Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре младшей группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на сентябрь, октябрь, ноябрь.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по доске шириной 20 см  2.Ходьбы по извилистой дорожке |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1. Подлезание под рейку  2. Ползание «змейкой» между предметами |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1. Бросание мяча двумя руками от груди, из-за головы  2. Прокатывание мяча между предметами |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков на месте и в движении на двух ногах  2.Прыжок вверх с касание предмета рукой. |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Мотылек», «Зайка беленький сидит»,  «Вот собачка Жучка», «Петушок» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре младшей группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**декабрь, январь, февраль.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| Декабрь, январь, февраль |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы снежному валу прямо удерживая равновесие.  2.Перешагивание через лежащее на снегу препятствие |
| Декабрь, январь, февраль |  | Катание, скольжение | Закрепить умение:  1.Катания на санях.  2.Катания со снежной горы. |
| Декабрь, январь, февраль |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Бросание снежков вдаль |
| Декабрь, январь, февраль |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Спрыгивание с высоты 20 см 2.Прыжков между кеглями «змейкой» на двух ногах. |
| Декабрь, январь, февраль | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Ой, мороз», «Воробышки - пташки»,  «Заморожу», «Поезд», «Лохматый пес»,  «Воробышки и автомобиль» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре младшей группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на март, апрель, май.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| март, апрель, май |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы с перешагивание через «камешки» и «канавки».  2.Ходьба по кирпичикам расположенным на расстоянии 15 см друг от друга. |
| март, апрель, май |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1. Лазание по лесенке-стремянке и спуск с нее  2. Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее. |
| март, апрель, май |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1. Метание в горизонтальную цель двумя руками различными способами  2. Метание мяча вдаль левой и правой рукой. |
| март, апрель, май |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков на двух ногах с продвижением вперед.  2. Прыжки через предметы, высота 5-10 см. |
| март, апрель, май | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Мой веселый звонкий мяч», «Медведь»,«Огуречик», «У медведя во бору», «Пчелка», «Караси и щука» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре средней группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на сентябрь, октябрь, ноябрь.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по извилистой дорожке.  2.Ходьбы с мешочком на голове. |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1.Ползания по наклонной доске.  2.Ползания на четвереньках «змейкой». |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1Бросания большого мяча двумя руками из-за головы.  2.Прокатывания обруча друг другу по прямой. |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков на двух ногах с продвижением вперед.  2.Прыжков на одной ноге поочередно (левой, правой). |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Грибы - шалуны», «Пастух и стадо ,  «У медведя во бору», «Цветные автомобили», «Найди пару» ( с платочками), «Ловишки», «Гуси-гуси», «Пожарные машины» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре средней группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**декабрь, январь, февраль.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| Декабрь, январь, февраль |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы снежному валу боком приставным шагом.  2.Ходьбы по снежному валу прямо удерживая равновесие. |
| Декабрь, январь, февраль |  | Катание, скольжение | Закрепить умение:  1.Скольжения по ледяным дорожкам.  2.Катания на санях.  3.Катания со снежной горы. |
| Декабрь, январь, февраль |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Метения снежков в вертикальную цель  расстояния 2 метра.  2.Метания снежков в горизонтальную цель (2-2,5 м). |
| Декабрь, январь, февраль |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков с продвижением вперед, через 6-8 линий,  2.Прыжков между кеглями «змейкой» на двух ногах. |
| Декабрь, январь, февраль | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Лиса в курятнике», «Нитка, иголка, узелок», «Коршун и куропатки», «Ой, мороз», «Льдинки, ветер и мороз», «Птички и кошка», «Ловишки –домики», «Снежная королева», «Перелет птиц», «Догони пару» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре средней группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на март, апрель, май.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| март, апрель, май |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по наклонной доске.  2.Кружения в одну и другую стороны.  3.Стоять на одной ноге. |
| март, апрель, май |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1.Лазания по гимнастической стенке произвольным способом.  2.Перезезания через верхнюю планку лесенки-стремянки. |
| март, апрель, май |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Бросания большого мяча двумя руками из-за головы.  2.Прокатывания обруча друг другу по прямой. |
| март, апрель, май |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков на двух ногах с продвижением вперед.  2.Прыжков на одной ноге поочередно (левой, правой). |
| март, апрель, май | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Ловишки с платочками», «Ручейки и озера», «Огуречик, огуречик…», «Бездомный заяц», «Перелет птиц», «Жмурки с колокольчиком», «Садовник и цветы», «Караси и щука» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре старшей группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на сентябрь, октябрь, ноябрь.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| сентябрь  октябрь  ноябрь |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы.  2.Ходьба по гимнастической скамейке на носках. |
| сентябрь  октябрь  ноябрь |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1.Лазания по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролета на другой.  2.Перелезания через верхнюю планку лесенки – стремянки. |
| сентябрь  октябрь  ноябрь |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Бросания большого мяча вверх и ловля его двумя руками (10 раз)  2.Бросания мяча друг другу и ловля, не прижимая его к груди. |
| сентябрь  октябрь  ноябрь |  | Прыжки | Закрепить умение:  Прыжков на двух ногах с продвижением вперед, между кеглями.  2.Прыжков на одной ноге поочередно (левой, правой). |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Перенеси овощи в корзину»*,* «Ловишки с листочками», «Ловишки домики», «Смелые ребята»,«Хитрая лиса», «Пустое место», «Ловишки с ленточками», «Не оставайся на полу», « Волк и ягнята» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре старшей группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на декабрь, январь, февраль.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| декабрь, январь, февраль |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по снежному валу.  2.Вбегать и сбегать по горке. |
| декабрь, январь, февраль |  | Катание, скольжение | Закрепить умение:  1.Скольжения по ледяным дорожкам.  2.Ходьбы на лыжах.  3.Катания на санях (гонки санок), со снежной горы. |
| декабрь, январь, февраль |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Метения снежков вдаль правой и левой рукой.  2.Метения снежков в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 3-4 метра. |
| декабрь, январь, февраль |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков, бега прыжками последовательно через 5-6 предметов h=15-20 см  2.Прыжков в длину с места, перепрыгивая «ров». |
| декабрь, январь, февраль | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Мороз – красный нос», «Найди пару»,  *«*Охота на куропаток», «Ловишки – елочки», «Отбивка оленей», «Ловля обезьян», «Два мороза», «Ловишки на одной ноге», «Пятнашки», «Ловишки в кругу» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре старшей группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»

**на март, апрель, май.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| март, апрель, май |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  2.Кружения парами, держась за руки. |
| март, апрель, май |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1.Лазания по гимнастической стенке чередующимся способом с переходом на соседний пролет.  2.Лазания по веревочной лестнице. |
| март, апрель, май |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1. Бросания мяча друг другу и ловля его с отскоком от земли.  2.Отбивания мяча правой и левой рукой с продвижением вперед.  3.Забрасывания мяча в баскетбольную корзину (мяч из-за головы). |
| март, апрель, май |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков через длинную скакалку (неподвижную или качающуюся) на двух ногах.  2.Прыжков через короткую скакалку на двух ногах. |
| март, апрель, май | Все дети | Подвижные игры | Закрепить  «Третий лишний», «Горелки», «Пустое место», «Успей поймать!», «Караси и щука», «Удочка», «Охотники и утки», «Космонавты», «Ловишки с мячом» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре подготовительной группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ »

**на сентябрь, октябрь, ноябрь.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по гимнастическому бревну с предметом в руках.  2.Ходьбы по гимнастическому бревну выполняя не сложные упражнения (мах ногой, приседания и т.д.). |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1.Виса на гимнастической перекладине  2.Лазания по рукоходу. |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Бросания мяча с разными заданиями (хлопки, повороты, бросание о стену и т.п.)  2.Отбивания мяча правой и левой рукой стоя на месте (не менее 20 раз).  3.Ведения мяча в движении одной рукой. |
| сентябрь, октябрь, ноябрь |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков с разбега доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25-30 см. |
| сентябрь,  октябрь,  ноябрь | Все дети | Подвижные игры | Закрепить:  «Уборка картофеля», «Ловишки с листочками», «Ключи», «Пятнашки», «Охотник и звери» с мячом, «Второй лишний», «Ловишки с лентами», «Волк и ягнята», «Жмурки», «Ловишки на одной ноге». |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре подготовительной группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ »

**на декабрь, январь, февраль.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| Декабрь,  январь, февраль |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по снежному валу с поворотом вокруг себя. |
| Декабрь,  январь, февраль |  | Катание, скольжение | Закрепить умение:  1.Скольжения по ледяным дорожкам.  2.Ходьбы на лыжах.  3.Катания на санях (гонки санок), со снежной горы.  4.Ведения шайбы клюшкой.  5.Игры в хоккей. |
| декабрь,  январь, февраль |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Метения снежков вдаль правой и левой рукой.  2.Метения снежков в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5 метров. |
| декабрь,  январь, февраль |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков на двух ногах, на какой либо предмет (кружки-«льдины») приземляясь точно в центр.  2.Прыжков, бега прыжками последовательно через 5-6 предметов h=15-20 см  3.Прыжков в длину с места, перепрыгивая «ров». |
| декабрь,  январь, февраль | Все дети | Подвижные игры | Закрепить:  «Мороз- красный нос», «Сторож, жучка и зайцы», «Охота на куропаток», «Ловишки-ёлочки», «Отбивка оленей», «Ловля обезьян», «Третий лишний», «Ловишки парами», «Мы, веселые ребята», «Успей поймать» |

Перспективный план индивидуальной работы с детьми

на улице по физической культуре подготовительной группы «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ »

**на март, апрель, май.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Фамилия, имя ребенка** | **Вид деятельности** | **Рекомендации** |
| март, апрель, май |  | Ходьба, равновесие | Закрепить умение:  1.Ходьбы по гимнастическому бревну на носках выполняя упражнения (ласточку, приседания и т.п.)  2.Сесть, встать без помощи рук, удерживая мешочек с песком на голове. |
| март, апрель, май |  | Ползание, лазание | Закрепить умение:  1.Лазания по веревочной лестнице.  2.Лазания по канату.  3.Виса на перекладины поднимая ноги до прямого угла.  . |
| март, апрель, май |  | Метание, бросание | Закрепить умение:  1.Метания вдаль на расстояние 6-12 метров правой и левой рукой.  2.Метания в движущуюся цель.  3.Бросания мяча в баскетбольную корзину.  4.Игры в бадминтон.  5.Ведения мяча ногой и удара по мячу с попаданием в ворота. |
| март, апрель, май |  | Прыжки | Закрепить умение:  1.Прыжков через короткую скакалку.  2.Прыжков через большой обруч как через скакалку.  3. Прыжков через длинную скакалку. |
| март, апрель, май | Все дети | Подвижные игры | Закрепить:  «Лягушки и цапля», «Горелки», «Пустое место», «Птичка на дереве», «Охотники и утки», «Космонавты», «Ловишки с мячом», «Караси и щука» |