

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа поселка Домново» Правдинского городского округа

|  |  |
| --- | --- |
| «Утверждаю»  И.о. директора  МБОУ «Средняя школа поселка Домново»  \_\_\_\_\_\_\_\_ П.А. Телятник | М.П. |

|  |
| --- |
| «Согласовано» на  Педагогическом совете  МБОУ «Средняя школа  поселка Домново»  протокол № 1 от . .21 |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по физическому развитию для детей пятого года обучения на основании

программы Л.И. Пензулаева

«Физкультурные занятия в детском саду»

**Модуль «Двигательная деятельность»**

2021 г.

п.Домново

**Аннотация**

Рабочая программа (далее - Программа) по «Двигательной деятельности» для детей 6 -7 лет является частью формируемой участниками образовательных отношений МБОУ «Средняя школа поселка Домново», и составлена на основе использования программы «Физкультурные занятия в детском саду» Л.И. Пензулаевой, в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Федеральным государственным

образовательным стандартом дошкольного образования на основании Приказа Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384).

**Планируемые результаты освоения модуля**

Результатом освоения программы являются умения ребенка:

* самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения; выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;

-сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;

* метать предметы правой и левой рукой на расстояние 6 - 12 м, в вертикальную и горизонтальную цели с расстояния 4 - 5 м, бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками не менее 20 раз, одной - не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями;
* сохранять устойчивое равновесие при выполнении упражнений на ограниченой площади опоры; перестраиваться в колонну по три, четыре, делать повороты на углах во время движения;

-ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.

-в двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость;

-проявляет постоянно самоконтроль и самооценку;

-стремится к лучшему результату и физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

**Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Вид НОД | Кол-во |
| 1 | Ходьба | 26 |
| 2 | Бег | 26 |
| 3 | Прыжки | 22 |
| 4 | Лазанье | 16 |
| 5 | Метание мяча | 18 |
| 6 | Итого | 108 |

**Календарно – тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | № | Название НОД | Программное содержание | Методическое пособие, страница | Материалы и оборудование |
| **Сентябрь** | | | | | |
| 1 | 1 | Занятие.1 | Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. | Л.И. Пензулаева  « Физическая культура в детском саду»  Стр.8 | Мячи(диаметр 10-12 см), гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки. |
| 2 | Занятие.2 | -//- | Стр.9 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), набивные мячи, мячи(диаметр 10-12 см). |
| 3 | Занятие.3(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. | Стр.10 | Мешочки. |
| 2 | 4 | Занятие.4 | Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. | Стр. 10 | Шнур(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см), флажки, стойки. |
| 5 | Занятие.5 | -//- | Стр.12 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), кегли. |
| 6 | Занятие.6(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений. | Стр.13 | Обручи(диаметр 50 см), свисток, кубики(высота 6 см). |
| 3 | 7 | Занятие.7 | Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир – кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. | Стр.14 | Кубики(высота 6 см), кегли, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мячи(диаметр 10-12 см), мешочек, веревка(длина 1,5—2 метра). |
| 8 | Занятие.8 | -//- | Стр.15 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 9 | Занятие.9(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. | Стр.15 | Кубики(высота 6 см), набивные мячи, мячи(диаметр 10-12 см). |
| 4 | 10 | Занятие.10 | Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. | Стр.15 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), шнуры(длина шнура 3-4 м), обручи(диаметр 50 см). |
| 11 | Занятие.11 | -//- | Стр.17 | Обручи(диаметр 50 см) , набивные мячи, шнуры(длина шнура 3-4 м). |
| 12 | Занятие.12(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта». | Стр. 17 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| **Октябрь** | | | | | |
| 1 | 13 | Занятие.13 | Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. | Стр. 19 | Кегли, кубики(высота 6 см), набивные мячи, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), шнуры(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 14 | Занятие.14 | -//- | Стр.20 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки, шнур(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 15 | Занятие.15(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках. | Стр.21 | Мячи(диаметр 10-12 см), мешочки. |
| 2 | 16 | Занятие.16 | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги  в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. | Стр. 21 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), бруски, кубики(высота 6 см), набивные мячи, обручи(диаметр 50 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 17 | Занятие.17 | -//- | Стр.22 | Мячи(диаметр 10-12 см), обручи(диаметр 30-35 см). |
| 18 | Занятие.18(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках. | Стр.23 | Веревка(длина 1,5—2 метра), мешочки. |
| 3 | 19 | Занятие.19 | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Стр. 23 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 20 | Занятие.20 | -//- | Стр. 25 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), набивные мячи, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см). |
| 21 | Занятие.21(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. | Стр.25 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| 4 | 22 | Занятие.22 | Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. | Стр. 26 | Бубен, мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см). |
| 23 | Занятие.23 | -//- | Стр.27 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки, мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), кегли. |
| 24 | Занятие.24(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. | Стр.27 | Мячи(диаметр 10-12 см), мешочки, ленточки. |
| **Ноябрь** | | | | | |
| 1 | 25 | Занятие.25 | Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. | Стр. 28 | Шнуры(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 26 | Занятие.26 | -//- | Стр. 31 | Канат, корзина, мячи(диаметр 10-12 см). |
| 27 | Занятие.27(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. | Стр.31 | Кегли, мячи, шнуры(длина шнура 3-4 м), кубики(высота 6 см), набивные мячи(диаметр 10-12 см). |
| 2 | 28 | Занятие.28 | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. | Стр.31 | Скакалки, мячи(диаметр 10-12 см), мешочки, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см). |
| 29 | Занятие.29 | -//- | Стр.33 | Скакалки, мячи(диаметр 10-12 см). |
| 30 | Занятие.30(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом. | Стр.33 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), набивные мячи, бруски. |
| 3 | 31 | Занятие.31 | Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии. | Стр.33 | Кубики(высота 6 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 32 | Занятие.32 | -//- | Стр.35 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки. |
| 33 | Занятие.33(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом. | Стр.35 | Шнур(длина 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), мешочки, кегли. |
| 4 | 34 | Занятие.34 | Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. | Стр.36 | Кегли, кубики(высота 6 см), набивные мячи, гимнастическая стенка, шнуры(длина шнура 3-4 м), гимнастическая скамейка(высота 30-35 см). |
| 35 | Занятие.35 | -//- | Стр.37 | Гимнастическая стенка, доска, мячи(диаметр 10-12 см), корзина. |
| 36 | Занятие.36(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом. | Стр. 38 | Мячи(диаметр 10-12 см), обручи(диаметр 50 см). |
| **Декабрь** | | | | | |
| 1 | 37 | Занятие.1 | Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом. | Стр.39 | Мячи(диаметр 10-12 см), мешочки, набивные мячи, кегли, кубики(высота 6 см). |
| 38 | Занятие.2 | -//- | Стр. 40 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), шнур(длина 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 39 | Занятие.3(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. | Стр. 40 | Мячи(диаметр 10-12 см), кегли, скакалки. |
| 2 | 40 | Занятие.4 | Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. | Стр.41 | Мячи(диаметр 10-12 см), бубен, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), ленточки. |
| 41 | Занятие.5 | -//- | Стр. 42 | Кубики(высота 6 см), набивные мячи, шнур(длина шнура 3-4 м). |
| 42 | Занятие.6(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. | Стр.42 | Кубики(высота 6 см), набивные мячи, обручи(диаметр 50 см). |
| 3 | 43 | Занятие.7 | Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. | Стр. 44 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см). |
| 44 | Занятие.8 | -//- | Стр. 45 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), набивные мячи, обручи(диаметр 50 см), гимнастическая скамейка(высота 30-35 см). |
| 45 | Занятие.9(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. | Стр.45 | Мячи(диаметр 10-12 см), кегли. |
| 4 | 46 | Занятие.10 | Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. | Стр.46 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки. |
| 47 | Занятие.11 | -//- | Стр.47 | Гимнастическая стенка, набивные мячи, короткая скакалка. |
| 48 | Занятие.12(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. | Стр.47 | Снежки. |
| **Январь** | | | | | |
| 1 | 49 | Занятие.13 | Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. | Стр.48 | Палки, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), набивные мячи, бруски(высота 6-10 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 50 | Занятие.14 | -//- | Стр.50 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), обручи(диаметр 50 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 51 | Занятие.15 (на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза». | Стр. 50 | Санки, снежки. |
| 2 | 52 | Занятие.16 | Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. | Стр. 51 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), кубики(высота 6 см), мячи(диаметр 10-12 см), мат. |
| 53 | Занятие.17 | -//- | Стр.52 | Мячи(диаметр 10-12 см), гимнастическая скамейка(высота 30-35 см). |
| 54 | Занятие.18(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки». | Стр.53 | Снежки, кегли. |
| 3 | 55 | Занятие.19 | Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур. | Стр. 53 | Шнуры(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см), гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), кубики(высота 6 см). |
| 56 | Занятие.20 | -//- | Стр.55 | Мячи(диаметр 10-12 см), шнур(длина шнура 3-4 м), стойки, кегли. |
| 57 | Занятие.21(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках. | Стр.55 | Снежки, клюшки, санки. |
| 4 | 58 | Занятие.22 | Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. | Стр. 56 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), скакалки, |
| 59 | Занятие.23 | -//- | Стр. 57 | Кубики(высота 6 см), набивные мячи, обручи(диаметр 50 см). |
| 60 | Занятие.24(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!». | Стр.57 | Постройки из снега. |
| **Февраль** | | | | | |
| 1 | 61 | Занятие.25 | Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. | Стр. 58 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), обручи(диаметр 50 см), мячи(диаметр 10-12 см), шнуры(длина шнура 3-4 м). |
| 62 | Занятие.26 | -//- | Стр. 59 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), кубики(высота 6 см), мячи(диаметр 10-12 см), кегли. |
| 63 | Занятие.27(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. | Стр.59 | Клюшки, шайбы, санки. |
| 2 | 64 | Занятие.28 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу). | Стр.60 | Мячи(диаметр 10-12 см), обручи(диаметр 50 см), палки, шнур(длина шнура 3-4 м), стойки. |
| 65 | Занятие.29 | -//- | Стр.61 | Кубики(высота 6 см), мячи(диаметр 10-12 см), набивные мячи. |
| 66 | Занятие.30(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. | Стр.61 | Санки, клюшки, шайбы. |
| 3 | 67 | Занятие.31 | Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. | Стр.62 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см) , гимнастическая стенка, мешочки. |
| 68 | Занятие.32 | -//- | Стр.63 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см) , гимнастическая стенка, мешочки. |
| 69 | Занятие.33(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. | Стр. 63 | Мячи, шайбы, клюшки. |
| 4 | 70 | Занятие.34 | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. | Стр. 64 | Мячи(диаметр 10-12 см), кегли, набивные мячи, обручи(диаметр 50 см). |
| 71 | Занятие.35 | -//- | Стр.65 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см) , гимнастическая стенка, мячи(диаметр 10-12 см). |
| 72 | Занятие.36(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками. | Стр.65 | Мячи, кубики(высота 6 см). |
| **Март** | | | | | |
| 1 | 73 | Занятие.1 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. | Стр.72 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), кегли, гимнастическая скамейка(высота 30-35 см). |
| 74 | Занятие.2 | -//- | Стр.72 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 75 | Занятие.3(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом. | Стр.72 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| 2 | 76 | Занятие.4 | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. | Стр.73 | Мячи(диаметр 10-12 см), флажки, скакалки, шнур(длина шнура 3-4 м), сетка. |
| 77 | Занятие.5 | -//- | Стр.74 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), шнуры(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 78 | Занятие.6(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом. | Стр. 74 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| 3 | 79 | Занятие.7 | Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. | Стр.75 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки, палки, скакалки, |
| 80 | Занятие.8 | -//- | Стр.77 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки, кубики(высота 6 см). |
| 81 | Занятие.9(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. | Стр.77 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| 4 | 82 | Занятие. 10 | Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. | Стр.78 | Гимнастическая стенка, набивные мячи, кубики(высота 6 см), кегли. |
| 83 | Занятие. 11 | -//- | Стр.79 | Шнур(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см), скакалки. |
| 84 | Занятие.12(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. | Стр.79 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| **Апрель** | | | | | |
| 1 | 85 | Занятие.13 | Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. | Стр.80 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), шнур(длина шнура 3-4 м). |
| 86 | Занятие.14 | -//- | Стр.81 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), скакалки, мячи(диаметр 10-12 см). |
| 87 | Занятие.15(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. | Стр.81 | Мячи(диаметр 10-12 см), набивные мячи, обручи(диаметр 50 см). |
| 2 | 88 | Занятие.16 | Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в ; прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. | Стр.82 | Мячи(диаметр 10-12 см), обручи(диаметр 50 см), кубики(высота 6 см). |
| 89 | Занятие.17 | -//- | Стр.83 | Мячи(диаметр 10-12 см), шнур(длина шнура 3-4 м), стойки. |
| 90 | Занятие.18(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. | Стр.83 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| 3 | 91 | Занятие.19 | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. | Стр.83 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки, кубики(высота 6 см), кегли, набивные мячи. |
| 92 | Занятие.20 | -//- | Стр.85 | Мячи(диаметр 10-12 см), кубики(высота 6 см), кегли. |
| 93 | Занятие.21(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. | Стр.85 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| 4 | 94 | Занятие.22 | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. | Стр.86 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см), мешочки, ленточки. |
| 95 | Занятие.23 | -//- | Стр. 87 | Шнуры(длина шнура 3-4 м), мячи(диаметр 10-12 см). |
| 96 | Занятие.24(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые  задания в прыжках, с мячом. | Стр. 87 | Мячи(диаметр 10-12 см). |
| Май | | | | | |
| 1 | 97 | Занятие.25 | Повторить упражнение в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. | Стр. 88 | Гимнастическая скамейка(высота 30-35 см),мячи. |
| 98 | Занятие.26 | //-// | Стр. 89 | //-// |
| 99 | Занятие.27(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием. | Стр. 90 | Гимнастическая скамейка, мячи, короткая скакалка. |
| 2 | 100 | Занятие.28 | Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. | Стр.90 | Мячи (большой диаметр), обручи. |
| 101 | Занятие.29 | //-// |  | Мячи (большой диаметр), обручи, мешочки.  Мячи, кубики. |
| 102 | Занятие.30(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках. | Стр.92 | Мячи, кубики. |
| 3 | 103 | Занятие.31 | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. | Стр.92 | Гимнастическая скамейка, мешочки. |
| 104 | Занятие.32 | //-// |  | Гимнастическая скамейка, мешочки, кубики, шнур. |
| 105 | Занятие.33(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками. | Стр.93 | Мяч, кегли, шнур. |
| 4 | 106 | Занятие.34 | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. | Стр.95 | Гимнастическая стенка, палки, кегли, гимнастическая скамейка, кубики. |
| 107 | Занятие.35 | //-// |  | Гимнастическая стенка, палки, кегли, гимнастическая скамейка, кубики, мешочки. |
| 108 | Занятие.36(на улице или в помещении в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений. | Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом. | Стр.96 | Мяч (большого диаметра), скакалки. |

**Литература**:

Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Подготовительная к школе группа.

М.МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.