

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 99»**

---

Принято:  
Педагогическим советом МБДОУ № 99  
Протокол № 5  
от «25» 08. 2022г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 99  
\_\_\_\_\_ Е.С. Каштанова  
Приказ № 62 от «25» 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по реализации программы «От рождения до школы»  
образовательная область «Физическое развитие»

**«Физическая культура»**

для детей среднего дошкольного возраста  
на 2021-2022 учебный год

Составители:  
воспитатели группы № 2  
Орлова М.И.  
Мелешко Ю.Б.

2022-2023 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы\*:**

- принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой.
  - Отбивает мяч о землю (о пол) не менее 5 раз подряд,
  - Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м,
  - Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
  - Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,
  - Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

### **Образовательная область «Физическое развитие»**

**Цель:** гармоничное физическое развитие, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, формирование основ здорового образа жизни.

#### **Задачи физического развития в ФГОС ДО.**

*Физическое развитие включает:*

- 1) приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие

таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

2) формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;

3) становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

4) становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

*Основные направления реализации образовательной области « Физическое развитие»:*

1) приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:

- связанной с выполнением упражнений,  
- направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость,

- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики,

- связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

2) становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

*Средства физического развития:*

- Двигательная активность, физические упражнения;
- Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);

- Психолого-гигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).  
Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

### **Физическая культура**

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину

и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

### **Закаливание детей включает систему мероприятий:**

- ✓ элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе и т.д.;
- ✓ специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы МАДОУ, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки..

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:**

### ***МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ***

#### **Методическая литература для педагога:**

- Программа «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» ( под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой ), Мозайка-Синтез Москва, 2016
- Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет)

**Образовательная область Физическое развитие**  
**раздел Физическая культура**  
**Комплексно-тематическое планирование на 2022-2023 учебный год**  
**средняя группа № 2**

**Программа «От рождения до школы» Н. Е. Вераксы**

*Согласно СанПиН 2.4.1.3049-13, не регламентируется количество занятий с детьми в дошкольном учреждении; регламентируется лишь длительность образовательной нагрузки: «11.10. продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 4 до 5 лет – не менее **20 минут**». Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в средней группе не превышает 40 минут. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут*

Месяц	Неделя/ дата	Количество занятий	Задачи/Программное содержание	№ занятия по программе, стр.
Сентябрь	1 07.09.2022г. 08.09.2022г.	3	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по 1; Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании 2-мя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. <i>Подвижная игра «Найди себе пару»</i>	№1стр19 №2стр20 №3стр21
Сентябрь	2 12.09.2022г. 14.09.2022г. 15.09.2022г.	3	У ч и т ь : Энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; Упражнять в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра «Самолеты», «Найди себе пару»</i>	№4стр21 №5стр23 №6стр23
Сентябрь	3 19.09.2022г. 21.09.2022г. 22.09.2022г.	3	Упражнять детей в ходьбе в колонне по 1, беге враспынную. В прокатывании мяча, лазанье под шнур. упражнять в ходьбе в обход предметов; повторить подбрасывание и ловлю мяча 2-мя руками; упражнять в прыжках. <i>Подвижная игра «Огуречик», «Мяч через сетку», «Кто быстрее добежит до кубика», Подбрось-поймай», «Воробушки и кот»</i>	№7стр24 №8стр26 №9стр26
Сентябрь	4 26.09.2022г. 28.09.2022г. 29.09.2022г.	3	У ч и т ь : детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы, закреплять умение группироваться при лазанье под шнур, подлезать под шнур. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»? разучить перебрасывание мячей друг другу; Упражнять в прыжках. Игровые упражнения: «перебрось-поймай», «успей поймать» ,«вдоль дорожки», <i>Подвижная игра «Огуречик»</i></i>	№10стр26 №11стр28 №12стр29
Октябрь	5 03.10.2022г. 05.10.2022г. 06.10.2022г.	3	У ч и т ь : сохранять устойчивое равновесие в ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в энергичном отталкивании и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. <i>Подвижная игра «Кот и мыши», упражнять в перебрасывании мяча через сетку, Игровые упражнения: «мяч через шнур», «кто быстрее доберется до кегли», <i>Подвижная игра «найди свой цвет»</i></i>	№13стр30 №14стр32 №15стр32

Октябрь	6 10.10.2022г. 12.10.2022г. 13.10.2022г.	3	У ч и т ь находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу <i>Подвижная игра</i> «Автомобили», упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. <i>Игровые упражнения</i> , «Кто быстрее», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «ловишки»	№16стр33 №17стр34 №18стр34
Октябрь	7 18.10.2021г. 20.10.2021г. 21.10.2021г.	3	У п р а ж н я т ь в ходьбе колонной по 1, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, где спрятано?» упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. <i>Игровые упражнения</i> «Прокати-не урони», «Вдоль дорожки» <i>подвижная игра</i> «Цветные автомобили»	№19стр35 №20стр35 №21стр36
Октябрь	8 24.10.2022г. 26.10.2022г. 27.10.2022г.	3	У п р а ж н я т ь в ходьбе и беге колонной по 1, в рассыпную, Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши», <i>малоподвижная игра</i> «Угадай, кто позвал?», упражнять в бросании мяча в корзину, повторить ходьбу и бег колонной по 1. <i>Игровые упражнения</i> : «Подбрось-поймай», «Мяч в корзину», «Кто скорее по дорожке», <i>Подвижная игра</i> «Лошадки»	№22стр36 №23стр37 №24стр38
Ноябрь	9 01.11.2021г. 03.11.2021г.	3	У п р а ж н я т ь в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на 2 ногах. Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. <i>Подвижная игра</i> «Салки», <i>малоподвижная игра</i> «Найди и промолчи», упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами, в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. <i>Игровые упражнения</i> : «Не попадись», «Поймай мяч», <i>Подвижная игра</i> «Кролики»	№25стр39 №26стр40
Ноябрь	10 07.11.2022г. 09.11.2022г. 10.11.2020г.	2	У п р а ж н я т ь : в ходьбе и беге по кругу, на носках, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, в прокатывании мяча. <i>Подвижная игра</i> «Самолеты», «Найди себе пару», повторить ходьбу с выполнением заданий, бег с перешагиванием. <i>Игровые упражнения</i> ; «не попадись», «Догони мяч», <i>Подвижная игра</i> «Найди себе пару»	№28стр41 №29стр42 №30стр43

Ноябрь	11 14.11.2022г. 16.11.2022г. 17.11.2022г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе и беге с изменением направления, бросках мяча о землю и ловля его 2-мя руками, ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры», упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; в прыжках и беге с ускорением. Игровые упражнения, «Не задень», «Передай мяч», «Догони пару»	№31стр43 №32стр44 №33стр45
Ноябрь	12 21.11.2022г. 23.11.2022г. 24.11.2022г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в ползании на животе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили», упражнять в ходьбе и беге по кругу, в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «пингвины», «Кто дальше бросит». <i>Подвижная игра</i> «самолеты»	№34стр45 №35стр46 №36стр46
Декабрь	13 30.11.2022г. 01.12.2022г.	3	Развивать внимание при выполнении заданий в ходьбе и беге; ловкость и координацию движений в прыжках через препятствия. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры <i>Подвижная игра</i> «Лиса и куры», <i>малоподвижная игра</i> , «Найдем цыпленка», упражнять в ходьбе и беге между предметами. <i>Игровые упражнения:</i> «Веселые снежинки», «Кто быстрее к пирамиде», «Кто дальше бросит?»	№1стр48 №2стр49
Декабрь	14 05.12.2022г. 07.12.2022г. 08.12.2022г.	3	У п р а ж н я т ь в перестроение в пары на месте, в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, Развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», упражнять в ходьбе и беге, высоко поднимая колени, в прыжках со скамейки. Игровые упражнения: «Лошадки», «Цыплята прыгают с заборчика», <i>Подвижная игра</i> «Найди пару».	№4стр50 №5стр51 №6стр51
Декабрь	15 12.12.2022г. 14.12.2022г. 15.12.2022г.	3	Упражнять в ходьбе колонной по 1. Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мячей друг другу, Повторить ползание на четвереньках. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Где спрятался зайка», повторить ходьбу и бег между предметами, прыжки через бруски на 2 ногах (выс 6 см), броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2-мя руками. <i>Игровые упражнения:</i> «Через кочки», «Подбрось-поймай», <i>подвижная игра</i> «Птички и кошка»	№7стр52 №8стр54 №9стр54

Декабрь	16 19.12.2022г. 21.12.2022г. 22.12.2022г.	3	Упражнять в действиях по заданию воспитателя ходьбе и беге. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе, Повторить упражнения в равновесии. <i>Подвижная игра</i> «Птички и кошка», упражнять в прокатывании мяча по дорожке между предметами, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, в равновесии, ходьба боком приставным шагом по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили». <i>Игра малой подвижности</i> «Найди и промолчи»	№10стр54 №11стр56 №12стр56
---------	--	---	--	----------------------------------

Январь	17 09.12.2023г. 11.12.2023г. 14.12.2023г.	3	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их, равновесии при ходьбе на уменьшенной площади опоры, в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Кролики» <i>Игра малой подвижности</i> «Найдем кролика», упражнять в лазаньи в обруч, не касаясь руками пола, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке парами навстречу друг другу – по середине разойтись, помогая друг другу, в прыжках из кружка в кружок. <i>Подвижная игра</i> «Лошадки»	№13стр57 №14стр58 №15стр59
Январь	19 16.01.2023г. 18.01.2023г. 19.01.2023г.	5	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, В прыжках и перебрасывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> « Найди себе пару», упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, прыжках со скамейки на полусогнутые ноги, прокатывании мячей друг другу. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк»	№16стр59 №17стр60 №18стр60
Январь	20 23.01.2023г. 25.01.2023г. 26.01.2023г.	3	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Подвижная игра</i> « Лошадки», упражнять в прыжках между предметами, в прокатывании мячей между предметами, в бросании мяча вверх и о землю и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра</i> «Цветные автомобили»	№19стр61 №20стр62 №21стр62
Январь	21 30.01.2023г.	3	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен, В равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра</i> «Автомобили», упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «медвежата», в отбивании мяча о пол и ловля его 2-мя руками. <i>Подвижная игра</i> «Кот и мыши»	№24стр64
Февраль	22 01.02.2023г. 02.02.2023г. .	3	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. В равновесии. В прыжках. <i>Подвижная игра</i> « Котята и щенята», упражнять в лазании под рейку (выс 40 см от пола) прямо и боком. В прыжках на 2 ногах с продвижением вперед между предметами (3 м) <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»	№25стр65 №26стр66

Февраль	24 06.02.2023г. 08.02.2023г. 09.02.2023г.	3	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя, в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. <i>Подвижная игра «У медведя во бору»</i> , повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. <i>Игровые упражнения, «Покружись», Кто дальше бросит»</i> <i>Подвижная игра «У медведя во бору».</i>	№28стр67 №29стр68 №30стр68
Февраль	25 13.02.2023г. 15.02.2023г. 16.02.2023г.	3	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную между предметами. В ловле мяча 2-мя руками. В ползании на четвереньках. <i>Подвижная игра «Воробушки автомобиль»</i> , упражнять в метании на дальность. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», «Найдем снегурочку», <i>Подвижная игра «Мороз –Красный Нос».</i>	№31стр69 №32стр70 №33стр70
Февраль	26 20.02.2023г. 23.02.2023г. 27.02.2023г.	3	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения. В ползании в прямом направлении. Прыжках между предметами. <i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> , развивать ловкость и глазомер при метании мешочков. Игровые упражнения: «Точно в цель», «Туннель», <i>Подвижная игра «Мороз – Красный Нос», Малоподвижная игра «Найдем зайку»</i>	№34стр70 №35стр71 №36стр72
Март	27 01.03.2023г. 02.03.2023г.	3	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную. В равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра «Перелет птиц»</i> , развивать ловкость и глазомер. Упражнять в беге. Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. <i>Игровые упражнения: «Ловишки», «Быстрые и ловкие», «сбей кеглю», Подвижная игра «Зайка беленький», Игра малой подвижности «Найдем зайку»</i>	№1стр72 №2стр73
Март	28 13.03.2023г. 15.03.2023г. 16.03.2023г.	3	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий воспитателя по команде, в прыжках в длину с места, В бросании мячей через сетку. <i>Подвижная игра «Бездомный заяц»</i> , упражнять в ходьбе и беге по кругу, с выполнением задания, в ползании на животе по гимнастической скамейке. Повторить- прокатывание мяча между предметами. <i>Игровые упражнения «Подбрось-поймай», «Прокати- не задень», Подвижная игра «Лошадка», Малоподвижная игра «Угадай, кто кричит?»</i>	№4стр74 №5стр75 №6стр76
Март	29 17.03.2023г. 19.03.2023г. 20.03.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе и беге по кругу; с выполнением задания, в прокатывании мяча между предметами. В ползании на животе по гимнастической скамейке. <i>Подвижная игра «Самолеты».</i> Упражнять детей в беге на выносливость, в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на одной ноге попеременно. <i>Игровые упражнения: «На одной ножке вдоль дорожки», «Брось через веревочку», Подвижная игра «Самолеты».</i>	№7стр76 №8стр77 №9стр77

Март	30 21.03.2023г. 23.03.2023г. 24.03.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, ползание по скамейке «по-медвежьи», в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Охотник и зайцы», <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайку», упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом, с мячом, в равновесии и в прыжках. <i>Игровые упражнения:</i> «Перепрыгни через ручеек», «Бег по дорожке», «Ловкие ребята»	№10стр78 №11стр79№12стр79
Апрель	31 03.04.2022г. 05.04.2022г. 06.04.2022г.	3	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, врассыпную; в равновесии и в прыжках. <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо». Упражнять в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне, в прокатывании обручей, в упражнениях с мячами. <i>Игровые упражнения:</i> «Прокати и поймай», «Сбей булаву», <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору».	№13стр80 №14стр81 №15стр82
Апрель	32 10.04.2022г. 12.04.2022г. 13.04.2022г.	3	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, Врассыпную. В метании мешочков в горизонтальную цель. В умении занимать правильное и.п. в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра</i> «Совушка», повторить ходьбу и бег. Упражнения в прыжках и подлезании. <i>Игровые упражнения:</i> «По дорожке», «Не задень» <i>Подвижная игра</i> «Воробушки и автомобиль» <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем воробушка».	№16стр82 №17стр83 №18стр84
Апрель	33 17.04.2023г. 19.04.2023г. 20.04.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе с выполнением задания по сигналу воспитателя, в ползании на четвереньках. Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность. <i>Подвижная игра</i> «Совушка», упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. <i>Игровые упражнения:</i> «Успей поймать», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Догони пару».	№19стр84 №20стр85 №21стр85
Апрель	34 24.04.2023г. 26.04.2023г. 27.04.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе и беге врассыпную, в равновесии и прыжках. <i>Подвижная игра</i> Птички и кошка», упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии, в перебрасывании мяча. <i>Игровые упражнения:</i> «Пробеги – не задень», «Накинь кольцо», «Мяч через сетку», <i>Подвижная игра</i> «Догони пару».	№22стр86 №23стр87 №24стр87
Май	35 04.05.2023г. 11.05.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры, в прыжках в длину с места. <i>Подвижная игра</i> У «Котята щенята». упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками, <i>Игровые упражнения:</i> «Достань до мяча», «Перепрыгни через ручеек», «Пробеги- не задень», <i>Подвижная игра</i> «Совушка»	№25стр88 №26стр89

Май	36 15.05.2023г. 17.05.2023г. 18.05.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : повторить ходьбу со сменой ведущего, Упражнять в прыжках в длину с места. Развивать ловкость в упражнении с мячом. <i>Подвижная игра</i> «Котятa и щенята», упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя, ходьбе и беге по кругу. <i>Игровые упражнения:</i> « Попади в корзину», «Подбрось-поймай», <i>Подвижная игра</i> «Удочка»	№28стр89 №29стр90 №30стр90
Май	37 22.05.2023г. 24.05.2023г. 25.05.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в ходьбе с высоким подниманием колена, беге враспынную. В ползании по скамейке на животе. В метании предметов в вертикальную цель. <i>Подвижная игра</i> «Зайцы и волк», <i>Малоподвижная игра</i> «Найдем зайца», упражнять детей в ходьбе и беге парами, закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <i>Игровые упражнения:</i> «Не урони», «Не задень», «Бегом по дорожке», <i>Подвижная игра</i> «Пробеги тихо» Малоподвижная игра «Кто ушел?»	№31стр91 №32стр92 №33стр92
Май	38 29.05.2023г.	3	У п р а ж н я т ь : в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной площади опоре прыжках, Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. <i>Подвижная игра</i> «У медведя во бору», упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча, Повторить игры с мячом, прыжками и бегом. <i>Игровые упражнения:</i> «Подбрось-поймай», «Кто быстрее по дорожке», <i>Подвижная игра</i> «Самолеты»	№36стр93