

**ТЕКУЩЕЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДОШКОЛЬНИКАМИ  
( 2–ая МЛАДШАЯ ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА)**

**СЕНТЯБРЬ**

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми построения в круг в новом игровом упражнении «Раз, два, три, четыре, пять – в круг становимся опять!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ползания на четвереньках по прямой (расстояние до 6 м) в новой подвижной игре «Котята и щенята»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Знакомство с правилами поведения на физкультурных занятиях</p>
2	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в круг в знакомом игровом упражнении «Раз, два, три, четыре, пять – в круг становимся опять!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках по прямой (расстояние до 6 м) в знакомой подвижной игре «Котята и щенята»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Формирование умения соблюдать правила поведения на физкультурных занятиях</p>
3	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений	<p>1. Разучивание детьми бега в разных направлениях на расстояние до 100-150 м в новой подвижной игре «У медведя во бору»</p> <p>Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей</p> <p>Закрепление умения детей соблюдать правила поведения на физкультурных занятиях</p>

	циклического характера	
4	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений циклического характера	<p>1. Разучивание детьми ходьбы друг за другом и за педагогом в новой подвижной игре «Мы шагаем дружно в ряд!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми бега в разных направлениях на расстояние до 100-150 м в знакомой подвижной игре «У медведя во бору»</p> <p>Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей</p> <p>Формирование у детей умения соблюдать элементарные правила выполнения упражнений через сюжет подвижных игр</p>
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми прыжков на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 2-3м), с поворотами налево и направо в новой подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы друг за другом и за педагогом в знакомой подвижной игре «Мы шагаем дружно в ряд!»</p> <p>Формирование у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Закрепление умения детей соблюдать элементарные правила выполнения упражнений через сюжет подвижных игр</p>
6	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми прыжков на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 2-3м), с поворотами налево и направо в знакомой подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бегать в разных направлениях на расстояние до 100-150 м в знакомой подвижной игре «У медведя во бору»</p> <p>Укрепление мышц нижних конечностей организма детей</p> <p>Формирование у детей умения соблюдать элементарные правила подвижных игр</p>
7	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми комплекса ОРУ № 1 без предметов на месте на разные группы мышц в новом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить друг за другом и за педагогом в знакомой подвижной игре «Мы шагаем дружно в ряд!»</p> <p>Формирование у детей умения сохранять правильную осанку во время ОРУ и ходьбы</p>

		Закрепление у детей умения соблюдать элементарные правила подвижных игр
8	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми комплекса ОРУ № 1 без предметов на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках по прямой (расстояние до 6 м) в знакомой подвижной игре «Котята и щенята»</p>
		Закрепление умения детей сохранять правильную осанку во время ОРУ и других движений
		Способствовать повышению мотивации детей заниматься и играть вместе с педагогом
9	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми метания предметов на дальность правой и левой рукой (расстояние не менее 2,5 – 5 м) в новой подвижной игре «Кто бросит дальше!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей прыгать на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), с поворотами налево и направо в знакомой подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»</p>
		Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей
		Формирование у детей умения придерживаться определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры
10	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ №1 без предметов на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы по гимнастическому бревну прямо в новом игровом упражнении «Гимнасты»</p>
		Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности
		Вызывать у детей положительный эмоциональный отклик и желание активно участвовать в игровой деятельности
11	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами	<p>1. Закрепление двигательного умения детей бегать в разных направлениях на расстояние до 100-150 м в новой подвижной игре «Мишка по лесу гулял»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей метать предметы на дальность правой и левой рукой (расстояние не менее 2,5 – 5 м) в знакомой подвижной игре «Кто бросит дальше!»</p>

	физических упражнений смешанного характера	Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей
		Формирование у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на звуковые сигналы педагога
12	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в круг в знакомом игровом упражнении «Раз, два, три, четыре, пять – в круг становимся опять!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить по гимнастическому бревну прямо в знакомом игровом упражнении «Гимнасты»</p> <p>3. Закрепление двигательного умения детей метать предметы на дальность правой и левой рукой (расстояние не менее 2,5 – 5м) в знакомой подвижной игре «Кто бросит дальше!»</p>
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Способствовать проявлению творчества и самостоятельности детей в организации и проведении подвижных игр

## ОКТЯБРЬ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми построения в колонну по одному в новой подвижной игре «Поезд»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы «змейкой» между и, обходя предметы, лежащие на полу в новом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»</p> <p>Формирование у детей умения сохранять устойчивое равновесие, преодолевая неровности (предметы), лежащие на полу</p> <p>Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на звуковые сигналы педагога</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми построения в колонну по одному в знакомой подвижной игре «Поезд»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить в колонне по два (парами) в новой подвижной игре «Дружные пары!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время ходьбы</p> <p>Формирование у детей умения придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в колонну по одному в знакомой подвижной игре «Поезд»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить «змейкой» между и, обходя предметы, лежащие на полу в знакомом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие, преодолевая неровности (предметы), лежащие на полу</p> <p>Закрепление у детей умения придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога</p>
4	Развитие скоростно-	1. Разучивание детьми бега в колонне по одному с остановками по сигналу, змейкой в новой

	силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>подвижной игре «Сигнал!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ползания на четвереньках по гимнастической скамейке, по доске, приподнятой от пола 25-30см в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Способствовать проявлению доброжелательного отношения детей друг к другу в процессе выполнения игровых заданий</p>
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми комплекса ОРУ № 2 с погремушками на местена разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми прокатывания мяча двумя руками между предметами, лежащими на полу и расстоянием между ними 50-60 см, в воротца (ширина 50-60см) в знакомой подвижной игре «Прокати мяч»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Вызывать у детей эмоциональный отклик и желание играть с мячом</p>
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми комплекса ОРУ №2 с погремушками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять прокатывание мяча двумя руками между предметами, лежащими на полу и расстоянием между ними 50-60 см, в воротца (ширина 50-60см) в знакомой подвижной игре «Прокати мяч»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Способствовать повышению мотивации детей к занятиям физическими упражнениями</p>
7	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ №2 с погремушками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, по доске, приподнятой от пола 25-30см в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время выполнения</p>

		физических упражнений
		Способствовать проявлению активности и инициативы детей в процессе двигательной деятельности
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми бега в колонне по одному с остановками по сигналу, змейкой в знакомой подвижной игре «Сигнал!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, по доске, приподнятой от пола 25-30см в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»</p>
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений
9	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений циклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей ходить «змейкой» между и, обходя предметы, лежащие на полу в знакомом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бегать в колонне по одному с остановками по сигналу, змейкой в знакомой подвижной игре «Сигнал!»</p>
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Закрепление у детей умения придерживаться определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры и звуковые сигналы педагога
10	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 1 без предметов на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Разучивание детьми перепрыгивания на двух ногах через несколько линий подряд в знакомой подвижной игре «Не наступи на линию!»</p>
		Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей
		Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на звуковые сигналы педагога
11	Развитие скоростно-силовых двигательных	1. Формирование основ техники выполнения детьми перепрыгивания на двух ногах через несколько линий подряд в знакомой подвижной игре «Не наступи на линию!»

	<p>способностей детей средствами физических упражнений циклического характера</p>	<p>2. Закрепление двигательного умения детей бегать в колонне по одному с остановками по сигналу, змейкой в знакомой подвижной игре «Сигнал!»</p> <p>Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей</p> <p>Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений</p>
12	<p>Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера</p>	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в колонну по одному в знакомой подвижной игре «Поезд»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей перепрыгивать на двух ногах через несколько линий подряд в знакомой подвижной игре «Не наступи на линию!»</p> <p>3. Закрепление двигательного умения детей выполнять прокатывание мяча двумя руками между предметами, лежащими на полу и расстоянием между ними 50-60 см, в воротца (ширина 50-60см) в знакомой подвижной игре «Прокати мяч»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении физических упражнений</p> <p>Способствовать проявлению творчества и самостоятельности детей в организации и проведении подвижных игр</p>

## НОЯБРЬ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в колонну по одному в новой подвижной игре «Найди свое место»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить по гимнастическому бревну прямо в новом игровом упражнении «Акробаты»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при передвижении по ограниченной плоскости</p> <p>Формирование у детей умения ориентироваться в пространстве</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми бросания мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка (расстояние 1- 1,5 м) в новой подвижной игре «Бросай и догоняй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей прыгать на двух ногах с поворотами налево и направо в новом игровом упражнении «Попрыгунчики»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и связок свода стопы организма детей</p> <p>Вызывать у детей эмоциональный отклик и желание играть с мячом</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 2 с погремушками на местона разных групп мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка (расстояние 1- 1,5 м) в знакомой подвижной игре «Бросай и догоняй!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Вызывать у детей эмоциональный отклик и желание играть с мячом</p>

4	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми бега на носках по извилистой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6м) в новой подвижной игре «Наши ножки бегут по извилистой дорожке»
		2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка (расстояние 1- 1,5 м) в знакомой подвижной игре «Бросай и догоняй!»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время бега и при передвижении по ограниченной плоскости
		Закрепление у детей умений придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми комплекса ОРУ №3 без предметов на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми бега на носках по извилистой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6м) в знакомой подвижной игре «Наши ножки бегут по извилистой дорожке»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время бега и при выполнении упражнений координационной направленности
		Закрепление у детей умения ориентироваться в пространстве
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми комплекса ОРУ № 3 без предметов на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»
		2. Закрепление двигательного умения детей бегать на носках по извилистой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6м) в знакомой подвижной игре «Наши ножки бегут по извилистой дорожке»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время бега и при выполнении упражнений координационной направленности
		Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на зрительные ориентиры и звуковые сигналы педагога
7	Развитие координационных двигательных	1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 3 без предметов на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»
		2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч вперед двумя руками снизу, от груди,

	способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка (расстояние 1- 1,5 м) в знакомой подвижной игре «Бросай и догоняй!»
		Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности
		Способствовать повышению интереса детей к выполнению коллективных действий
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Разучивание детьми ползания на четвереньках между предметами, лежащими на полу, вокруг предметов в знакомой подвижной игре «Котята и щенята» 2. Закрепление двигательного умения детей бегать на носках по извилистой дорожке (ширина 25-50 см, длина 5-6м) в знакомой подвижной игре «Наши ножки бегут по извилистой дорожке»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Закрепление у детей умения соблюдать правила выполнения упражнений через сюжет подвижных игр
9	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Разучивание детьми ходьбы с высоким подниманием колена в новом игровом упражнении «Цапля» 2. Формирование основ техники выполнения детьми ползания на четвереньках между предметами, лежащими на полу, вокруг предметов в знакомой подвижной игре «Котята и щенята»
		Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей
		Формирование у детей умения не наталкиваться друг на друга во время проведения подвижных игр
10	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы с высоким подниманием колена в знакомом игровом упражнении «Цапля» 2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках между предметами, лежащими на полу, вокруг предметов в новой подвижной игре «Обезьянки»
		Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей
		Закрепление у детей умения не наталкиваться друг на друга во время проведения подвижных игр

11	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми перепрыгивания на двух ногах через две параллельные линии (расстояние 25 – 30см) в знакомой подвижной игре «Не наступи на линию!»
		2. Закрепление двигательного умения детей перепрыгивать на двух ногах через несколько линий подряд в той же подвижной игре
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений
12	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Закрепление двигательного умения детей ходить с высоким подниманием колена в знакомом игровом упражнении «Цапля»
		2. Закрепление двигательного умения детей перепрыгивать на двух ногах через две параллельные линии (расстояние 25 – 30см) в знакомой подвижной игре «Не наступи на линию!»
		3. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках между предметами, лежащими на полу, вокруг предметов в знакомой подвижной игре «Обезьянки»
		Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений в равновесии
		Формирование у детей умения выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии

## ДЕКАБРЬ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми бросания мяча вверх, вниз, об полс последующей его ловлей (2-3 раза подряд) в новой подвижной игре «Лови мяч»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 3 без предметов на местена разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Делай как я!»</p> <p>Укрепление мышечной системы организма детей</p> <p>Формирование у детей умения соблюдать предложенный педагогом темп выполнения упражнения</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми ползания на четвереньках по наклонной доске вверх и вниз (ширина 20 - 25см, высота 30 – 35см) в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми бросания мяча вверх, вниз, об полс последующей его ловлей (2-3 раза подряд) в знакомой подвижной игре «Лови мяч»</p> <p>Укрепление мышечной системы организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения соблюдать предложенный педагогом темп выполнения упражнения</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми ползания на четвереньках по наклонной доске вверх и вниз (ширина 20 - 25см, высота 30 – 35см) в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч вверх, вниз, об полс последующей его ловлей (2-3 раза подряд) в знакомой подвижной игре «Лови мяч»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Формирование у детей умения не наталкиваться друг на друга во время передвижений, согласовывая свободные движения рук и ног</p>

4	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Разучивание детьми прыжков на двух ногах из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними в новой подвижной игре «С кочки на кочку» и знакомом игровом упражнении «Попрыгунчики»
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Закрепление у детей умения не наталкиваться друг на друга во время передвижений, согласовывая свободные движения рук и ног
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми комплекса ОРУ № 4 с большим мячом на месте на разные группы мышц в новом игровом упражнении «Будь внимателен!»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми прыжков на двух ногах из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними в знакомой подвижной игре «С кочки на кочку» и знакомом игровом упражнении «Попрыгунчики»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при передвижении по ограниченной плоскости
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми ходьбы по гимнастической скамейке прямо с перешагиванием через предметы (высота до 25 см), лежащие на ней в знакомом игровом упражнении «Акробаты»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми комплекса ОРУ № 4 с большим мячом на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Будь внимателен!»
		Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений в равновесии
7	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами	Формирование у детей умения согласовывать свои движения с движениями других детей: начинать и заканчивать упражнения одновременно
		1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 4 с большим мячом на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Будь внимателен!»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы по гимнастической скамейке прямо с перешагиванием через предметы (высота до 25 см), лежащие на ней в знакомом игровом упражнении «Акробаты»

	физических упражнений смешанного характера	Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений в равновесии
		Закрепление у детей умения согласовывать свои движения с движениями других детей: начинать и заканчивать упражнения одновременно
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Разучивание детьми непрерывного бега в медленном темпе в течение 1 мин. в знакомой подвижной игре «Бегите ко мне!» 2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках по наклонной доске вверх и вниз (ширина 20 - 25см, высота 30 – 35см) в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»
		Укрепление мышц дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей
		Формирование у детей элементов умения самостоятельно выполнять задания инструктора
9	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми перелезания через препятствие (бревно, скамейку) в знакомой подвижной игре «Обезьянки» 2. Закрепление двигательного умения детей ходить по гимнастической скамейке прямо с перешагиванием через предметы (высота до 25 см), лежащие на ней в знакомом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Закрепление у детей элементов умения самостоятельно выполнять задания инструктора
10	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми непрерывного бега в медленном темпе в течение 1 мин. в знакомой подвижной игре «Бегите к флажку!» 2. Закрепление двигательного умения детей прыгать на двух ногах из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними в знакомой подвижной игре «С кочки на кочку» и знакомом игровом упражнении «Попрыгунчики»
		Укрепление мышц дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей
		Способствовать проявлению творчества и самостоятельности детей в процессе подвижных игр
11	Развитие ловкости детей средствами	1. Закрепление двигательного умения детей прыгать на двух ногах из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними в знакомой подвижной игре «С кочки на кочку» и знакомом игровом

	физических упражнений смешанного характера	<p>упражнении «Попрыгунчики»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей перелезать через препятствие (бревно, скамейку) в знакомой подвижной игре «Обезьянки»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений</p>
12	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей непрерывно бегать в медленном темпе в течение 1 мин. в новой подвижной игре «Ловишки»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей перелезать через препятствие (бревно, скамейку) в знакомой подвижной игре «Обезьянки»</p> <p>3. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках по наклонной доске вверх и вниз (ширина 20 - 25 см, высота 30 – 35 см) в знакомой подвижной игре «Будь осторожен!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время выполнения физических упражнений</p> <p>Способствовать проявлению доброжелательного отношения детей друг к другу в процессе выполнения игровых заданий</p>

## ЯНВАРЬ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми катания мяча двумя руками и одной рукой друг другу из положения сидя на расстоянии до 5-6 м в новой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 4 с большим мячом на местена разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Будь внимателен!»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на зрительные ориентиры и звуковые сигналы педагога</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми комплекса ОРУ № 5 с косичкой на местена разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Будь внимателен!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми катания мяча двумя руками и одной рукой друг другу из положения сидя на расстоянии до 5-6 м в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на зрительные ориентиры и звуковые сигналы педагога</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми комплекса ОРУ № 5 с косичкой на местена разные группы мышц в новом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>2. Разучивание детьми подлезания под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола в новой подвижной игре «Наседка и цыплята»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Способствовать повышению интереса детей к выполнению коллективных действий</p>

	характера	
4	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми перепрыгивания через предметы (высота 5 см), лежащие на полу в знакомом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»
		2. Закрепление двигательного умения детей катать мяча двумя руками и одной рукой друг другу из положения сидя на расстоянии до 5-6 м в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Закрепление у детей умения соблюдать предложенный педагогом темп выполнения упражнения
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми ходьбы по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15 – 20см, высота 30 – 35см) в новом игровом упражнении «На горку – с горки!»
		2. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 5 с косичкой на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при передвижении по ограниченной плоскости
		Воспитание бережного отношения к физкультурному инвентарю
6	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми ходьбы, приставляя пятку одной ноги к носку другой в новой подвижной игре «По узкой дорожке»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15 – 20см, высота 30 – 35см) в знакомом игровом упражнении «На горку – с горки!»
		3. Формирование основ техники выполнения детьми перепрыгивания через предметы (высота 5 см), лежащие на полу в знакомом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Закрепление у детей умений придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога
7	Развитие общей выносливости детей средствами	1. Формирование основ техники выполнения детьми подлезания под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола в знакомой подвижной игре «Наседка и цыплята»
		2. Закрепление двигательного умения детей перепрыгивать через предметы (высота 5 см),

	физических упражнений смешанного характера	лежащие на полу в знакомом игровом упражнении «Не наступи на предмет!»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие, преодолевая неровности (предметы), лежащие на полу
		Способствовать повышению мотивации детей к занятиям физическими упражнениями
8	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы, приставляя пятку одной ноги к носку другой в знакомой подвижной игре «По узкой дорожке»
		2. Закрепление двигательного умения детей ходить по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15 – 20см, высота 30 – 35см) в знакомом игровом упражнении «На горку – с горки!»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при передвижении по ограниченной плоскости
		Закрепление у детей умений придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога
9	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Закрепление двигательного умения детей ходить, приставляя пятку одной ноги к носку другой в знакомой подвижной игре «По узкой дорожке»
		2. Закрепление двигательного умения детей катать мяча двумя руками и одной рукой друг другу из положения сидя на расстоянии до 5-6 м в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»
		3. Закрепление двигательного умения детей подлезать под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола в знакомой подвижной игре «Наседка и цыплята»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Способствовать повышению интереса детей к выполнению коллективных действий

## ФЕВРАЛЬ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми ходьбы с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) в новой подвижной игре «Слушай и выполняй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей подлезать под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола в знакомой подвижной игре «Наседка и цыплята»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения соблюдать правила выполнения упражнений через сюжет подвижных игр</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми лазанья по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом в знакомой подвижной игре «Обезьянки»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения соблюдать предложенный педагогом темп выполнения упражнения</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми метания в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2м) в новой подвижной игре «Целься вернее!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять ходьбу с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Закрепление у детей умения ориентироваться в пространстве относительно себя и спортивного зала</p>
4	Развитие скоростно-	1. Разучивание детьми бега с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего,

	силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>догонять убегающего, бежать и останавливаться по сигналу педагога) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детымиметания в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»</p>
		Формирование у детей умения сохранять устойчивое положение туловищаво время бега с выполнением заданий
		Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплексОРУ № 5 с косичкой на местена разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детейметать предметы в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»</p>
		Укрепление мышц верхнего плечевого пояса организма детей
		Закрепление у детей умения не наталкиваться друг на друга во время проведения подвижных игр и игровых упражнений
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умениядетей выполнять ходьбу с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей лазать по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом в знакомой подвижной игре «Обезьянки»</p>
		Закреплениеу детей умения сохранять правильную осанкупри выполнении упражнений в равновесии
		Формирование у детей умения играть совместно небольшими группами
7	Развитие общей выносливости детей средствами	<p>1. Разучивание детьмипрямого галопа в новом игровом упражнении«Лошадки»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми бега с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать и останавливаться по</p>

	физических упражнений циклического характера	сигналу педагога) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»
		Укрепление мышц нижних конечностей организма детей
		Закрепление у детей умения играть совместно небольшими группами
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми прямого галопа в знакомом игровом упражнении «Лошадки» 2. Закрепление двигательного умения детей бегать с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать и останавливаться по сигналу педагога) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Способствовать повышению мотивации детей к занятиям физическими упражнениями
9	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	1. Разучивание детьми прыжков вверх с места касанием предметов, подвешенных выше поднятой руки ребенка на 15-20 см в новой подвижной игре «Позвони в бубен» 2. Закрепление двигательного умения детей лазать по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом в знакомой подвижной игре «Обезьянки»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Способствовать повышению мотивации детей к занятиям физическими упражнениями
10	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми прыжков вверх с места касанием предметов, подвешенных выше поднятой руки ребенка на 15-20 см в знакомой подвижной игре «Позвони в бубен» 2. Закрепление двигательного умения детей выполнять прямой галоп в знакомом игровом упражнении «Лошадки»
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий педагога
11	Развитие ловкости детей средствами	1. Разучивание детьми пролезания в обруч удобным способом в новой подвижной игре «Кролики»

	физических упражнений ациклического характера	<p>2. Закрепление двигательного умения детей прыгать вверх с места касанием предметов, подвешенных выше поднятой руки ребенка на 15-20см в знакомой подвижной игре «Позвони в бубен»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища во время прыжков и пролезания через препятствие</p> <p>Способствовать проявлению активности и инициативы детей в процессе двигательной деятельности</p>
12	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей бегать с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать и останавливаться по сигналу педагога) в знакомой подвижной игре «Слушай и выполняй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей прыгать вверх с места касанием предметов, подвешенных выше поднятой руки ребенка на 15-20см в знакомой подвижной игре «Позвони в бубен»</p> <p>3. Закрепление двигательного умения детей метать предметы в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Способствовать проявлению творчества и самостоятельности детей в процессе подвижных игр</p>

## МАРТ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми ходьбы на пятках в новом игровом упражнении «Подними носочки вверх и пройди так дальше всех!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей лазать по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом в знакомой подвижной игре «Обезьянки»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей</p> <p>Формирование у детей умения соблюдать правила безопасного поведения в ходе выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми бросания мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы на пятках в знакомом игровом упражнении «Подними носочки вверх и пройди так дальше всех!»</p> <p>Укрепление мышечного корсета организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения соблюдать правила безопасного поведения в ходе выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми комплекса ОРУ № 6 с кубиками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить на пятках в знакомом игровом упражнении «Подними носочки вверх и пройди так дальше всех!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Способствовать повышению интереса детей к выполнению коллективных действий</p>
4	Развитие скоростно-	1. Разучивание детьми бега по доске, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «Будь

	силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>осторожен!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми бросания мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений</p>
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми комплекса ОРУ № 6 с кубиками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми бега по доске, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «Будь осторожен!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при передвижении по ограниченной плоскости</p> <p>Закрепление у детей умений придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога</p>
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 6 с кубиками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч друг другу двумя руками снизу, из-за головы в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»</p> <p>Формирование умения правильно дышать в процессе выполнения физических упражнений</p> <p>Вызывать у детей положительный эмоциональный отклик и желание активно участвовать в игровой деятельности</p>
7	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми метания в вертикальную цель правой и левой рукой (высота центра мишени 1,2м, расстояние 1 – 1,5м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бегать по доске, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «Будь осторожен!»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и связок свода стопы организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения соблюдать предложенный педагогом темп выполнения</p>

		упражнения
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Закрепление двигательного умения детей ходить на пятках в знакомом игровом упражнении «Подними носочки вверх и пройди так дальше всех!»
		2. Закрепление двигательного умения детей лазать по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом в знакомой подвижной игре «Обезьянки»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Закрепление у детей умения соблюдать правила выполнения упражнений через сюжет подвижных игр
9	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	1. Разучивание детьми прыжков с высоты 15-20 см в новой подвижной игре «Воробушки и кот»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми метания в вертикальную цель правой и левой рукой (высота центра мишени 1,2м, расстояние 1 – 1,5м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»
		Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей
		Закрепление у детей умения не наталкиваться друг на друга во время передвижений, согласовывая свободные движения рук и ног
10	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	1. Разучивание детьми прыжков в длину с места на расстояние не менее 40 см в новой подвижной игре «Через ручеек»
		2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч друг другу двумя руками снизу, из-за головы в знакомой подвижной игре «Ты мне – я тебе!»
		Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей
		Вызывать у детей эмоциональный отклик и желание играть с мячом
11	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического	1. Формирование основ техники выполнения детьми прыжков в длину с места на расстояние не менее 40 см в знакомой подвижной игре «Через ручеек»
		2. Формирование основ техники выполнения детьми прыжков с высоты 15-20 см в знакомой подвижной игре «Воробушки и кот»
		Укрепление мышц нижних конечностей организма детей

	характера	Закрепление у детей умения придерживаться определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры
12	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей прыгать в длину с места на расстояние не менее 40 см в знакомой подвижной игре «Через ручеек»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей прыгать с высоты 15-20 см в знакомой подвижной игре «Воробушки и кот»</p> <p>3. Закрепление двигательного умения детей метать в вертикальную цель правой и левой рукой (высота центра мишени 1,2м, расстояние 1 – 1,5м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Закрепление у детей умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, соблюдать правила</p>

## АПРЕЛЬ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми построения в шеренгу по одному в знакомой подвижной игре «Найди свое место»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей метать в вертикальную цель правой и левой рукой (высота центра мишени 1,2м, расстояние 1 – 1,5м) в знакомой подвижной игре «Целься вернее!»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на звуковые сигналы педагога</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми бросания мяча о стену с последующей его ловлей двумя руками (2-3 раза подряд) в знакомой подвижной игре «Лови мяч»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми построения в шеренгу по одному в знакомой подвижной игре «Найди свое место»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса организма детей</p> <p>Закрепление у детей умений придерживаться определенного направления передвижения по заданию педагога</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми ходьбы в колонне по одному в сочетании с бегом с изменением направления движения в знакомом игровом упражнении «Будь внимателен!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в шеренгу по одному в знакомой подвижной игре «Найди свое место»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Способствовать проявлению доброжелательного отношения детей друг к другу в процессе выполнения игровых заданий</p>
4	Развитие скоростно-	1. Разучивание детьми бега за педагогом с изменением темпа движения в новой подвижной

	силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений циклического характера	<p>игре «Самолеты»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы в колонне по одному в сочетании с бегом с изменением направления движения в знакомом игровом упражнении «Будь внимателен!»</p> <p>Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей</p> <p>Способствовать повышению мотивации детей к занятиям физическими упражнениями</p>
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми ходьбы по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой в знакомом игровом упражнении «По узкой дорожке»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 6 с кубиками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Закрепление у детей умения придерживаться определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры звуковые сигналы педагога</p>
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой в знакомом игровом упражнении «По узкой дорожке»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей метать в вертикальную цель правой и левой рукой (высота центра мишени 1,2 м, расстояние 1 – 1,5 м) в новой подвижной игре «Попади в цель»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения согласовывать свои движения с движениями других детей</p>
7	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений циклического	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми бега за педагогом с изменением темпа движения в знакомой подвижной игре «Самолеты»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей ходить в колонне по одному в сочетании с бегом с изменением направления движения в новом игровом упражнении «Змейка»</p> <p>Укрепление мышц дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей</p> <p>Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических</p>

	характера	упражнений
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Закрепление двигательного умения детей ходить в колонне по одному в сочетании с бегом с изменением направления движения в знакомом игровом упражнении «Змейка»
		2. Закрепление двигательного умения детей бегать за педагогом с изменением темпа движения в знакомой подвижной игре «Самолеты»
		Укрепление мышц дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей
		Способствовать проявлению у детей волевых усилий в процессе выполнения физических упражнений
9	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми бросания мяча о стену с последующей его ловлей двумя руками (2-3 раза подряд) в знакомой подвижной игре «Лови мяч»
		2. Закрепление двигательного умения детей выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой в знакомом игровом упражнении «По узкой дорожке»
		Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности
		Вызывать у детей положительный эмоциональный отклик и желание активно участвовать в игровой деятельности
10	Развитие скоростно-силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми подскоков на двух ногах на месте и с продвижением вперед на 2-3 м в знакомой подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»
		2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяча о стену с последующей его ловлей двумя руками (2-3 раза подряд) в знакомой подвижной игре «Лови мяч»
		Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей
		Способствовать проявлению творчества и самостоятельности детей в процессе выполнения игровых заданий
11	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми подскоков на двух ногах на месте и с продвижением вперед на 2-3 м в знакомой подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»
		2. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в шеренгу по одному в знакомой подвижной игре «Найди свое место»
		Укрепление мышц спины и связок свода стопы организма детей

		Вызывать у детей положительный эмоциональный отклик и желание активно участвовать в игровой деятельности
12	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой в знакомом игровом упражнении «По узкой дорожке»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять подскоки на двух ногах на месте и с продвижением вперед на 2-3 м в знакомой подвижной игре «Мой веселый звонкий мяч»</p> <p>3. Закрепление двигательного умения детей бросать мяча о стену с последующей его ловлей двумя руками (2-3 раза подряд) в знакомой подвижной игре «Лови мяч»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Способствовать проявлению творчества и самостоятельности детей в процессе подвижных игр</p>

## МАЙ

№ занятия	Двигательные способности (цель и характер физических упражнений)	<i>ГРУППА ЗАДАЧ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ: ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ; ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ; ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ</i>
1	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Закрепление двигательного умения детей выполнять построение в круг в новой подвижной игре «Карусель»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей перелезть через препятствие (бревно, скамейку) в новой подвижной игре «Разведчики»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища, преодолевая неровности (предметы), лежащие (стоящие) на полу</p> <p>Воспитание организованности, дисциплинированности, ответственности</p>
2	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми поворотов на месте направо, налево переступанием в новой подвижной игре «Парад войск»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять комплекс ОРУ № 6 с кубиками на месте на разные группы мышц в знакомом игровом упражнении «Смотри и повторяй!»</p> <p>Укрепление мышц опорно-двигательного аппарата организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения быть внимательными при выполнении заданий с опорой на звуковые сигналы педагога</p>
3	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>1. Разучивание детьми ползания на четвереньках, с опорой на стопы и ладони, по прямой, по кругу, парами в новой подвижной игре «Медведи на прогулке»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми поворотов на месте направо, налево переступанием в знакомой подвижной игре «Парад войск»</p> <p>Закрепление у детей умения сохранять устойчивое положение туловища при выполнении упражнений координационной направленности</p> <p>Закрепление у детей умения осознанно относиться к выполнению правил игры</p>
4	Развитие скоростно-	1. Формирование основ техники выполнения детьми ползания на четвереньках, с опорой на

	силовых двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	<p>стопы и ладони, по прямой, по кругу, парами в знакомой подвижной игре «Медведи на прогулке»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей бросать мяч вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка (расстояние 1- 1,5 м) в знакомой подвижной игре «Бросай и догоняй!»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей</p> <p>Способствовать повышению интереса детей к выполнению предложенных игровых заданий</p>
5	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми размыкания и смыкания в колонне и шеренге, кругу обычным шагом в знакомой подвижной игре «Парад войск»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей выполнять повороты на месте направо, налево переступанием в знакомой подвижной игре «Парад войск»</p> <p>Укрепление мышц и связок свода стопы организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения согласовывать свои движения с движениями других детей: начинать и заканчивать упражнения одновременно</p>
6	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений ациклического характера	<p>1. Разучивание детьми прокатывания обруча двумя руками удобным способом в знакомой подвижной игре «Прокати и догони!»</p> <p>2. Формирование основ техники выполнения детьми размыкания и смыкания в колонне и шеренге, кругу обычным шагом в знакомой подвижной игре «Парад войск»</p> <p>Укрепление мышц верхнего плечевого пояса и нижних конечностей организма детей</p> <p>Закрепление у детей умения согласовывать свои движения с движениями других детей: начинать и заканчивать упражнения одновременно</p>
7	Развитие общей выносливости детей средствами физических	<p>1. Формирование основ техники выполнения детьми прокатывания обруча двумя руками удобным способом в знакомой подвижной игре «Прокати и догони!»</p> <p>2. Закрепление двигательного умения детей непрерывно бегать в медленном темпе в течение 1 мин. в знакомой подвижной игре «Ловишки»</p>

	упражнений смешанного характера	Укрепление мышц дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей
		Способствовать повышению мотивации детей к проведению подвижных игр
8	Развитие общей выносливости детей средствами физических упражнений циклического характера	1. Закрепление двигательного умения детей непрерывно бегать в медленном темпе в течение 1 мин. в новой подвижной игре «Автомобили» 2. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках, с опорой на стопы и ладони, по прямой, по кругу, парами в знакомой подвижной игре «Медведи на прогулке»
		Укрепление мышц дыхательной и сердечно - сосудистой систем организма детей
		Формирование у детей умения выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии
9	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Разучивание детьми ходьбы по рейкам деревянной лестницы, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «По трудной дорожке» 2. Закрепление двигательного умения детей прокатывать обруч двумя руками удобным способом в знакомой подвижной игре «Прокати и догони!»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие при передвижении по ограниченной плоскости
		Закрепление у детей умения выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии
10	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Формирование основ техники выполнения детьми ходьбы по рейкам деревянной лестницы, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «По трудной дорожке» 2. Закрепление двигательного умения детей выполнять размыкание и смыкание в колонне и шеренге, кругу обычным шагом в знакомой подвижной игре «Парад войск»
		Закрепление у детей умения сохранять устойчивое равновесие, преодолевая препятствия на пути
		Способствовать проявлению доброжелательного отношения детей друг к другу в процессе выполнения игровых заданий
11	Развитие ловкости детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Закрепление двигательного умения детей выполнять повороты на месте направо, налево переступанием в знакомой подвижной игре «Парад войск» 2. Закрепление двигательного умения детей ходить по рейкам деревянной лестницы, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «По трудной дорожке»
		Укрепление мышц нижних конечностей организма детей
		Способствовать повышению интереса детей к выполнению коллективных действий

12	Развитие координационных двигательных способностей детей средствами физических упражнений смешанного характера	1. Закрепление двигательного умения детей ходить по рейкам деревянной лестницы, лежащей на полу в знакомом игровом упражнении «По трудной дорожке»
		2. Закрепление двигательного умения детей прокатывать обруч двумя руками удобным способом в новой подвижной игре «У кого дорожка от обруча длиннее»
		3. Закрепление двигательного умения детей ползать на четвереньках, с опорой на стопы и ладони, по прямой, по кругу, парами в знакомой подвижной игре «Медведи на прогулке»
		Закрепление у детей умения сохранять правильную осанку при выполнении упражнений координационной направленности
		Способствовать проявлению активности и инициативы детей в процессе двигательной деятельности