

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
«Михайловский детский сад №6»
(МКДОУ «Михайловский детский сад №6»)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МКДОУ «Михайловский детский сад
№6»
Протокол от «29» августа 2024 г.
№ 1

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МКДОУ «Михайловский
детский сад №6» Михайловского района
Алтайского края
А. Морозкина
Протокол от «29» августа № 46-0



**Перспективный план работы инструктора по физической культуре во второй младшей группы
муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения
«Михайловский детский сад №6»
на 2024/25 учебный год**

Составлен на основе Образовательной программы дошкольного образования по программе образовательной области «Физическое развитие» направление «Физическая культура»
Муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения
«Михайловский детский сад №6» Михайловского района Алтайского края

Инструктор по физической культуре:
Крайбер Т.М.

Оглавление

1. Задачи ДОО на учебный год - 3 стр
2. Списочный состав возрастной группы – 4-5 стр
3. Планируемые результаты возрастной группы по ФОП ДО – 5стр
4. Режим пребывания детей в ДОО -7стр
5. Планирование организации образовательной деятельности с детьми второй младшей группы -8стр.
6. Лист здоровья – 10 стр.
7. Физкультурно-оздоровительная работа – 11стр.
8. Двигательный режим возрастной группы – 12стр.
9. Темы недель на учебный год – 13 стр
10. Взаимодействие с родителями – 14 стр
11. Примерный ежедневный план занятий по физической культуре. Вторая младшая группа. Дети 3-4 года. – 20стр.

Задачи ДОО на учебный год

- Приобретение опыта двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости).
- Приобретение опыта в видах деятельности детей, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
- Овладение подвижными играми с правилами.
- Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
-

Основные задачи образовательной области: «Физическая культура»

Физическое развитие

1. Развитие физических качеств.
2. Правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.
3. Правильное выполнение основных движений.
4. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
5. Овладение подвижными играми с правилами.
6. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
7. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Списочный состав возрастной группы

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Дата рождения
1	Биневская Витория	26.03.22
2	Гадюкин Михаил	02.09.22
3	Горбунов Денис	11.10.22
4	Дмитриева Анна	25.08.21
5	Ересков Ярослав	06.12.21
6	Иванова Марьяна	28.03.21
7	Ильяшев Тимур	10.11.21
8	Истомина Ева	05.07.22
9	Кирпичёва Александра	12.10.21

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Дата рождения
10	Кокимов Тимур	11.08.22
11	Кооп Валерия	06.04.21
12	Мирошниченко Иван	10.07.21
13	Момот Богдан	31.05.22
14	Никкель Николай	12.11.22
15	Панкратов Александр	05.04.22
16	Скиба Дмитрий	21.05.21
17	Усов Илья	04.04.21
18	Шиганов Максим	02.10.21
19	Шкуров Мирон	21.07.21
Итого: мальчиков: <u> 12 </u> чел., девочек: <u> 7 </u> чел.		

Планируемые результаты возрастной группы по ФОП ДО

Пункт 15.3.1 федеральной образовательной программы дошкольного образования.

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т. п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

- ребенок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых, дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами (можно, нельзя), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребенок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения, осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребенок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребенок произносит правильно в словах все гласные и согласные звуки, кроме шипящих и сонорных, согласовывает слова в предложении в роде, числе и падеже, повторяет за педагогическим работником (далее — педагог) рассказы из 3—4 предложений, пересказывает знакомые литературные произведения, использует речевые формы вежливого общения;
- ребенок понимает содержание литературных произведений и участвует в их драматизации, рассматривает иллюстрации в книгах, запоминает небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликается на них;
- ребенок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения, проявляет речевую активность в общении со сверстником;
- ребенок совместно со взрослым пересказывает знакомые сказки, короткие стихи;
- ребенок демонстрирует познавательную активность в деятельности, проявляет эмоции удивления в процессе познания, отражает в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задает вопросы констатирующего и проблемного характера;
- ребенок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми, демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;
- ребенок проявляет интерес к миру, к себе и окружающим людям;
- ребенок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребенок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред;
- ребенок способен создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные

формы из глины и теста, видоизменять их и украшать, использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим ее анализом;

- ребенок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;
- ребенок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;
- ребенок в дидактических играх действует в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывает отрывки из знакомых сказок, рассказов, передает интонацию и мимические движения.

Режим пребывания детей в ДОО

Режим дня второй младшей группы на холодный период

Содержание	Младшая 3-4 года
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренний круг, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	08.00-08.50
Завтрак	08.50-09.20
Игры, подготовка к занятиям	09.20-09.30
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	09.30-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.10--11.55
Обед	11.55-12.25
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность.	12.25-15.35
Полдник	15.35-15.50
Занятия (при необходимости)	16.00-16.15
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг.	15.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, уход домой	17.00-18.00

Режим дня второй младшей группы на теплый период

Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренний круг, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	08.00-08.50
Завтрак	08.50-9.20
Игры, самостоятельная деятельность	09.20-09.35
Подготовка к прогулке, прогулка, занятия на прогулке, возвращение с прогулки	09.35-11.55
Обед	11.55-12.25
Подготовка ко сну, сон, постепенный подъем детей, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность	12.25-15.30
Полдник	15.35-15.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, вечерний круг	15.50-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	17.00-18.00

Планирование организационной образовательной деятельности по физической культуре с детьми второй младшей группы.

День недели	Время
Вторник	09.50 – 10.05
Четверг	09.50 – 10.05

Физкультурно-оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная работа в возрастной группе проводится в следующих формах:

1. Утренняя гимнастика — не менее 10 мин ежедневно. •
2. Физкультурное занятие — 20 мин 3 раза в неделю.
3. Физкультурные минутки — 2 мин ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятий.
4. Гимнастика после сна — 15—20 мин ежедневно.
5. Воздушные процедуры в сочетании с физическими упражнениями после дневного сна.
6. Достаточная двигательная активность в спортзале, на прогулке. •
7. Физкультурные досуги — 1—2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе продолжительностью 20—25 мин.
8. Спортивный праздник — 2 раза в год продолжительностью не более 1—1,5 часа.
9. День здоровья — 1 раз в квартал.
10. Закаливание:
 - босохождение по «дорожкам здоровья» — ежедневно;
 - оздоровительный бег — ежедневно на прогулке с апреля по октябрь;
 - фитонцидотерапия (лук, чеснок) — неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания;
 - мытье рук, лица, шеи прохладной водой — ежедневно;
 - облегченная одежда детей — ежедневно;
 - прогулки на воздухе — ежедневно;
 - широкая аэрация помещений — ежедневно через каждые 1,5 часа в течение 10 мин;
 - <...>

Двигательный режим возрастной группы.

Вид занятий и форма двигательной деятельности	Особенности организации	3-4 года
1. Утренняя гимнастика	Ежедневно в зале или группе (летом на открытом воздухе)	5-10 мин.
2. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями (с преобладанием статических поз)	Ежедневно	10 мин.
3. Физкультминутка, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий	2-5 мин.
4. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки не менее 2 игр	15-20 мин.
5. Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	Ежедневно, во время вечерней прогулки,	4-6 мин.
6. Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна	15-20 мин.
7. Образовательная деятельность по физическому воспитанию	2 раза в неделю с детьми от 1,5 – 4 лет 3 раза в неделю с детьми от 4 – 7 лет	15 мин.
8. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя	
9. День здоровья	1 раз в квартал	+
10. Физкультурно-оздоровительные праздники	2 раза в год	-
11. Физкультурный досуг	1 раз в месяц	20 мин.

Темы недель на учебный год

Дата	Тема
Сентябрь Источник: Планирование работы воспитателя ДОО (сентябрь – ноябрь)	
02.09—06.09	Неделя «Страна безопасности» Транспорт (декабрь – январь стр 5 – 25)
09.09—13.09	Мой любимый детский сад (стр 4 – 25)
16.09—20.09	Мои игрушки (стр 30 – 53)
23.09—27.09	Осень золотая, чудесные листья и цветы.(стр 145 – 169) <i>Творческий семейный конкурс «Осенний вернисаж»</i>
30.09—04.10	Тематическая неделя «Неделя здоровья»
Октябрь <i>Акция ко Дню пожилого человека</i>	
07.10—11.10	Чудо овощи и фрукты (стр 175 – 197)
14.10—18.10	Одежда осенью (стр 202 – 226)
21.10—25.10	Домашние животные (стр 60 – 82) <i>День отца. Выпуск семейной газеты «Лучше папы в мире нет»</i>
28.10—01.11	Дикие животные. (стр 88 – 110)
Ноябрь	
05.11—08.11	Домашние и дикие животные осенью (стр 116 – 138)
11.11— 15.11	Россия мой дом. Мое родное село (стр 276 – 293)
18.11—22.11	Дом в котором я живу. (стр 298 – 315)
25.11—29.11	Я — человек. Моя семья (стр 232 – 249) ПРОЕКТ «НАША ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ»
Декабрь Источник: Планирование работы воспитателя ДОО (декабрь - февраль)	
02.12—06.12	Я человек. Мы девочки и мальчики. (сентябрь – ноябрь стр 254 – 271) ПРОЕКТ «НАША ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ»
09.12—13.12	Зимушка хрустальная (стр 29 – 49) <i>Семейный творческий конкурс новогодних поделок «Новогодние чудеса»</i>
16.12—20.12	Скоро, скоро Новый год. (стр 53 – 71) <i>Семейный творческий конкурс новогодних поделок «Новогодние чудеса»</i>
23.12—28.12	Новогодние сюрпризы (стр 75 – 94)

Дата	Тема
Январь	
09.01—10.01	Белоснежная зима.
13.01—17.01	Белоснежная зима. Зимние забавы. (стр 98 – 117)
20.01—24.01	Белоснежная зима. Зимние забавы (стр 121 – 139)
27.01 — 31.01	Тематическая Неделя здоровья За здоровьем в детский сад (март – май стр 95 – 126)
Февраль	
03.02—07.02	Покормите птиц зимой. (стр 181 – 213)
10.02—14.02	У кого какие шубки? (стр 144 – 174)
17.02—21.02	Защитники отечества. Спорт. (стр 221 – 253) <i>Спортивный праздник «День защитника Отечества»</i>
25.02—28.02	Ты и я — друзья!
Март Источник: Планирование работы воспитателя ДОО (март - май) <i>Подготовка мини-музеев « Культурные ценности народов России»</i> 03.03. - 25.03.	
03.03—07.03	Очень – очень я люблю маму милую мою! (стр 5 – 25)
10.03—14.03	Тематическая неделя «Неделя безопасности»
17.03—21.03	Неделя сказок. (стр 133 – 165)
24.03—28.03	Профессии. (стр 261 – 293) <i>Творческий конкурс для педагогов и воспитанников «Подарок для мамы»</i>
Апрель	
31.03—04.04	Какие краски у весны? (стр 29 – 48)
07.04—11.04	Животные и птицы весной. (стр 74 – 92)
14.04—18.04	Неделя экологии. Прогулки по весеннему лесу (стр 173 – 201) <i>Конкурс «Огород на окошке»</i>
21.04—25.04	Живое – неживое (стр 52 – 70)
28.04—30.04	Тематическая неделя «Этот славный День Победы» Этот День Победы. (стр 238 – 256)
Май	
05.05—08.05	Тематическая неделя «Этот славный День Победы» Этот День Победы. (стр 259 – 277)

Дата	Тема
12.05—16.05	Чудеса. Фокусы. Эксперименты. (стр 206 – 232)
19.05—23.05	Вместе с куклой мы растём. (стр 282 – 302)
26.05—30.05	Смена времён года. Лето. (стр 307 – 334)

Взаимодействие с родителями

Месяц	Наименование мероприятия	Ответственные
Сентябрь	1. Консультации для родителей «Повреждения. Доврачебная помощь пострадавшему»	Инструктор по ФИЗО
Октябрь	1. «Спортивное развлечение: «Будь здоров!» (подготовительная группа) 2. Консультации для родителей «Предотвращение несчастных случаев».	Инструктор по ФИЗО
Ноябрь	1. Консультация для родителей: «Спортивный уголок дома» 2. Развлечение ко Дню Единства: «Мы народ и мы едины». /подготовительная группа/	Инструктор по ФИЗО, родители
Декабрь	1. Консультация: Какой вид спорта нужен вашему ребёнку»	Инструктор по ФИЗО,
Январь	1. Консультация: «Правила двигательной активности» 2. Развлечение «Зимние забавы» /все группы/	Инструктор по ФИЗО, родители
Февраль	1. Консультация: «Двигательная активность детей, как фактор оздоровления» 2. Спортивный праздник «День защитников Отечества»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный работник, воспитатели, родители
Март	1. Фольклорный праздник «Великая масленица» 2. Подвижные игры с детьми в домашних условиях	Инструктор по ФИЗО

Апрель	Индивидуальные беседы с родителями: «Проведём выходной с пользой»	Инструктор по ФИЗО
Май	1. Четвёртая Районная Спартакиада 2. Консультация «Физическое развитие детей в игровой деятельности»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный, воспитатели

**Примерный календарный план занятий по физической культуре.
Младшая группа. Дети 3-4 года.**

№ недели	Вводная часть	ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	Заключительная часть	Литература
СЕНТЯБРЬ						Л.И. Пензулаева
1-я неделя 03.09 05.09 2024г.	Свободная ходьба за воспитателем		Ходьба по дорожке – между двумя линиями параллельно лежащими веревками (ширина 25 см)	«Бегите ко мне»	Спокойная ходьба за воспитателем	3 - 1 Стр 23
2-я неделя 10.09 12.09	Ходьба и бег «стайкой» за воспитателем	без предмет ов	Прыжки на двух ногах на месте	«Птичка»	«Найдём птичку»	3 - 2 Стр 24
3-я неделя 17.09 19.09	Ходьба и бег по сигналу воспитателя: «Ворона», «Стрекоза»	с мячом	Прокатывание мячей «Прокати и догони»	«Кот и воробышки»	Ходьба за воспитателем	3 - 3 Стр 25
4-я неделя 24.09 26.09	Ходьба вокруг кубиков, бег по кругу	С кубикам и	Ползание с опорой на ладони и колени Подползти под веревку (высота 50 см)	«Быстро в домик»	Спокойная ходьба «Найдём жучка»	3 - 4 Стр 26
ОКТЯБРЬ						
1-я неделя 01.10 03.10 2024г.	Ходьба с заданием, бег в колонне и врассыпную	без предмет ов	Равновесие – «Пройдём по мостику» (ширина 25 см, длина 2 м) Прыжки через шнур.	«Догоните мяч»	Ходьба за воспитателем с мячом в руках	3 - 5 Стр 28
2-я неделя 08.10 10.10	Ходьба чередуется с бегом	без предмет ов	Прыжки из обруча в обруч Прокатывание мяча	«Ловкий шофёр»	Спокойная ходьба врассыпную «Машины приехали в гараж»	3- 6 Стр 29

3-я неделя 15.10 17.10	Ходьба и бег по сигналу воспитателя	с мячом	Прокатывание мячей в прямом направлении Ползание на четвереньках между предметами	«Зайка серый умывается»	Спокойная ходьба «Найдём зайку»	3 - 7 Стр30
4-я неделя 22.10 24.10	Ходьба и бег с поворотом по сигналу воспитателя.	На стульчи ках	Лазание под шнур (высота 50см) Ходьба и бег между предметами	«Кот и воробышки»	Ходьба в колонне по одному	3 – 8 Стр 31
НОЯБРЬ						
2-я неделя 05.11 07.11	Ходьба по сигналу воспитателя - обычная, на носочках. Бег по кругу.	с ленточк ами	Ходьба по доске (ширина 25 см) Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	«Ловкий шофёр»	Спокойная ходьба «Найдём зайку»	3 – 9 Стр 33
3-я неделя 12.11 14.11	Ходьба, ходьба с высоким подниманием колен, бег. Перестроение буквой П	с обручем	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Прокатывание мячей друг другу	«Мыши в кладовой»	Спокойная ходьба «Где спрятался мышонок?»	3 – 10 Стр 34
4-я неделя 19.11 21.11	Ходьба по кругу с выполнением команды. Бег по кругу со сменой направления	без предмет ов	Прокатывание мячей между предметами Ползание на четвереньках между предметами	«По ровненькой дорожке»	Ходьба друг за другом	3 – 11 Стр 35
5-я неделя 26.11 28.11	Ходьба с выполнением задания. Бег за воспитателем.	С флажка ми	Ползание на четвереньках по доске. Упражнения на равновесие - перешагивание через шнур, ходьба по доске с выполнением приседания.	«Поймай комара»	Ходьба друг за другом	3- 12 Стр 37
ДЕКАБРЬ						
1-я неделя 03.12 05.12 2024г.	Ходьба и бег друг за другом, в рассыпную	без предмет ов	Ходьба между кубиками Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд	«Коршун и птенчики»	Спокойная ходьба «Найдём птенчика»	3 – 13 Стр 38

2-я неделя 10.12 13.12	Ходьба в чередовании с бегом	с мячом	Прыжки со скамейке (высота 25см) Прокатывание мячей друг другу	«Найди свой домик»	Ходьба с остановкой по сигналу	3 – 14 Стр 40
3-я неделя 17.12 19.12	Ходьба с заданием, бег друг за другом	С кубикам и	Прокатывание мяча между предметами Ползание под дугу (высота 50 см)	«Лягушки»	Спокойная ходьба «Найдём лягушонка»	3 – 15 Стр 41
4-я неделя 24.12 26.12	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную	без предмет ов	Ползание по доске с опорой на ладони и колени Ходьба по доске боком, приставным шагом	«Птица и птенчики»	Спокойная ходьба «Найдём птенчика»	3 – 16 Стр 42
ЯНВАРЬ						
2-я неделя 09.01 2025	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением задания	с платочк ами	Ходьба по доске (ширина 15см) Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Коршун и цыплята»	Спокойная ходьба «Найдём цыплёнка»	3 -17 Стр 43
3-я неделя 14.01 16.01	Ходьба по периметру зала, бег врассыпную	С обручем	Прыжки на двух ногах между предметами Прокатывание мяча между предметами	«Птица и птенчики»	Ходьба в колонне по одному	3 – 18 Стр 45
4-я неделя 21.01 23.01	Ходьба вокруг кубиков с заданием, бег вокруг кубиков	С кубикам и	Перекачивание мяча друг другу из положения сидя Ходьба на четвереньках с опорой на ладони и стопы.	«Найди свой цвет»	Ходьба в колонне по одному	3 – 19 Стр 46
5-я неделя 28.01 27.01	Ходьба с заданием воспитателя, бег в колонне по одному в обе стороны	без предмет ов	Лазание под дугу Ходьба по доске (ширина 20см)	«Лохматый пёс»	Ходьба в колонне по одному	3 – 20 Стр 47
ФЕВРАЛЬ						

1-я неделя 04.02 06.02	Ходьба и бег по кругу	С кольцам и	Перешагивание попеременно правой и левой ногой через шнуры (расстояние между шнурами 30см) Прыжки из обруча в обруч	«Найди свой цвет»	Игра малой подвижности по выбору детей	3 – 21 Стр 50
2-я неделя 11.02 13.02	Ходьба обычная, ходьба мелким семенящим шагом. Бег с высоко поднятыми коленями, обычный бег	с кольцом	Прыжки со скамейки Прокатывание мяча между предметами	«Воробышки в гнездышках»	Спокойная ходьба «Найдём воробышка»	3 – 22 Стр 51
3-я неделя 18.02 20.02	Ходьба с перешагиванием через шнуры. Бег врассыпную	с мячом	Бросание мяча через шнур двумя руками Подлезание под шнур	«Воробышки и кот»	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках	3 – 23 Стр 52
4-я неделя 25.02 27.02	Построение в одну ширенгу. Ходьба в колонне по одному, чередование ходьбы и бега врассыпную	без предмет ов	Лазание под дугу Ходьба по доске, лежащей на полу с заданием	«Лягушки»	Спокойная ходьба «Найди лягушонка»	3 – 24 Стр 53
МАРТ						
1-я неделя 04.03 06.03	Ходьба и бег по кругу из кубиков	С кубикам и	Ходьба по доске приставным шагом боком Прыжки между предметами «змейкой»	«Кролик»	Ходьба в колонне по одному	3 – 25 Стр 54 -55
2-я неделя 11.03 13.03	Ходьба и бег в колонне по одному. Ходьба врассыпную.	без предмет ов	Перепрыгивание через шнуры (ширина 15 см) Катание мячей друг другу из положения – стойка на коленях, сидя на пятках	«Найди свой цвет»	Ходьба в колонне по одному	3 – 26 Стр 56
3-я неделя 18.03 20.03	Обычная ходьба, ходьба с высоким подниманием колен. Бег в колонне по одному	С мячом	Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по скамейке	«Зайка серый умывается»	Спокойная ходьба «Найдём зайку»	3 – 27 Стр 57

4-я неделя 25.03 27.03	Ходьба и бег между предметами	без предмет ов	Ходьба на четвереньках с опорой на ладони и стопы. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 25см)	«Автомобили»	Ходьба в колонне по одному	3 – 28 Стр 58
АПРЕЛЬ						
1-я неделя 01.04 03.04	Ходьба и бег вокруг кубиков.	На скамейк е с кубиком	Ходьба по скамейке боком, приставным шагом Прыжки через «канавки»	«Тишина»	Спокойная ходьба «Найди лягушонка»	3 – 29 Стр 60
2-я неделя 08.04 10.04	Ходьба и бег врассыпную с заданием воспитателя	Со шнуром	Прыжки из кружка в кружок Прокатывание мячей	«По ровненькой дорожке»	Ходьба в колонне по одному	3 - 30 Стр 61
3-я неделя 15.04 17.04	Обычная ходьба, ходьба на носках, бег	без предмет ов	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни	«Мы топаем ногами»	Ходьба в колонне по одному	3 -31 Стр 62
4-я неделя 22.04 29.04	Ходьба с выполнением задания воспитателя, бег с подскоком.	С обручем	Ползание на ладонях и коленях между предметами Ходьба по скамейке.	«Огуречик, огуречик»	Ходьба в колонне по одному	3 – 32 Стр 63
МАЙ						
2-я неделя 06.05 2025г.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную	С кольцом	Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30см) Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30-40см)	«Мыши в кладовой»	Спокойная ходьба «Где спрятался мышонок?»	3- 33 Стр 65
3-я неделя 13.05 15.05	Ходьба и бег между предметами	С мячом	Прыжки с гимнастической скамейке Прокатывание мяча друг другу сидя (группы из 4-5 детей)	«Воробышки и кот»	Игра малой подвижности по желанию детей	3 – 34 Стр 66
4-я неделя 20.05 22.05	Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную	без предмет ов	Лазание по наклонную лесенку Ходьба по доске , положенной на пол	«Коршун и наседка»	Ходьба в колонне по одному	3 – 35 Стр 67

5-я неделя 27.05 29.05	Обычная ходьба, ходьба с высоким подниманием колен, на носках. Бег в колонне по одному.	С платочк ами	Ходьба по доске с выполнением задания Прыжки через два шнура (расстояние 30 см)	«Найди свой цвет»	Ходьба в колонне по одному	3 – 36 Стр 68
---------------------------------	--	---------------------	--	-------------------	-------------------------------	------------------

