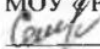


Утверждено  
на заседании  
педагогического совета  
от «31» августа 2022 год  
№ 1 протокола

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Репяховская ООШ»

Согласованно:  
Заместитель директора по УВР  
МОУ «Репяховская ООШ»  
 Н.А. Семикопенко  
от «28» июня 2022 г



## Тематическое планирование о.д. Средняя группа Физическая культура

Под реакцией: Л.И. Пензулаева

Воспитатели: С.А. Ляпина  
С.Н. Папуша

2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

## Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

### *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

## Физическое развитие. Календарно-тематическое планирование.

№	дата	Тема	задачи	источник
1		Занятие № 1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> 2 шнура, 4 кегли (ориентиры), платочки по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 19
2		Занятие № 3	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и враспынную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками, развивать ловкость; воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> большие мячи, рули (по количеству детей), султанчики (красный, желтый, зеленый), мел.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 21
3		Занятие № 2	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями. <i>Оборудование:</i> 2 шнура, 4 кегли (ориентиры), платочки по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 20
4		Занятие № 4	Учить детей ползанию на четвереньках по прямой, до обозначенного места; энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; упражнять в прокатывании мяча; развивать двигательную активность; воспитывать бережное отношение к своему здоровью. <i>Оборудование:</i> кубик, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 21

5		Занятие № 6	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках; развивать физические качества; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> кегли, обручи на подгруппу, шнуры 4 шт., 2 кубика, платочки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 23
6		Занятие № 5	Учить детей ползанию на четвереньках по прямой, до обозначенного места; энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; упражнять в прокатывании мяча; развивать двигательную активность; воспитывать бережное отношение к своему здоровью. <i>Оборудование:</i> кубик, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 23
7		Занятие № 7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур; развивать двигательную активность; воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> шнуры 2 шт., мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 24
8		Занятие № 9	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; развитие быстроты реакции; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> кубики 4 шт., мячи по количеству детей, маска «кота».	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 26
9		Занятие № 8	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур; развивать двигательную активность; воспитывать умение ориентироваться в пространстве. <i>Оборудование:</i> шнуры 2 шт., мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 26

10		Занятие № 10	Учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группировать при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать двигательную активность; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> шнур и стойки, доска, мячи по количеству детей, маска медведя.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 26
11		Занятие № 12	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках; развитие глазомера и ловкости; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> косички, 4 кегли, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 29
12		Занятие № 11	Учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группировать при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать двигательную активность; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> шнур и стойки, доска, кубики, мячи по количеству детей, маска медведя.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 28
13		Занятие № 13	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> 6 коротких шнуров, косички по количеству детей, гимнастическая скамейка, кубик, маска кота.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 30
14		Занятие № 15	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку (шнур), развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать внимательность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> 2 шнура, 2 кубика,	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.

				32
15		Занятие № 14	<p>Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений.</p> <p><i>Оборудование:</i> 6 коротких шнуров, косички по количеству детей, гимнастическая скамейка, мешочек с песком, маска кота.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 32</p>
16		Занятие № 16	<p>Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в ползании на четвереньках по прямой; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения; развивать физические качества; воспитывать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p><i>Оборудование:</i> мячи, кубики.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 33</p>
17		Занятие № 18	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. Развивать ловкость, выносливость. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.</p> <p><i>Оборудование:</i> мячи, 2 кубика.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 34</p>
18		Занятие № 17	<p>Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в ползании на четвереньках по прямой; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения; развивать физические качества; воспитывать умение ориентироваться в пространстве.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 34</p>

19		Занятие № 19	<p>Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу; воспитывать самостоятельность.</p> <p><i>Оборудование:</i> бруски, мячи средние по количеству детей, шнур, стойки, маска медведя.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 35</p>
20		Занятие № 21	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в ходьбе колонной по ограниченной поверхности; развивать ловкость, внимание; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> кубики 4 шт., обручи, шнуры.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 36</p>
21		Занятие №20	<p>Повторить ходьбу в колонне по одному, закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах через линии; развивать ловкость в лазанье под дугу; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями.</p> <p><i>Оборудование:</i> мячи средние по количеству детей, дуга, мел, маска медведя.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 35</p>
22		Занятие № 22	<p>Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры; развивать физические качества; воспитывать бережное отношение к своему здоровью.</p> <p><i>Оборудование:</i> кегли по количеству детей, кубики.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 36</p>
23		Занятие № 24	<p>Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер; воспитывать инициативность в организации знакомых игр.</p> <p><i>Оборудование:</i> мячи среднего диаметра, корзина, скакалки, шнуры.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 38</p>

24		Занятие № 23	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; упражнять в лазанье под шнур с мячом в руках; упражнять в умении прокатывать мяч по дорожке; развивать физические качества; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> кегли по количеству детей, стойки и шнур, мяч.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 36
25		Занятие № 25	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; развивать координацию движений; воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> кубики по количеству детей, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 39
26		Занятие № 27	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Развивать ловкость, координацию движений. Воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> мел, кубики, мячи на полгруппы.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 40
27		Занятие № 26	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, во время бросания и ловле мяча; развивать координацию движений, ловкость; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> кубики по количеству детей, гимнастическая скамейка, мешочек с песком, мячи по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 40
28		Занятие № 28	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в прокатывании мяча; развивать физические качества, воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> мячи, кубики по количеству детей.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 41



<b>29</b>		Занятие № 30	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении; развивать ловкость; воспитывать потребность в здоровом образе жизни. <i>Оборудование:</i> мячи большого диаметра, флажки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 43
<b>30</b>		Занятие № 29	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в перебрасывании мяча друг другу; развивать физические качества, воспитывать умение согласовывать движения. <i>Оборудование:</i> мячи, кубики по количеству детей, 5-6 коротких шнуров.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 42
<b>31</b>		Занятие № 31	. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках; развивать и совершенствовать виды движений; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка, ориентиры, маска «Лисы».	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 43
<b>32</b>		Занятие № 33	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в беге с ускорением. Развивать физические качества; воспитывать потребность в здоровом образе жизни. <i>Оборудование:</i> мяч, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 45
<b>33</b>		Занятие № 32	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках; развивать и совершенствовать виды движений; воспитывать умение ориентироваться в пространстве. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, гимнастическая скамейка, ориентиры, маска «Лисы».	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 44

34		Занятие № 34	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> флажки по количеству детей, гимнастическая скамейка.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 45</p>
35		Занятие № 36	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность; развивать двигательную активность; воспитывать желание заботиться о своем здоровье.</p> <p><i>Оборудование:</i> мешочки с песком.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 46</p>
36		Занятие № 35	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> флажки по количеству детей, гимнастическая скамейка.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 46</p>
37		Занятие № 1	<p>Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, в лазанье под дугу; развивать ловкость и координацию движений; воспитывать интерес к занятию физическими упражнениями.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры, платочки по количеству детей, шнур, игрушка-цыпленок.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 48</p>
38		Занятие № 3	<p>Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя; развивать физические качества; формировать у детей потребности в двигательной активности; воспитывать инициативность в организации знакомых игр.</p> <p><i>Оборудование:</i> снежные постройки, снежки.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 49</p>

39		Занятие № 2	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; упражнять в прыжках на двух ногах через шнур, в прокатывании мяча между предметами; развивать ловкость и координацию движений; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, платочки по количеству детей, шнур длинный, 5-6 шнуров коротких, мяч, 4-5 кубиков, игрушка-цыпленок.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 49
40		Занятие № 4	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать умение соблюдать элементарные правила. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 50
41		Занятие № 6	. Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 51
42		Занятие № 5	Упражнять детей в перестроении в пары на месте, прыжках со скамейки; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 51
43		Занятие № 7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 52

44		Занятие № 9	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять на дальность в метании снежков, развивая силу броска. <i>Оборудование:</i> ориентиры, лыжи, снежки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 54
45		Занятие № 8	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мяч диаметром 10-12см, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 54
46		Занятие № 10	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии; развивать координацию движений; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> ориентиры, по 2 кубика на ребенка, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 54
47		Занятие № 12	Продолжать упражнять детей в катании на санках; повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 56
48		Занятие № 11	Задачи. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге, ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, ходьбе по гимнастической скамейке, руки в стороны, прыжках в обруч и из него; развивать координацию движений; воспитывать умение соблюдать элементарные правила. <i>Оборудование:</i> ориентиры, по 2 кубика на ребенка, гимнастическая скамейка, обруч.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 56

49		Занятие № 13	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить ползание на четвереньках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, 6-8 кубиков, гимнастическая скамейка, канат, обручи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 57
50		Занятие № 15	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 59
51		Занятие № 14	Упражнять детей в ходьбе по канату, носки на канате, пятки на полу, руки за головой; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; закреплять умение выполнять прыжки на двух ногах, перепрыгивая через канат справа и слева, продвигаясь вперед, помогая себе взмахом рук; повторить подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи по количеству детей, канат, обручи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 58
52		Занятие № 16	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; перебрасывании мяча друг другу. Развивать двигательную активность; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, флажки, ориентиры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 59
53		Занятие № 18	Продолжать упражнять детей в катании на санках; повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 60

54		Занятие № 17	<p>Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; отбивании малого мяча одной рукой о пол несколько раз подряд и ловля его двумя руками; упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед, в ходьбе на носках между предметами. Развивать двигательную активность, ловкость; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> мячи по количеству детей, флажки, ориентиры.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 60</p>
55		Занятие № 19	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом; воспитывать умение согласовывать движения.</p> <p><i>Оборудование:</i> косички, мячи по количеству детей, кубики, гимнастическая скамья.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 61</p>
56		Занятие № 21	<p>Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность, катании на санках; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 62</p>
57		Занятие № 20	<p>Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни, прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, прокатывание мячей друг другу в парах; развивать ловкость в упражнениях с мячом; воспитывать самостоятельность.</p> <p><i>Оборудование:</i> косички, мячи по количеству детей, кубики, шнур.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 62</p>
58		Занятие № 22	<p>Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур; развивать физические навыки; воспитывать интерес к физической культуре.</p> <p><i>Оборудование:</i> обручи, шнур, стойки, кубики, гимнастическая скамья.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 63</p>

59		Занятие № 24	Продолжать упражнять детей в катании на санках; повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 64
60		Занятие № 23	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур; развивать физические навыки; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> обручи, шнур, стойки, кубики, гимнастическая скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 64
61		Занятие №25	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание с мячами; развивать глазомер и ловкость; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> кегли, мячи, ориентиры, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 65
62		Занятие №27	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках; развивать двигательную активность, воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> санки	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 67
63		Занятие №26	Упражнять детей в ходьбе, перешагивая через набивные мячи, в прыжках через шнур; повторить задание с мячами; развивать глазомер и ловкость; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> кегли, мячи, ориентиры, гимнастическая скамейка, шнур.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 66

64		Занятие №28	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч (количество прыжков ограничено); развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать умение соблюдать элементарные правила. <i>Оборудование:</i> Обручи, мячи, ориентиры, стулья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 67
65		Занятие №30	Повторить игровые упражнения с бегом, ходьбой; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на свежем воздухе. <i>Оборудование:</i> санки	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 68
66		Занятие №29	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках на двух ногах через короткие шнуры (количество прыжков ограничено), прокатывании мячей друг другу; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> Обручи, мячи, ориентиры, стулья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 68
67		Занятие №31	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках; развивать ловкость, глазомер; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> мячи, ориентиры, гимнастическая скамья, шнуры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 69
68		Занятие №33	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> санки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 70



69		Занятие №32	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; метании мешочков в вертикальную цель, ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, прыжках на двух ногах между предметами; развивать ловкость, глазомер; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> мячи, ориентиры, гимнастическая скамья, шнуры.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 70
70		Занятие №34	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> гимнастические палки, гимнастическая скамья, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 70
71		Занятие №36	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков (по возможности); повторить игровые упражнения; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм.	: Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 72
72		Занятие №35	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ходьбу по гимнастической скамейке боком приставным шагом, развивать двигательную активность; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> гимнастические палки, гимнастическая скамья, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 71
73		Занятие №1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр.

				72
74		Занятие №3	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> кегли, мешочки с песком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 73
75		Занятие №2	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии ; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 73
76		Занятие №4	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную; развивать двигательные навыки; воспитывать желание заботиться о своем здоровье. <i>Оборудование:</i> ориентиры, обручи, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 74
77		Занятие №6	Упражнять детей в ходьбе, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на свежем воздухе. <i>Оборудование:</i> мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 76

78		Занятие №5	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в перебрасывании мяча через шнур; повторить ходьбу и бег в рассыпную; развивать двигательные навыки; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, обручи, мячи, шнур.	: Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 75
79		Занятие №7	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с заданием; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, гимнастическая скамья, мячи, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 76
80		Занятие №9	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в ловле мяча двумя руками; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к занятию спортом. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 77
81		Занятие №8	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с заданием; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, гимнастическая скамейка, мячи, кубики, мешочки с песком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 77
82		Занятие №10	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии; развивать ловкость; воспитывать смелость при выполнении упражнений. <i>Оборудование:</i> ориентиры, гимнастическая скамья, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 78

83		Занятие №12	<p>Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, и так последовательно повторить; развивать физические качества; воспитывать желание заботиться о своем здоровье.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 79</p>
84		Занятие №11	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; лазанье по гимнастической стенке, ходьбе по доске, прыжках на двух ногах через шнуры; развивать ловкость, выносливость; воспитывать смелость при выполнении упражнений.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры, доска для ходьбы, гимнастическая стенка, шнуры короткие, доска.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 79</p>
85		Занятие №13	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии; развивать физические качества; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры, бруски, мешочки, доска.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 80</p>
86		Занятие №15	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами; развивать ловкость; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи, кегли.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 82</p>
87		Занятие №14	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии, метании мешочков в горизонтальную цель; развивать физические качества; воспитывать интерес к спорту.</p> <p><i>Оборудование:</i> ориентиры, бруски, мешочки, доска.</p>	<p>Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 81</p>

88		Занятие №16	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; развивать физические качества; воспитывать интерес к физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кегли, мешочки, шнур	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 82
89		Занятие №18	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к играм на улице. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кегли, дуги.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 84
90		Занятие №17	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в вертикальную цель, отбивании мяча одной рукой несколько раз подряд и ловле его двумя руками; развивать физические качества; воспитывать интерес к выполнению физических упражнений. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кегли, мячи, шнур	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 83
91		Занятие №19	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Развивать физические качества; воспитывать интерес физической культуре. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи, мешочки, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 84
92		Занятие №21	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер; воспитывать инициативность в организации знакомых игр. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 85

93		Занятие №20	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. Развивать физические качества; воспитывать самостоятельность. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи, мешочки, гимнастическая скамья.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 85
94		Занятие №22	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии; развивать физические качества; воспитывать смелость при выполнении заданий. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 86
95		Занятие №24	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча; развивать двигательную активность; воспитывать интерес к спорту. <i>Оборудование:</i> ориентиры, кольца, шнур, кубики.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 87
96		Занятие №23	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии, прыжки на двух ногах; развивать физические качества; воспитывать смелость при выполнении заданий. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 87
97		Занятие №25	Задачи. упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 88

98		Занятие №27	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом. <i>Оборудование:</i> косички, мяч в сетке, кегли.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 89
99		Занятие №26	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии, прыжки на двух ногах; развивать физические качества; воспитывать смелость при выполнении заданий. <i>Оборудование:</i> ориентиры, доска, косички.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 89
100		Занятие №28	Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Оборудование:</i> кубики, шнуры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 89
101		Занятие №30	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками. <i>Оборудование:</i> корзины, мешочки, мячи, верёвка с мешочком.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 90
102		Занятие №29	Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. <i>Оборудование:</i> кубики, шнуры, мячи, скакалка, мешочки.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 90

<b>103</b>		Занятие №31	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. <i>Оборудование:</i> палки гимнастические, шнуры, мишень, мешочки, скамейка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 91
<b>104</b>		Занятие №33	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. <i>Оборудование:</i> ориентиры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 92
<b>105</b>		Занятие №32	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. <i>Оборудование:</i> палки гимнастические, шнуры, мишень, мешочки, скамейка, скакалка.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 92
<b>106</b>		Занятие №34	Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. <i>Оборудование:</i> шнуры, мешочки, скамейка, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 92
<b>107</b>		Занятие №36	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом. <i>Оборудование:</i> шнуры, мячи.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 93



<b>108</b>		Занятие №35	Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. <i>Оборудование:</i> шнуры, мешочки, скамейка, мячи, доска.	Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду» Стр. 93
------------	--	-------------	--	--