Месяц	Неделя	Тема	Программное содержание
С Е Н Т Я Б Р Ь	I неделя	Мониторинг	Выявление остаточных знаний у детей.
	II неделя	Мониторинг	Выявление остаточных знаний у детей.
	III неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную, в умении действовать по сигналу, развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками	**1 ч** Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом, ходьба и бег врассыпную. Построение в два круга. **2ч** Игровые упражнения. «Не пропусти мяч» Выбирается водящий, он стоит в середине круга с мячом. По сигналу вос-ля ведущий, прокатывает мяч игроку, тот наклоняясь возвращает мяч ведущему. «Не задень» Прыжки на двух ногах между предметами П/ игра «Карусель». **3 ч.** Игра малой подвижности «Найдем воробышка»
	IV неделя	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, учить катать обруч друг другу, упражнять в прыжках	**1ч.** Ходьба в колонне по одному, бег между предметами, и врассыпную **2ч** И/у «Прокатиобруч» «Вдоль дорожки» Прыжки на двух ногах до ориентира назад идут пешком, П/и «Найди себе пару» **3ч**. Малоподвижная игра «У кого мяч»
	V неделя	Упражнять в ходьбе между предметами, поставленных по углам площадки, упражнять в подбрасывании мяча и ловля его двумя руками, упражнять в прыжках, развивая точность приземления	**1ч.** Ходьба в колонне по одному соблюдая повороты по углам площадки, Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне, остановиться и принять какую-нибудь позу **2ч** И/у «Мяч через шнур» (веревка натягивается на высоте поднятой руки ребенка Мячи большого диаметра), «Кто быстрее добежит до кубика», «Подбрось – поймай». Выполнение 2 подгруппами одновременно П/И «Воробышки и кот» **3 ч.** ходьба в полуприседе по одному
О К Т Я Б Р Ь	I неделя	Упражнять в перебрасывании мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры	**1ч** Ходьба и бег в колонне по одному по дорожке, с остановкой, прыжок, в чередовании **2ч** И/У «Мяч через шнур» «Кто быстрее доберется до кегли» Дети стоят парами у шнура на другой стороне площадки – кегли, нужно допрыгать парами до противоположной стороны пл. «Проползи быстро. П/и «Мы веселые ребята». **3ч.** Спокойная ходьба, дых.упражнения
	II неделя	Упражнять детей ходить с выполнением задании для рук, вверх, в стороны, к плечам, вперед, закреплять умение	**1ч** Ходьба с выполнением заданий, бег врассыпную, с нахождением своего места в колонне. **2ч** И/у «Подбрось – поймай», «Кто быстрее» - Эстафета Строятся две колонны у шнура, бег до лесенки, П/и «Ловишки»

		действовать по сигналу	**3ч**. Спокойная ходьба за быстрым ловишкой
	III неделя	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному и ходьба в рассыпную, повторить лазание по туннелю, не касаясь пола руками	**1ч.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную **2ч** И/у «Прокати не урони»- прокатывание большого мяча между предметами «Вдоль дорожки»- прыжки, П/и «Найди свой цвет» **3ч** Спокойная ходьба
	IV неделя	упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге змейкой между предметами; сохранение устойчивого равновесия	**1 ч.**Ходьба в колонне по одному, ходьба змейкой, с изменением направления по сигналу **2 ч.** И/у «Не попадись» Чертится круг, в центре двое водящих, играющие прыгают в круг и из круга, стараются не быть пойманными, «Поймай мяч» - переброска мяча из одной шеренги в другую, П/и «Гуси лебеди». **3 ч.** Спокойная игра по желанию детей
Н О Я Б Р Ь	I неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием, упражнять в прыжках и прокатыванием мяча в прямом направлении.	**1 ч.** Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук, ходьба и бег врассыпную. **2 ч.** И/у «Не попадись» «Догони мяч» П/и «Лиса в курятнике». **3 ч.** Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика, ходьба.
	II неделя	упражнять в ходьбе и беге змейкой между предметами, упражнять в прыжках и беге с ускорением.	**1 ч.** Ходьба в колонне по одному, ходьба змейкой, Ходьба и бег врассыпную. **2 ч.** И/у «Не задень» -прыжки между предметами,« Передай мяч», П/и «Охотники и зайцы». **3 ч**. Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика.
	III неделя	упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, развивать глазомер и силу броска при метании вдаль, упражнять в прыжках.	**1 ч.** Ходьба в колонне по одному, перестроение в круг. Ходьба и бег по кругу с изменением направления. **2 ч.** И/у «Пингвины» Прыжки с мешочком, зажатым между колен. «Кто дальше бросит» П/и «Самолеты» **3 ч.** Спокойная игра по желанию детей, дыхательная гимнастика.
	IV неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием, упражнять в прыжках и прокатыванием мяча в прямом направлении.	**1 ч.** Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук, ходьба и бег врассыпную. **2 ч.** И/у «Не попадись» «Догони мяч» П/и «Лиса в курятнике». **3 ч.** Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика, ходьба.

Д Е К А Б Р Ь	I неделя	Упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	**1 ч**. Ходьба на лыжах скользящим шагом до красного флажка, до синего – ступающим шагом, дистанция 10 м. **2 ч.** «Кто дальше» - метание снежков П/и «Снежная карусель» **3 ч.** Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика.
	II неделя	Закреплять навык передвижения скользящим шагом.	**1 ч.** Ходьба и бег между постройками. **2ч.** «Петушки ходят» Ходьба на лыжах с высоким подниманием колен, обращать внимание на задержку лыжи на ноге ровно «По снежному валу» ходьба по уменьшенной площади опоры – на лыжах. П/и «Снайперы» Метание снежков вдаль **3 ч**. Спокойная ходьба, дыхательная гимнастика.
	III неделя	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	**1 ч.** Показать правильную позу лыжника; обратить внимание на перекрёстную работу рук и ног при ходьбе на лыжах. **2 ч.** И/у «Снежинки – пушинки» (ходьба и бег по кругу с изменением направления движения), «Кто дальше?» (метание) П/и «Охотник и зайцы» **3 ч.** Ходьба змейкой между предметами за воспитателем
	IV неделя	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	1ч. Ходьба и бег между снежными постройками за ведущим в умеренном темпе, ходьба и бег врассыпную. 2ч. Игровые упражнения«Кто дальше бросит». «Не задень», П/И «Мороз Красный нос 3ч. Ходьба в колонне по одному между снежными постройками за самым ловким Морозом.
	V неделя	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	1ч. Ходьба и бег между снежными постройками за ведущим в умеренном темпе, ходьба и бег врассыпную. 2ч. Игровые упражнения«Кто дальше бросит». «Не задень», П/И «Мороз Красный нос 3ч. Ходьба в колонне по одному между снежными постройками за самым ловким Морозом.
Я Н В А Р Ь	II неделя	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной постройки.	**1ч.**Небольшая пробежка, приседание, поднимание поочередно правой, левой ноги **2ч.** И/у Снежная карусель (выполнение разных задании для рук и ног) Катание друг друга на санках **П/и** Самолеты **3 ч.** Ходьба змейкой между предметами за воспитателем
	III неделя	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствие, метании снежков на дальность	**1ч.** Построение в круг прыжки в середину круга и обратно возвращение шагом **2ч.** И/ у «Кто дальше?» (метание) «Кто быстрее до флажка?» П\И: «Охотники и зайцы». **3ч.** Катание друг друга на санках
	IV неделя	Продолжать учить детей передвигаться как на лыжах	**1 ч.** Показать правильную позу лыжника; обратить внимание на перекрёстную работу рук и ног при ходьбе на лыжах.

		скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	**2 ч.** И/у «Снежинки – пушинки» (ходьба и бег по кругу с изменением направления движения),« Кто дальше?» (метание), П/и « Охотник и зайцы» **3 ч.** Ходьба змейкой между предметами за воспитателем
Ф Е В Р А Л Ь	I неделя	Повторить метание снежков вдаль, игровые задания на санках.	**1 ч.** Ходьба до санок, бег возвращение на место, прыжки до санок, возвращение шагом на место **2 ч.** И/у «Змейка» Ходьба и бег с ускорением и замедлением, «Доброс до кегли» (метание) П/и «Хитрая лиса» **3 ч.** Катание с горки «Кто дальше съедет»
	II неделя	Игровые упражнения с бегом и прыжками	**1ч.** И/у «Поезд» Ходьба за воспитателем крепко держась за руки стоя спиной друг к другу **2ч.** И/ у «Покружись» (парами) «Кто дальше бросит?» П/И «Самолеты» **3 ч.** Ходьба змейкой между предметами за воспитателем
	III неделя	Упражнять в метании снежков на дальность, катании с горки на ледянках	**1 ч** Ходьба по снежному валу **2 ч** И/у Кто дальше? «Пас друг другу» (шайба, клюшка). Найдем снегурочку П/и «Пятнашки». **3 ч** Катание с горки на ледянках, ходьба паровозом друг за другом
М А Р Т	I неделя	Развивать глазомер и ловкость при метании в цель, упражнять в беге, закреплять в умении действовать по сигналу воспитателя	**1ч.** Бег по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом **2ч.** «Быстрые и ловкие» (на каждого игра по одному снежку: дойти до снеговика положить снежки вернуться на свое место- воспитатель убирает один снежок- успеть добежать и взять снежок) «Сбей кеглю». П/и «Перебежки». **3ч**. Игра малой подв. «Найди зайку и промолчи». Ходьба спокойная в группу
	III неделя	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, ходьба с изменением направления, бег в медленном темпе/	**1 ч.**Ходьба в колонне по одному, через препятствия, переход на бег 1 мин, спокойная ходьба, дыхательные упражнения **2ч.** И/ у «Подбрось – поймай», «Прокати- не задень», П/и «Мышеловка». **3ч.** «Угадай кто кричит»
	IV неделя	Упражнять детей в беге на выносливость, в ходьбе и беге между предметами , в прыжках на одной ноге	**1 ч.** Ходьба в колонне по одному и бег в умеренном темпе до 1 мин., руки в полусогнутом состоянии, переход на ходьбу между предметами **2ч.** И/у «На одной ножке вдоль дорожке», «Брось через веревочку», П/И Самолеты **3ч.** Игра малой подвижности
	V неделя	Упражнять в ходьбе и беге широким и мелким шагом, повторить упражнения с мячом	**1 ч.** Ходьба в колонне по одному, медленный и быстрый бег **2ч.** И/у «Перепрыгни через ручеек» «Бег по дорожке», «Ловкие ребята» (упр. с мячом бросание вверх и отбивание о землю), П\И: «Веселые ребята». **3ч.** Спокойная ходьба дыхательные упражнения

А П Р Е Л Ь	I неделя	Упражнять детей в беге и ходьбе; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	**1ч.** Ходьба в колонне по одному (дистанция 10м), переход на бег **2ч.** И/у «Канатоходец». «Удочка» — игровое упражнение с прыжками. Эстафета с мячом «Быстро передай». **3ч.**Игра малой подвижности «Угадай по голосу».
	II неделя	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом	**1 ч.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, бег в умеренном темпе продолжительностью до 1,5 минуты, ходьба врассыпную между предметами. **2ч.** И/у «Пройди —не задень», «Догони обруч», Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка». **3ч.** Игра малой подвижности «Кто ушел?».
	III неделя	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	**1 ч**. Построение в колонну, ходьба и бег между предметами. Построение в 2—3 шеренги, пробегание отрезков (дистанция 20 м), на скорость. Повторить 2—3 раза. **2ч.** И/у «Сбей кеглю», «Пробеги —не задень», **3ч**. Ходьба в колонне по одному.
	IV неделя	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	**1 ч.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, бег в умеренном темпе продолжительностью до 1,5 минуты, ходьба врассыпную между предметами. **2ч.** И/у «Пройди —не задень». «Догони обруч». «Перебрось и поймай». Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка». **3ч**. Игра малой подвижности «Кто ушел?».
М А Й	I неделя	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	**1 ч.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба, высоко поднимая бедро, бег в среднем темпе продолжительностью до 1 минуты. **2ч.** И/у «Проведи мяч», «Отбей волан», П/И «Гуси- лебеди» **3ч.**Ходьба в колонне по одному.
	III неделя	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	**1 ч** Построение в колонну по одному, ходьба, переход на бег в умеренном темпе до 1,5 минуты; ходьба между предметами. **2ч** И/у ««Прокати — не урони»(с обручами), «Кто быстрее» (прыжки парами на двух ногах) «Забрось в кольцо», П/И «Совушка» **3ч**. Ходьба в колонне по одному.
	IV неделя	Мониторинг	Выявить знания детей, полученные в течение года.
	V неделя	Мониторинг	Выявить знания детей, полученные в течение года.