», «Поезд», «Птица, птенчики»
	29	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры .Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	<p>1ч.Ходьба и бег вокруг кубиков .Остановка и поворот в другую сторону , продолжение ходьбы и бега.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения на скамейке с кубиком. Основные виды движений. Равновесие- ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамье. Прыжки «Через канаву» Подвижная игра «Тишина».</p> <p>3ч. Игра « Найдём лягушонка»</p>	Игровые упражнения: ползание под шнур, прыжки- перепрыгивание через шнур «ручеек», прыжки до кегли, метание-бросание мячей вдаль, через шнуры, ходьба по доске. Подвижные игры: «Поймай комара», «Найди свой цвет», «Кролики».

Май	30	<p>Упражнять в ходьбе и беге; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.</p>	<p>1ч.Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Жуки полетели»- бег врассыпную по залу. На сигнал: «Жуки отдыхают»- лечь на спину.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения с косичками. Основные виды движений. Прыжки из кружка в кружок. Упражнения с мячом «Точный пас». Подвижная игра «По ровненькой дорожке».</p> <p>3ч.Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>Игровые упражнения: равновесие- ходьба по скамейке перешагивая через шнуры , прокатывание мяча между предметами, лазание по доске на четвереньках, ползание под дугу. Подвижные игры: «Поезд», «Воробышки и кот», «Лягушки».</p>
	31	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением задания развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом, упражнять в ползании на ступнях.</p>	<p>1ч.Ходьба в колонне по одному. На сигнал: «Великаны»- ходьба на носках, руки вверх. На сигнал: «Гномы»- присед, руки на колени.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата» Подвижная игра «Мы топаем ногами».</p> <p>3ч.Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>Игровые упражнения: прыжки- прыжки через шнуры, метание- прокатывание мяча в ворота, лазание проползание между кубиками, равновесие- ходьба по гимнастической скамье. Подвижные игры: «Мы топаем ногами», «Кролики и сторож», «Найди свой цвет».</p>

Май	32	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу, повторить ползание между предметами, упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	<p>1ч.Ходьба в колонне по одному. Переход на бег в умеренном темпе. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений. Ползание «Проползи -не задень». Равновесие-«По мостику». Подвижные игры : «Огуречик - огуречик»</p> <p>3ч.Ходьба в колонне по одному».</p>	Игровые упражнения: лазание под дугу, равновесие- ходьба и бег по дорожке, прыжки с продвижением вперед на двух ногах. Подвижные игры: Сбей кеглю», «Воробышки и кот», «Наседка и цыплята».
	33	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве, повторить задание в равновесии и прыжках.	<p>1ч.Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения. Основные виды движения. Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Мышки в кладовой»</p> <p>3ч.Игра «где спрятался мышонок»</p>	Игровые упражнения: равновесие- ходьба по гимнастической скамейке. Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Поезд»
	34	Упражнять в ходьбе и бегу между предметами , в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мяча друг другу.	<p>1ч.Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. Прыжки «Парашютисты». Подвижная игра «Воробышки и кот»</p>	Игровые упражнения: прыжки – перепрыгивание через две линии. Подвижные игры: «Мыши в кладовой», «Лягушки»
	35	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.	<p>1ч.Ходьба и бег в колонне по одному.</p> <p>2ч.Общеразвивающие упражнения с флажками. Основные виды движений. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по скамейке. Подвижная игра « Огуречик, огуречик».</p>	Игровые упражнения: прыжки с продвижением вперед на двух ногах. Подвижные игры «Наседка и цыплята», « Воробышки и автомобиль»

	36	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу, лазании по наклонной лесенке, повторить задание в равновесии.	1ч. Хольба в колонне по одному, переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, бег врассыпную по всему залу. 2ч. Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. Лазание на наклонную лесенку. Подвижная игра «Коршун и наседка» 3ч. Ходьба в колонне по одному.	Игровые упражнения: прыжки-перепрыгивание через шнур, бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.
--	----	---	---	---