|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **НОМЕР**  **КОНСПЕКТА №** | **ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ** | **КОЛ - ВО ЗАНЯТИЙ, ЧАСОВ** | **МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ** | **ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ** | |
| **ПЛАН** | **ФАКТ** |
| 1. | 1.Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную.  2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на пояс.  3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола (дистанция 4 м).  4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2 м), бросая мяч двумя руками снизу.  6. Подвижные игры: «Мышеловка», «У кого мяч?» | 1 |  |  |  |
| 2. | 1.Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную.  2. Упражнять детей в построении в колонны.  3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки за головой.  4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 4 м) между предметами («змейкой»).  5. Броски мяча о пол между шеренгами одной рукой и ловля его двумя руками после отскока о пол.  6. Подвижные игры: «Мышеловка», «У кого мяч?». | 1 |  |  |  |
| 3. | 1.Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную.  2. Упражнять детей в построении в колонны.  3. Игровые упражнения «Пингвины», «Не промахнись».  4. Подвижные игры: «Ловишки», «У кого мяч?». | 1 |  |  |  |
| 4. | 1. Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках.  2. Прыжки на двух ногах — упражнение «Достань до предмета», повторение прыжков.  3. Развивать ловкость в бросках мяча вверх.  4. Повторить ходьбу и бег врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя.  5. Бег в среднем темпе до 1,5 минуты.  6. Подвижная игра «Фигуры», подвижная игра малой подвижности «Найди и промолчи». | 1 |  |  |  |
| 5. | 1. Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках.  2. Развивать координацию движений в прыжках в высоту - упражнение «Достань до предмета».  3. Повторить ходьбу и бег врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя.  4. Разучить игровые упражнения с мячом. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши.  5. Ползание на четвереньках между предметами.  6. Подвижная игра «Фигуры», игра малой подвижности «Найди и промолчи». | 1 |  |  |  |
| 6. | 1. Игровые упражнения «Передай мяч», «Не задень».  2. Подвижная игра «Мы веселые ребята».  3. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». | 1 |  |  |  |
| 7. | 1. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен.  2. Упражнять в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты.  3. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони.  4. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры - ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо.  5. Упражнение в прыжках.  6. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений - Броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши.  7. Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 8. | 1. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен.  2. Упражнять в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты.  3. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони.  4. Упражнять перебрасывании мячей друг другу в шеренгах на расстоянии 2,5 м одна от другой. Способ выполнения — стойка ноги на ширине плеч, двумя руками из-за головы.  5. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры - ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо.  6. Упражнение в прыжках.  7. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений - Броски мяча вверх двумя руками и ловля его, броски мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши.  8. Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 9. | 1. Игровые упражнения «Не попадись», «Мяч о стенку».  2. Подвижная игра «Быстро возьми». | 1 |  |  |  |
| 10 | 1. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя.  2. Разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край.  3. Повторить упражнения в равновесии и прыжках - прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, — как пингвины.  4. Упражнять в беге на длинную дистанцию.  5. Повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.  6. Ходьба, перешагивая через препятствие — бруски или кубики, сохраняя правильную осанку.  7. Подвижная игра «Мы веселые ребята». | 1 |  |  |  |
| 11 | 1. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя.  2. Разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край.  3. Упражнять в беге на длинную дистанцию.  4. Упражнять в прыжках - прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, дистанция 4 м.  5. Ходьба, перешагивая через бруски (кубики), с мешочком на голове, свободно балансируя руками.  6. Подвижная игра «Мы веселые ребята». | 1 |  |  |  |
| 12 | 1. Игровые упражнения «Поймай мяч», «Будь ловким», «Найди свой цвет!».  2. Подвижная игра «Мы веселые ребята». | 1 |  |  |  |
| 13 | 1. Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты. 2. Упражнять в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры, положенные на расстоянии 50 см один от другого. 4. Броски мяча двумя руками, стоя в шеренгах друг от друга (способ — от груди). 5. Подвижная игра «Перелет птиц». 6. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». | 1 |  |  |  |
| 14 | 1. Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты.  2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи (расстояние между мячами 2—3 ша­га). Повторить 2—3 раза.  3. Прыжки на двух ногах через шнуры (канат) справа и слева, продвигаясь вперед. Повторить 2—3 раза.  4. Передача мяча двумя руками от груди. Исходное положение — стойка ноги на ширине плеч (10—12 раз).  5. Подвижная игра «Перелет птиц». | 1 |  |  |  |
| 15 | 1. Повторить ходьбу с высоким подниманием колен.  2. ознакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола).  3. Упражнять в прыжках.  4. Подвижная игра «Не попадись». | 1 |  |  |  |
| 16 | 1. Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному.  2. Повторить бег с преодолением препятствий.  3. Упражнять в прыжках с высоты.  4. Развивать координацию движений при перебрасывании мяча.  5. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8—10 раз).  6. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.  7. Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 17 | 1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8—10 раз). 2. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 2,5 м). 3. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствие (скамейка). 4. Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 18 | 1. Упражнять в ходьбе и беге. 2. Разучить игровые упражнения с мячом. 3. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. 4. Игровые упражнения. «Проведи мяч» (баскетбольный вариант), «Мяч водящему». | 1 |  |  |  |
| 19 | 1. Повторить ходьбу с изменением темпа движения. 2. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м (4—5 раз). 3. Лазанье — подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола (3—4 раза). 4. Равновесие — ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс, голову и спину держать прямо (2—3 раза). 5. Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 20 | 1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 м (4—5 раз). 2. Ползание на четвереньках между предметами (набивные мячи, кубики), поставленными на расстоянии 1 м один от другого («змейкой»), 2—3 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом (2—3 раза). 4. Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 21 | 1. Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия. 2. Упражнять в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты. 3. Познакомить с игрой в бадминтон. 4. Повторить игровое упражнение с прыжками. 5. Игровые упражнения «Пас друг другу».«Отбей волан».«Будь ловким» (эстафета). | 1 |  |  |  |
| 22 | 1. Упражнять в ходьбе парами. 2. Ползание — пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке. Подряд через три обруча, поставленные на расстоянии 1 метра один от другого (2—3 раза). 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет и пройти дальше. Сойти со скамейки, не спрыгивая. 4. Прыжки на двух ногах на препятствие (мат) высотой 20 см, с трех шагов (4—5 раз). 5. Подвижная игра «Гуси-лебеди». 6. Игра малой подвижности «Летает - не летает». | 1 |  |  |  |
| 23 | 1. Ползание на четвереньках с преодолением препятствий (через гимнастическую скамейку). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопнуть в ладоши, встать и пройти дальше (руки на пояс или за голову). 3. Прыжки на препятствие (высота 20 см), 2—3 раза. 4. Подвижная игра «Гуси-лебеди». 5. Игра малой подвижности «Летает - не летает». | 1 |  |  |  |
| 24 | 1. Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты. 2. Разучить игру «Посадка картофеля». 3. Упражнять в прыжках. 4. Развивать внимание в игре «Затейники». 5. Игровые упражнения: «Посадка картофеля».«Попади в корзину» (баскетбольный вариант). 6. Подвижная игра «Ловишки-перебежки». 7. Игра малой подвижности «Затейники». | 1 |  |  |  |
| 25 | 1. Повторить ходьбу с высоким подниманием колен. 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. 3. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге. 4. Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах. 5. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». | 1 |  |  |  |
| 26 | 1. Повторить ходьбу с высоким подниманием колен. 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каж­дый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. 3. Прыжки по прямой (расстояние 2 м) - два прыжка на правой и два на левой ноге попеременно, и так до конца дистанции. В свою колонну вернуться шагом (2—3 раза). 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах на расстоянии 3 метров одна от другой. 5. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». | 1 |  |  |  |
| 27 | 1. Повторить бег.  2. Игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.  3.Игровые упражнения: «Мяч о стенку».«Поймай мяч».«Не задень».  4.Подвижная игра «Мышеловка».  5. Игра малой подвижности «Угадай по голосу». | 1 |  |  |  |
| 28 | 1. Упражнять в ходьбе с изменением направления движения 2. Упражнять в беге между предметами. 3. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. 4. Упражнять в ползании по гимна­стической скамейке и ведении мяча между предметами. 5. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом (расстояние 4—5 мет­ров), повторить 2—3 раза. 6. Подвижная игра «Не оставайся на полу». 7. Игра малой подвижности по выбору детей. | 1 |  |  |  |
| 29 | 1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 метра), повторить 2 раза. 2. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг). 3. Ведение мяча в ходьбе (диаметр мяча 6—8 см), повторить 2 раза. | 1 |  |  |  |
| 30 | 1. Повторить бег с перешагиванием через предметы, разви­вая координацию движений.  2. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.  3. Упражнять в беге.  Игровые упражнения: «Мяч водящему»,«По мостику».   1. Подвижная игра «Ловишки с ленточками». 2. Игра малой подвижности «Затейники». | 1 |  |  |  |
| 31 | 1. Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения. 2. Упражнять в бе­ге между предметами. 3. Повторить упражнения с мячом. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (рассто­яние 6 м), 2—3 раза. 4. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода, 3 раза. 5. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком при­ставным шагом, 2—3 раза. 6. Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 32 | 1. Ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м, 2—3 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опо­рой на предплечья и колени, 2—3 раза. 3. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами, 2—3 раза. | 1 |  |  |  |
| 33 | 1. Упражнять в беге, развивая выносливость.  2. Упражнять в перебрасывании мяча в шеренгах.  3. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.  4. Игровые упражнения: «Перебрось и поймай»,«Перепрыгни — не задень»,«Ловишки парами». | 1 |  |  |  |
| 34 | 1. Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу вос­питателя. 2. Лазанье — подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не каса­ясь руками пола, 5—6 раз. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс, 2—3 раза. 4. Прыжки на правой и левой ноге до предмета, расстояние 5 м, 2—3 раза. 5. Подвижная игра «Пожарные на учении». 6. Игра малой подвижности «У кого мяч?». | 1 |  |  |  |
| 35 | 1. Подлезание под шнур прямо и боком (2—3 раза).  2. Прыжки на правой и левой ноге попеременно (два или три прыжка на одной ноге и два на другой).  3. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. | 1 |  |  |  |
| 36 | 1. Повторить бег с преодолением препятствий.  2. Повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.  3.Игровые упражнения: «Мяч о стенку».  4.Игра «Ловишки-перебежки».  5. Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 37/1 | 1.Упражнять детей в умении сохранять в беге правильную дистанцию друг от друга.  2. Разучить ходьбу боком по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия.  3. Повторить перебрасывание мяча. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы.  4. Прыжки на двух ногах через бруски.  5. Подвижные игры «Ловишки с ленточками».  6. Игра «Сделай фигуру». | 1 |  |  |  |
| 38/2 | 1. Ходьба по наклонной доске, прямо с переходом на гимнастическую скамейку.  2.Прыжки на двух ногах между набивными мячами.  3.Переброска мячей друг другу в парах произвольным способом.  4. Подвижные игры «Ловишки с ленточками».  5. Игра «Сделай фигуру». | 1 |  |  |  |
| 39/3 | 1.Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками.  2.Упражнять в метании мячей на дальность.  3.Игровые упражнения: «Кто дальше бросит», «Не задень».  4.Подвижная игра «Мороз Красный нос». | 1 |  |  |  |
| 40/4 | 1.Упражнять в ходьбе и беге по кругу с разворотами.  2.Повторение прыжков попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед.  3.Упражнение в ползании на четвереньках между предметами.  4.Упражнение в переброске мяча – броске мяча вверх и ловле его двумя руками.  5.Подвижная игра «Не оставайся на полу».  6.Игра малой подвижности «У кого мяч». | 1 |  |  |  |
| 41/5 | 1.Прыжки попеременно на правой и левой ноге.  2.Ползание по прямой, подталкивая мяч головой.  3.Прокатывание набивного мяча.  4. Подвижная игра «Не оставайся на полу».  5.Игра малой подвижности «У кого мяч». | 1 |  |  |  |
| 42/6 | 1.Повторить ходьбу и бег между стойками.  2.Упражняь в прыжках на двух ногах до предмета.  3.Упражнять в бросании мяча в цель.  4.Игровые упражнения: «Кто быстрее до стойки», Метко в цель», «Пройдем по мосточку»,  5.Подвижная игра «Мороз Красный нос». | 1 |  |  |  |
| 43/7 | 1.Упражнять в ходьбе и беге врассыпную.  2.Закреплять умение ловить мяч-перебрасывание мяча большого диаметра.  3.Повторить ползание по гимнастической скамейке.  4.Упражнять в сохранении устойчивого равновесия- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  5.Подвжная игра «Охотники и утки».  6. Игра малой подвижности «Летает - не летает». | 1 |  |  |  |
| 44/8 | 1.Перебрасывание мяча большого диаметра друг другу двумя руками снизу и ловля с хлопком в ладоши.  2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.  3.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке оком приставным шагом, с мешочком на голове.  4. Подвижная игра «Охотники и утки».  5. Игра малой подвижности «Летает - не летает». | 1 |  |  |  |
| 45/9 | 1.Развивать ритмичность ходьбы скользящим шагом.  2.Упражнять в прыжках на двух ногах.  3.Повторить игровые упражнения с бегом и бросанием мячей в горизонтальную цель.  4.Игровые упражнения: «Метко в цель».  5.Игра «Смелые воробышки». | 1 |  |  |  |
| 46/10 | 1.Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу.  2.Упражнять в беге врассыпную.  3.Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку.  4.Упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.  5.Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами.  6. Подвижная игра «Хитрая лиса». | 1 |  |  |  |
| 47/11 | 1.Лазанье до верха гимнастической стенки.  2.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  3.Прыжки на двух ногах между кеглями, с мешочком, зажатым между колен.  4. Подвижная игра «Хитрая лиса». | 1 |  |  |  |
| 48/12 | 1.Повторить передвижение скользящим шагом.  2.Игровые упражнения «По дорожке».  3.Подвижная игра Мы веселые ребята».  4.Подвижная игра «Хитрая лиса».  5.Игра «Смелые воробышки». | 1 |  |  |  |
| 4913 | 1.Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами.  2.Формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске.  3.Упражнять в прыжках с ноги на ногу.  4.Упражнять в забрасывании мяча в кольцо.  5.Подвижная игра «Медведи и пчелы». | 1 |  |  |  |
| 50/14 | 1.Ходьба по наклонной доске.  2.Прыжки на двух ногах между набивными мячами.  3.Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах.  4.Подвижная игра «Медведи и пчелы».  5.Игра «Смелые воробышки». | 1 |  |  |  |
| 51/15 | 1.Продлжать учить детей передвигаться скользящим шагом.  2.Повторить игровые упражнения6 «Сбей кеглю».  3.Подвижная игра «Ловишки парами». | 1 |  |  |  |
| 52/16 | 1.Повторение ходьбы и бега по кругу.  2.Разучивание прыжка в длину с места.  3.Упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.  4.Броски мяча вверх.  5.Подвижная игра «Совушка». | 1 |  |  |  |
| 53/17 | 1.Прыжки в длину с места.  2.Переползание через предметы и подлезание под дугу в группирвке.  3.Перебрасывание мячей друг другу.  4.Подвижная игра «Совушка». | 1 |  |  |  |
| 54/18 | 1.Закрепить навык скользящего шага в ходьбе.  2.Повторить игровые упражнения с бегом и метанием: Кто быстрее», «Пробеги – не задень».  3.Подвижная игра «Найдем зайца». | 1 |  |  |  |
| 55/19 | 1.Повторить ходьбу и бег между предметами.  2.Упражнять в перебрасывании мяча друг другу.  3.Повторить задание на равновесие.  4.Пролезание в обруч боком.  5.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.  6. Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 56/20 | 1.Перебрасывание мячей друг другу и ловля их после отскока о пол.  2.Пролезание в обруч правым и левым боком.  3.Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове.  4.Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 57/21 | 1.Закепить навык скользящего шага.  2.Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием:  «Пробеги – не задень», «Кто дальше бросит».  3.Подвижная игра «Мороз Красный нос». | 1 |  |  |  |
| 58/22 | 1.Повторить ходьбу и бег по кругу.  2.Упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке.  3.Упражнять в прыжках – прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  4.Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.  5.Подвижная игра «Хитрая лиса». | 1 |  |  |  |
| 59/23 | 1.Лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке стенки.  2.Ходьба по гимнастической скамейке.  3.Прыжки через шнуры.  4.Ведение мяча до обозначенного места.  5.Подвижная игра «Хитрая лиса». | 1 |  |  |  |
| 60/24 | 1.Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками:  «По местам», «С горки».  2.Подвижная игра «Мороз Красный нос».  3.Подвижная игра «Хитрая лиса». | 1 |  |  |  |
| 61/25 | 1.Упражнять в ходьбе и беге врассыпную.  2.Упражнять в беге продолжительностью до 1 минуты.  3.Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.  4.Повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.  5.Подвижная игра «Охотники и зайцы». | 1 |  |  |  |
| 62/26 | 1.Равновесие – бег по гимнастической скамейке.  2.Прыжки через бруски правым и левым боком.  3.Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.  4.Подвижная игра «Охотники и зайцы». | 1 |  |  |  |
| 63/27 | 1.Упражнять в ходьбе скользящим шагом.  2.Игровые упражнения: «Точный пас», «По дорожке».  3.Подвижная игра «Мороз Красный нос».  4.Подвижная игра «Охотники и зайцы». | 1 |  |  |  |
| 64/28 | 1.Повторить ходьбу и бег по кругу.  2.Повторить ходьбу и бег врассыпную.  3.Закрепить навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках.  4.Упражнять в лазанье под дугу.  5.Упражнять в отбивании мяча о землю.  6. Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 65/29 | 1.Прыжки в длину с места.  2.Ползание на четвереньках между набивными мячами.  3.Пребрасывание малого мяча одной рукой и ловля его двумя руками.  4.Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 66/30 | 1.Упражнять в ходьбе скользящим шагом.  2.Метание мячей на дальность.  3.Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками: «Кто дальше», «Кто быстрее».  4.Игра малой подвижности «Найди следы зайцев». | 1 |  |  |  |
| 67/31 | 1.Упражнять в ходьбе и беге между предметами.  2.Разучивание метания мешочков в вертикальную цель.  3.Упражнять в лазанье под палку и перешагивание через нее.  4.Упражнять в перешагивании через шнур.  5. Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |  |  |  |
| 68/32 | 1.Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.  2.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.  3.Ходба на носках между кеглями.  4. Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |  |  |  |
| 69/33 | 1.Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками: «Точно в круг», «Кто дальше».  2.Метание мешочков в цель и на дальность.  3.Подвижная игра «Ловишки». | 1 |  |  |  |
| 70/34 | 1.Упражнять детей в непрерывном беге.  2.Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.  3.Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.  4.Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед.  5.Отбивание мяча в ходьбе.  6. Подвижная игра «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |  |
| 71/35 | 1.Повторить лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом.  2.Ходьба по гимнастической скамейке.  3.Прыжки с ноги на ногу между предметами.  4.Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.  5.Подвижная игра «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |  |
| 72/36 | 1.Построение в шеренгу с перестроением в колонну.  2.Ходьба с выполнением заданий.  3.Игровые упражнения: «Гонки», «не попадись», «По мостику».  4.Подвижная игра «Ловишки-перебежки». | 1 |  |  |  |
| 73/1 | 1.Упражнять в ходьбе колонной по одному с поворотами.  2.Разучить ходьбу по канату с мешочком на голове приставным шагом.  3.Упражнять в прыжках из обруча в обруч.  4.Упражнять в перебрасывании мяча друг другу и ловля его после отскока от пола.  5.Подвижная игра «Пожарные на учении». | 1 |  |  |  |
| 74/2 | 1.Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.  2.Прыжки на двух ногах через набивные мячи.  3.Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол.  4. Подвижная игра «Пожарные на учении». | 1 |  |  |  |
| 75/3 | 1.Повторить игровые упражнения с бегом.  2.Упражнять в перебрасывании мяча друг другу.  3.Игровые упражнения: «пас точно на клюшку», «»Проведи – не задень».  4.Подвижная игра «Горелки».  5.Игра малой подвижности «Летает – не летает». | 1 |  |  |  |
| 76/4 | 1.Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную.  2.Разучить прыжок в высоту с разбега.  3.Упражнять в метании мешочков в вертикальную цель.  4.Упражнять в ползании на четвереньках между предметами.  5.Подвижная игра «Медведи и пчелы». | 1 |  |  |  |
| 77/5 | 1.Прыжки в высоту с разбега.  2.Метание мешочков в вертикальную цель.  3.Ползание на четвереньках по прямой.  4. Подвижная игра «Медведи и пчелы». | 1 |  |  |  |
| 78/6 | 1.Повторить бег в чередовании с ходьбой.  2.Игровые упражнения: «Ловкие ребята», «Кто быстрее».  3.Подвижная игра «Карусель». | 1 |  |  |  |
| 79/7 | 1.Повторить ходьбу со сменой темпа движения.  2.Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.  3.Упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  4.Упражнять в прыжках вправо и влево через шнур, с продвижением вперед.  5.Подвижная игра «Стоп». | 1 |  |  |  |
| 80/8 | 1. Упражнение в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках.  2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с разворотом.  3.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.  4. Подвижная игра «Стоп». | 1 |  |  |  |
| 81/9 | 1.Упражнять в беге и ходьбе в чередовании.  2.Повторить игровые упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом: «Канатоходец», «Удочка».  3.Эстафета с мячом «Быстро передай».  4. Игра малой подвижности «угадай по голосу». | 1 |  |  |  |
| 82/10 | 1.Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении.  2.Упражнять в метании в горизонтальную цель.  3.Упражнять в лазанье под шнур боком.  4.Упражнять в равновесии - ходьба на носках между набивными мячами.  5.Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 83/11 | 1.Метание мешочков в горизонтальную цель.  2.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.  3.Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой.  4. Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 84/12 | 1.Упражнять в беге на скорость.  2.Разучить упражнение с прокатыванием мяча.  3.Повторить игровые задания с прыжками: «Прокати – сбей», «пробеги – не задень».  4.Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 85/13 | 1.Повторить ходьбу и бег по кругу.  2.Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.  3.Упражнять в прыжках – прыжки через бруски.  4.Упражнять в метании – броски мяча двумя руками из-за головы.  5.Подвижная игра Медведи и пчелы». | 1 |  |  |  |
| 86/14 | 1.Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной.  2.Прыжки на двух ногах с перепрыгиванием через предмет с продвижением вперед.  3.Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.  4.Подвижная игра «Медведь и пчелы». | 1 |  |  |  |
| 87/15 | 1.Упражнять в чередовании ходьбы и бега.  2.Повторить игру с бегом «Ловишки – перебежки».  3.Эстафета с большим мячом «Передача мяча в колоне».  4.Подвижная игра «Медведь и пчелы». | 1 |  |  |  |
| 88/16 | 1.Повторить ходьбу и бег между предметами.  2.Разучить прыжки с короткой скакалкой на месте.  3.Упражнять в прокатывании обручей друг другу.  4.Прокатывание в обруч прямо и боком.  5.Подвижная игра «Стой». | 1 |  |  |  |
| 89/17 | 1.Прыжки на месте через короткую скакалку.  2.Прокатывание обручей друг другу.  3.Пролезание в обруч.  4.Подвижная игра «Стой». | 1 |  |  |  |
| 90/18 | 1.Упражнять детей в длительном беге.  2.Упражнять в прокатывании обруча.  3.Повторить игровые упражнения с прыжками и мячом: «Пройди - не задень», «Догони обруч», «Перебрось и поймай».  4.Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка».  5.Игра малой подвижности «Кто ушел?». | 1 |  |  |  |
| 91/19 | 1.Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде.  2.Повторить метание мешочков в вертикальную цель.  3.Упражнять в ползании по прямой, затем с переползанием через скамейку.  4.Упражнять в сохранении устойчивого равновесия – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.  5.Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 92/20 | 1.Метание мешочков в вертикальную цель.  2.Ходьба по гимнастической скамейке.  3.Ползание по гимнастической скамейке на ладони и ступнях.  4.Подвижная игра «Удочка». | 1 |  |  |  |
| 93/21 | 1.Повторить бег на скорости.  2.Игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом: «Кто быстрее», «Мяч в кругу».  3.Подвижная игра «Карусель». | 1 |  |  |  |
| 94/22 | 1.Упражнять в ходьбе и беге между предметами.  2.Закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку.  3.Упражнять в сохранении равновесия – ходьба по канату боком приставным шагом.  4.Уражнять в прыжках – прыжки через короткую скакалку на месте и с продвижением вперед.  5.Подвижная игра «Горелки». | 1 |  |  |  |
| 95/23 | 1.Лазание на гимнастическую стенку произвольным способом.  2.Ходьба по гимнастической рейке приставным шагом.  3.Прыжки – перепрыгивание через шнур вправо и влево с продвижением вперед.  4.Ходьба на носках между набивными мячами.  5.Подвижная игра «Горелки». | 1 |  |  |  |
| 96/24 | 1.Упражнять в беге на скорость.  2.Повторить игровые упражнения с мячом, прыжках и равновесии: «Сбей кеглю», «Пробеги – не задень».  3.Игра «С кочки на кочку». | 1 |  |  |  |
| 97/25 | 1.Упражнять в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде.  2.Упражнять в сохранении устойчивого равновесия на повышенной опоре – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.  3.Повторить упражнения в прыжках – прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  4.Повторить упражнения с мячом – броски мяча о стену одной рукой и ловля двумя руками.  5.Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |  |  |  |
| 98/26 | 1.Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.  2.Прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением.  3.Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |  |  |  |
| 99/27 | 1.Упражнять в беге с высоким подниманием бедра.  2.Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.  3.Игровые упражнения: «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Отбей волан».  4.Подвижная игра «Гуси-лебеди». | 1 |  |  |  |
| 100/28 | 1.Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы.  2.Разучить прыжок в длину с разбега.  3.Упражнять в перебрасывании мяча.  4.Ползание по прямой на ладонях и ступнях.  5.Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 101/29 | 1.Прыжки в длину с разбега.  2.Забрасывание мяча в корзину.  3.Лазанье под дугу.  4.Подвижная игра «Не оставайся на полу». | 1 |  |  |  |
| 102/30 | 1.Развивать выносливость в непрерывном беге.  2.Упражнять в прокатывании обручей.  3.Повторить игровые упражнения с мячом: «Прокати – не урони», «Кто быстрее», «Забрось в кольцо».  4.Подвижная игра «Совушка». | 1 |  |  |  |
| 103/31 | 1.Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную.  2.Упражняться с мячом – броски мяча о пол и ловля его двумя руками.  3.Повторить упражнения в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.  4.Повторить упражнения с обручем – лазанье через обруч правым и левым боком в группировке.  5.Подвижная игра «Пожарные на учении». | 1 |  |  |  |
| 104/32 | 1.Броски мяча о пол и ловля его двумя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.  2.Лазанье в обруч прямо и боком, выполняется в парах.  3.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.  4. Подвижная игра «Пожарные на учении». | 1 |  |  |  |
| 105/33 | 1.Повторить бег на скорость.  2.Игровые упражнения с мячом и в прыжках: «Кто быстрее», «Ловкие ребята»  3.Упражнения с мячом – броски мяча о землю в ходьбе по прямой.  4.Подвижная игра «Мышеловка». | 1 |  |  |  |
| 106/34 | 1.Повторить ходьбу с изменением темпа движения.  2.Развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе.  3.Повторить прыжки между предметами.  4.Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи.  5.Подвижная игра «Караси и щука». | 1 |  |  |  |
| 107/35 | 1.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.  2.Ходьба с перешагиванием через бруски.  3.Прыжки на правой и левой ноге попеременно.  4. Подвижная игра «Караси и щука». | 1 |  |  |  |
| 108/36 | 1.Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения.  2.Игровые упражнения с мячом «Мяч водящему».  3.Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне».  4.Подвижная игра «Не оставайся на земле». | 1 |  |  |  |