

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Хабарицкая средняя общеобразовательная школа»
(МБОУ «Хабарицкая СОШ»)

Приложение к ООП ДО
утвержденной
приказом от 17.06.2019 года № 122-од

Рабочая программа
образовательная область «Физическое развитие»
«Физическая культура»
дошкольное образование
5 лет
(срок реализации программы)

Согласовано
Заместитель директора по УВР
Чупрова Чупрова Т.Г.
«17» июня 2019 года

Хабариха

2019

Пояснительная записка

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

Задачи:

- приобретение опыта в двигательной деятельности детей, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Структура программы охватывает 5 возрастных периода:

Группа раннего возраста — 1,5 – 3 года (2 занятия в неделю).

Младшая группа — 3 - 4 года (3 занятия в неделю).

Средняя группа — 4 - 5 лет (3 занятия в неделю).

Старшая группа — 5 - 6 лет (3 занятия в неделю).

Подготовительная группа — 6 - 7 лет (3 занятия в неделю).

Данная программа рассчитана на 5 лет через следующие формы работы:

- три занятия в неделю: 2 занятия в зале, 1 занятие на прогулке.
- самостоятельная игровая и практическая деятельность вне занятий;
- развлечения, вечера досуга, праздники с детьми и взрослыми.

Тематический план

Раздел	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Основные движения	68	93	79	71	83
Лыжная подготовка	-	2	8	9	8
Подвижные игры	-	7	15	22	11
Итого:	68	102	102	102	102

Целевые ориентиры освоения программы обозначены в ООП дошкольного образования МБОУ «Хабаричская СОШ». http://habsosch.ucoz.ru/index/ooop_do/0-338

Подготовительная группа

Разделы	Тема НОД	Задачи НОД	Корректировка
Лыжная подготовка	Техника выполнения ходьбы на лыжах (скольжение)	На улице –спортивные упражнения: Закрепить ходьбу на лыжах скользящим шагом. «Воротики» - сильнее сгибаем ноги. Формировать навыки поворота, переступая вокруг пяток лыж.	
	Техника выполнения ходьбы на лыжах (отталкивание)	На улице –спортивные упражнения: Совершенствовать ходьбу на лыжах - отталкиваться поочередно то правой, то левой ногой, наклоня туловище вперёд. Формировать навыки поворота - переступанием вокруг пяток лыж.	
	Техника выполнения поворотов на месте вокруг носков	на улице –спортивные упражнения: На лыжах - переступание вправо, влево - приседания - повороты в обе стороны на месте вокруг носков	
	Техника выполнения поворотов на месте вокруг пяток	На улице –спортивные упражнения: Закрепить повороты на лыжах « Кто первый повернётся» – поворот вокруг себя - игра «У кого меньше шагов» (д-10м)– меньшее количество длинных накатистых шагов.	
	Техника выполнения поворотов «веер»	на улице –спортивные упражнения: На лыжах: - повороты – «веер» - приставные шаги вправо, влево - ходьба по лыжне «змейкой»	
	Техника выполнения спуска со склонов	На улице –спортивные упражнения: Совершенствовать подъём на горку «лесенкой» - лыжи - ставить на ребро; - спуск с горки - низкая стойка.	
	Совершенствование техники ходьбы на лыжах	(на улице) спортивные упражнения: Совершенствовать ходьбу на одной лыже, отталкиваясь свободной ногой. Развивать ориентировку, координацию движений.	
	Совершенствование техники выполнения спуска со склонов	на улице – спортивные упражнения: Совершенствовать правильную позу при спуске с горки на лыжах.	
Основные движения	Бег с преодолением препятствий	Упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	
	Техника выполнения прыжка на одной ноге	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.	
Совершенствование техники выполнения прыжка на одной ноге		Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	
Бег в колонне по одному		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.	
Бег с соблюдением дистанции		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.	
Техника выполнения прыжка между предметами		Упражнять детей в прыжках между предметами, в переброске мяча стоя в шеренгах, в ползании - «крокодил».	
Игры с мячом:		Спортивные игры с мячом: - пас ногой, стоя на месте - вести мяч между предметами - забей мяч в ворота	
Ползание по гимнастической скамейке.		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 ползание по гимнастической скамейке.	
Техника выполнения бросания мяча одной рукой		Упражнять детей в бросании мяча правой и левой рукой; ползанье по гимнастической скамье на ладонях и ступнях; ходьба по гимнастической скамье, поворот на середине.	
Техника выполнения прыжка в длину с разбега		На улице – спортивные упражнения: прыжки в длину с разбега; - прыжки на месте с поворотом кругом; - прыжки, стоя на скамейке, продвигаясь вперед	
Ползание по гимнастической скамейке.		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.	
Упражнения с мячом		Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении	

		с мячом.	
Техника выполнения бросания мяча из-за головы		Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком, перешагивании через набивные мячи; прыжках на 2 ногах через мячи; переброска мячей друг другу из-за головы.	
Упражнения на изменение направления движения по сигналу		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.	
Прыжки с высоты (40 см)		Прыжки с высоты (в- 40 см) приземлении на полусогнутые ноги; отбивании мяча одной рукой; лазании в обруч прямо, боком, на четвереньках, не касаясь пола.	
Техника выполнения езды на велосипеде		Спортивные упражнения – велосипед: - ездить по прямой; - по кругу - змейкой; - правила дорожного движения	
Упражнения с мячом		Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	
Техника ведения мяча между предметами		Ходьба по рейке гимнастической скамейки, ползание на четвереньках, подталкивая вперед головой мяч (3 – 4 м); ведение мяча между предметами.	
Спортивные упражнения с санками		Спортивные упражнения – санки - попрыгунчики около санок - санный поезд - эстафета с санками	
Ходьба со сменой темпа движения		Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге в рассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	
Совершенствование техники выполнения прыжка между предметами		Закрепляем прыжки между предметами; ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	
Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине		Закрепляем прыжки между предметами; ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	
Техника выполнения		Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому	

ходьба по канату	шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	
Техника выполнения прыжка на одной ноге с продвижением вперед	Прыжки на правой и левой ноге, с продвижением вперед; ходьба по канату боком приставным шагом; броски мяча в корзину (баскетбол).	
Спортивные игры на улице	На улице – спортивные игры: Упражнять в передаче шайбы - загоны в ворота - сбей кеглю	
Техника выполнения прыжка через скакалку	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжки через короткую скалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	
Техника выполнения бросания мяча	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжки через короткую скалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	
Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжки через короткую скалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	
Техника ведения мяча с продвижением вперед	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	
Техника выполнения ходьбы и бега между предметами	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	
Совершенствование техники ведения мяча с продвижением вперед	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	
Лазание по гимнастической стене	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить лазание на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках на равновесие.	
Техника выполнения забрасывания мяча в корзину	Повторить лазание на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой и спуск вниз; ходьба на носках по уменьшенной площади опоры (ш 25 – 20	

	двумя руками от груди	см); забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.	
	Техника сохранения равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокром приставным шагом, с перешагиванием)	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокром приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	
	Совершенствование техники сохранения равновесия при ходьбе в усложненной ситуации)	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокром приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	
	Техника выполнения ползания под шнур (50 см)	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокром приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	
	Совершенствование техники выполнения ползания под шнур (50 см)	Прыжки между предметами (на двух ногах, на правой и левой поочередно); прокатывание мяча между предметами, подталкивая двумя руками; ползание под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края шнура(в-50 см).	
	Техника выполнения ходьбы с изменением темпа движения	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, ходьба по рейке скамейки; повторить упражнения в ползании на животе и эстафету с мячом.	
	Совершенствование техники выполнения ходьбы с изменением темпа движения	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, ходьба по рейке скамейки; повторить упражнения в ползании на животе и эстафету с мячом.	
	Техника выполнения ходьбы по рейке скамейки	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, ходьба по рейке скамейки; повторить упражнения в ползании на животе и эстафету с мячом.	
	Ползание по скамейке «по-медвежьему»	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьему»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	
	Лазание по	Лазание по гимнастической стенке с	

	гимнастической стенке	переходом на другой пролёт; ходьба с перешагиванием через мячи, поднимая высоко колени; прыжки через короткую скакалку.	
	Техника выполнения ходьбы врассыпную с остановкой по сигналу	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьба врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	
	Техника выполнения прыжка из обруча в обруч	Ходьба по гимнастической скамейке – хлопки на каждый шаг; прыжки из обруча в обруч; прокатывание мяча между предметами.	
	Техника выполнения прыжка в длину с места	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	
	Техника выполнения бросания мяча о стенку и ловли после отскока	Прыжки в длину с места; бросание мяча о стенку и ловить после отскока (поворот кругом) о пол; ползание по скамейке с мешочком на спине.	
	Техника выполнения ходьбы и бега с дополнительным заданием	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	
	Техника выполнения ходьбы на носках между предметами (0,5 м)	Переброска мячей друг другу (расстояние 3 м) в две шеренги; ползание на четвереньках с лазанием под шнур (в - 50 см); ходьба на носках между предметами 0,5 м руки на поясе.	
	Техника выполнения ходьбы по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания	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.	
	Хоккеисты	На улице: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, прыжками.	
	Техника выполнения прыжка с подскоком	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).	
	Совершенствование техники	Прыжки между предметами на правой и левой ноге, энергичный взмах рук; ползание	

выполнения прыжка с подскоком	на ладонях и коленях между предметами; переброска мяча друг другу в парах (баскетбольный вариант)	
Техника выполнения метания мешочка в	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; равновесие при ходьбе на повышенной опоре с выполнением задания.	
Лазание по гимнастической стенке	Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт; ходьба по гимнастической скамье, перешагивая через мячи; метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	
Упражнения на равновесие и прыжки	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжках.	
Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	Лазание на гимнастическую стенку с переходом на другой пролёт; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе; эстафета с мячом «передал – садись».	
Спортивные упражнения - санки	Спортивные упражнения – санки: - «Гонки санок» - ребёнок катиться лёжа на животе, отталкиваясь руками - сесть на конец санок спиной вперёд, отталкиваясь ногами назад, продвигаться вперёд	
Ходьба и бег между предметами	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	
Техника выполнения ходьбы по гимнастической скамейке с мячом	Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной; прыжки на правой-2 и на левой -2 ноге до линии финиша; передача мяча прямыми руками следующему игроку, стоя на коленях, сидя на пятках.	
Спортивные игры с шайбой	Спортивные игры с шайбой: - Пас точно на клюшку - Проведи и не задень - загни шайбу	
Техника выполнения ходьбы в колонне по одному	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге в рассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	
Техника выполнения	Прыжки через шнуры (д – 3м); переброска мяча (способ по выбору детей); ползание	

прыжка через шнуры	«по – медвежьи» по гимнастической скамейке.	
Техника выполнения метания мешочков	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	
Совершенствование техники выполнения метания мешочков	Метание мешочков в горизонтальную цель; ползание по скамейке с мешочком на спине. Ходьба между предметами (р – 40 см) «змейкой» с мешочком на голове.	
Игры с мячом	Спортивные игры с мячом: - пас ногой, стоя на месте - вести мяч между предметами	
Лазанье по гимнастической стене	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	
Техника выполнения ходьбы по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове	Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; прыжки через скакалку на месте, с продвижением вперед; перебрасывание мяча в парах.	
Совершенствование техники выполнения прыжка в длину с места	Повторить упражнения с бегом, в прыжках, с мячом.	
Упражнения на равновесия	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	
Игры с мячом	Спортивные игры с мячом: - пас ногой, стоя на месте - вести мяч между предметами	
Техника выполнения прыжка в длину с разбега	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	
Игровые упражнения с мячом	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	
Техника выполнения метания мешочков на дальность	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	
Техника выполнения прыжка с мячом	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	

Совершенствование техники выполнения прыжка с мячом	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	
Техника выполнения прыжка с продвижением вперед на одной ноге	Повторить упражнения 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.	
Техника выполнения ходьбы по гимнастической скамейке	Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу; броски мяча вверх одной рукой и ловля двумя, не прижимая мяч к груди; прыжки на двух ногах между предметами – шеренгами.	
Спортивные игры с воляном	На улице -спортивные игры: 1. Упражнять в удерживании волана на ракетке при ходьбе. 2.«Поймай волан» - отрабатывать подачу волана партнёру, не давая ему упасть на своей половине.	
Совершенствование техники выполнения прыжка в длину с места	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом	
Техника выполнения метания мешочков в вертикальную цель	Прыжок в длину с разбега – приземление на полусогнутые ноги; метание мешочков в вертикальную цель; ходьба между предметами с мешочком на голове.	
Техника выполнения ходьбы между предметами с мешочком на голове	Прыжок в длину с разбега – приземление на полусогнутые ноги; метание мешочков в вертикальную цель; ходьба между предметами с мешочком на голове	
Техника выполнения ходьбы и бега с выполнением заданий по сигналу	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, прыжках.	
Техника выполнения ходьбы с перешагиванием через предметы, боком, приставным шагом	Прыжки в длину с разбега; ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове; ползание по гимнастической скамейке, с захватом рук.	

Подвижные игры	Светофор	<p>Сюжетно-игровое: «Красный, жёлтый, зелёный»</p> <ul style="list-style-type: none"> - дорожные знаки - собери светофор - светофор - флажки - скачки на лошадях - самый быстрый - цвет - перевозка пассажиров - «Это я, все мои друзья» 	
	Ловкие ребята	<p>На улице -</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.«Ловкие ребята» - бросаем мяч вверх и подхватываем его. 2.«Пингвины» - прыжки на двух ногах по кругу - мешочек между колен. 3.«Догони свою пару» - бег (дистанция 15-20 м), запятнать игрока первой шеренги. 	
	Осенние игры	<p>Сюжетно - игровое «В гости к осени»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перепрыгни лужи - собери урожай - поймай морковку - « У кого такой же листик» - выкопай картошку - игра «Цапля» - эстафета «Зайцы» - рыбаки и рыбки 	
	Осенние игры	<p>Сюжетно - игровое«В гости к осени»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перепрыгни лужи - собери урожай - поймай морковку - « У кого такой же листик» - выкопай картошку - игра «Цапля» - эстафета «Зайцы» - рыбаки и рыбки 	
	«Зимние забавы»	<p>Сюжетно-игровое«Зимние забавы»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Скок – подскок - Попляши и покружись - Устоять на санках на одной ноге - Перелезь через крепость - Осада крепости снежки - Гонки на санках с палками - Ледяные кружева - «Мороз - Красный нос» 	
	«Приключения на море»:	<p>Сюжетно-игровое «Приключения на море»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проверим люки - посмотрим в трюмы - вымоем палубу - морская звезда - «Осьминожки» - «Дельфины» - «Каракатица» - «Сигнальщик» - морская змея 	

		<ul style="list-style-type: none"> - рыба - шар 	
	Играем в сказку	<p>Сюжетно-игровое «Играем в сказку»:</p> <p>Эстафеты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перенеси яйцо - «Маша и медведь» - «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка» - «Три медведя» - «Снегурочка» - «Гуси – лебеди» - «Полёт на метле» - «Бабка Ёжка» - найди сказку 	
	Космическое путешествие	<p>Сюжетно-игровое «Космическое путешествие»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - собери и назови созвездие - команды - построй ракету - «Невесомость» - эстафета - «Собери космический мусор» - команды - полоса препятствий - луноход - разложить планеты на расстоянии от солнца 	
	Юный пожарный	<p>Сюжетно-игровое «Юный пожарный»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - назвать пожароопасные предметы - что нужно пожарному - разборка брандспойтов (команды) - потуши пожар в лесу - задымленный коридор - спасти живых - огненный Дракон - огонь и вода - «Хорошо – плохо» - свойства огня 	
	Мы защитники	<p>Сюжетно - игровое «День Победы»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мозаика – собрать флаг, военную технику - переправа – стульчики - пройди по окопу – с мячом в тоннель - патроны на передовую - донесение - эстафета - минёры - марш – бросок - вынести раненого с поля боя - сигнальщики 	
	Веселая прогулка	<p>На улице:</p> <p>«Кто быстрее?»</p> <p>«Пас ногой»</p> <p>«Кто выше прыгнет?»</p>	

Старшая группа

Разделы	Тема НОД	Задачи НОД	Корректировка
Лыжная подготовка	Техника выполнения поворотов переступанием вокруг пяток	на улице – спортивные упражнения – лыжи: -Закрепить ходьбу скользящим шагом. - Формировать навыки поворота, переступанием вокруг пяток – пройти в «Воротики», сильнее сгибая ноги	
	Техника ходьбы на лыжах (скольжение)	На улице - спортивные упражнения Ходьба на лыжах: скользить на согнутых ногах, отталкиваясь поочередно то левой, то правой ногой, сохраняя равновесие.	
	Техника ходьбы на лыжах (отталкивание)	На улице – спортивные упражнения: Совершенствовать ходьбу на лыжах - отталкиваться поочередно то правой, то левой ногой, наклоняя туловище вперёд. Формировать навыки поворота - переступанием вокруг пяток лыж.	
	Техника ходьбы на лыжах (ступающим шагом)	На улице – спортивные упражнения: Ходьба на лыжах широко, свободно размахивая руками вперёд и назад, сочетая движения рук с ритмом шагов: - ступающим шагом - скользящим шагом	
	Техника выполнения поворотов на месте	На улице – спортивные упражнения: На лыжах- переступание вправо, влево - приседания - повороты в обе стороны на месте	
	Техника выполнения поворотов «всер»	На улице – спортивные упражнения на лыжах: - повороты – «всер» - приставные шаги вправо, влево - ходьба по лыжне «змейкой»	
	Техника ходьбы на лыжах (скользящим шагом)	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой	
	Совершенствование ходьбы на одной лыже, отталкиваясь свободной ногой	На улице спортивные упражнения: Совершенствовать ходьбу на одной лыже, отталкиваясь свободной ногой. Развивать ориентировку, координацию движений.	
	Спуски со склонов	На улице – спортивные упражнения: Совершенствовать правильную позу при спуске с горки на лыжах. Воспитывать выдержку, настойчивость, смелость	
Основные движения	Техника выполнения бега и ходьбы колонной по одному	-Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; - Упражнять в беге враспынную; - Упражнять в прыжках с	

		продвижением вперёд и перебрасывании мяча.	
Техника выполнения ходьбы и бега между предметами		Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту; ловкость в бросках мяча вверх.	
Техника выполнения прыжка в высоту с места		Прыжки в высоту с места; броски мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши; ползание на четвереньках между предметами	
Игры с мячом		Спортивные игры с мячом: - пас ногой, стоя на месте - вести мяч между предметами - забей мяч в ворота	
Ползание по гимнастической скамейке		Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, в подбрасывании мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	
Техника выполнения перебрасывания мяча двумя руками из-за головы		Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах; ползание по гимнастической скамейке; равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом.	
Ходьба по гимнастической скамье		Упражнять в беге (1 мин); приставными шагами по гимнастической скамье, в прыжках; перебрасывании мяча.	
Техника ведения мяча		Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой, упражнять в прыжках.	
Техника выполнения прыжка с высоты		Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	
Техника выполнения прыжка со скамейки		Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; перебрасывание мяча от груди (2,5 м); ползание на четвереньках с переползанием через скамейку.	
Велосипедисты		Игровые упражнения – велосипед: - ездить по прямой - по кругу	

		- змейкой - правила дорожного движения	
Техника выполнения метания в цель		Повторить ходьбу с изучением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	
Совершенствование техники выполнения метания в цель		Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (2,5 м); ползание на четвереньках «змейкой»; ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом.	
Лазание в обруч		Упражнять в ходьбе парами, равновесии и прыжках; повторение – лазание в обруч.	
Техника выполнения прыжка с преодолением препятствий		Ползание на четвереньках, с преодолением препятствий; равновесие – ходьба по гимнастической скамейке; прыжки на препятствие (в – 20 см).	
Спортивные упражнения «Ледяная дорожка»		Спортивные упражнения «Ледяная дорожка»: - скользить по ледяной дорожке - двое держат за верёвку ребёнка – он скользит по дорожке стоя или присев - Кто дальше?	
Техника выполнения перебрасывания мячей в шеренгах		Повторение – ходьба с высоким подниманием колен; упражнение в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	
Ходьба по гимнастической скамье		Равновесие – ходьба по гимнастической скамье, перекладывание мяча с одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг; прыжки на правой и левой ноге на счет 1-2 (2 м); перебрасывание мячей из-за головы (3 метра)	
Техника ведения мяча между предметами		Упражнять в ходьбе с изменением направления движений, беге между предметами, ползании по гимнастической скамье; ведение мяча между предметами; повторить прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед.	
Техника выполнения прыжка на правой и левой ноге попеременно		Прыжки на правой и левой ноге попеременно (4 м); ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой;	

		ведение мяча в ходьбе	
Бег между предметами		Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторение упражнений с мячом.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах между предметами		- Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи (расстояние между мячами 2-3 шага); - Прыжки на двух ногах между предметами - Передача мяча двумя руками от груди.	
Техника выполнения перебрасывания мяча в шеренгах		Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	
Ходьба с выполнением действий по сигналу		Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках, подлезание под шнур боком.	
Ходьба между предметами на носках, руки за головой		Подлезание под шнур прямо и боком; прыжки на правой и левой ноге попеременно; ходьба между предметами на носках, руки за головой.	
Ходьба по наклонной доске		Упражнять в умении сохранять правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах между предметами		Ходьба по наклонной доске, прямо, руки в сторону, переход на скамейку; прыжки на двух ногах между предметами (4 м); переброска мячей произвольным способом	
Техника выполнения броска мяча вверх и ловля двумя руками		Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки со сменой направления; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге вперед; в ползании между предметами; броски мяча вверх и ловля двумя руками.	
Техника выполнения прыжка попеременно на правой и левой ноге		Прыжки попеременно на правой и левой ноге (5 м); ползание на четвереньках, толкая мяч головой (3м); прокатывание набивного мяча.	
Ходьба по гимнастической скамье с мешочками на голове.		Ходьба и бег в рассыпную; перебрасывание мяча (2,5 м); ползание по гимнастической скамье на животе; равновесие – ходьба по гимнастической	

		скамье с мешочками на голове.	
Перебрасывание мяча снизу и ловля его с хлопком		Перебрасывание мяча снизу и ловля его с хлопком; ползание по гимнастической скамье на четвереньках с мешочком на спине; равновесие – ходьба по гимнастической скамье боком приставным шагом с мешочком на голове.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах между предметами		Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную; в лазании на гимнастической стене не пропуская реек; прыжки на двух ногах между предметами (40 см).	
Лазание по гимнастической стене		Лазание до верха гимнастической стенки разноименным способом; ходьба по скамье с мешком на голове приставным шагом; прыжки между кеглями с мешочком	
Совершенствование техники прыжков в длину с места		Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках прокатывании мяча головой.	
Техника перебрасывания мячей друг другу, двумя руками снизу		Прыжки в длину с места (50см); переползание через предметы и подлезание под дугу в группировке; перебрасывание мячей друг другу, двумя руками снизу.	
Совершенствование техники перебрасывания мяча друг другу		Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание на равновесие.	
Техника ходьбы с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове		Перебрасывание мячей (диаметр 10-12см) друг другу и ловля их после отскока о пол; пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола; ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове.	
Техника выполнения прыжков через бруски		Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; бег до 1 мин; ходьба по гимнастической скамье (ш – 20, в – 30) руки в стороны; прыжки через бруски 9в – 10 см); бросание мячей в корзину из-за головы.	
Техника метания в вертикальную цель		Упражнять в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель (2,5 м); лазание под палку и перешагивание через неё (в – 40 см)	
Совершенствование техники метания в вертикальную цель		Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой (3 м); ползание по гимнастической скамье с мешочком на спине; ходьба на носках	

		между предметами, прыжки на двух ногах через шнуры	
Совершенствование техники ходьбы на повышенной опоре		Упражнять в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в ходьбе на повышенной опоре; задания в прыжках и с мячом.	
Техника выполнения бросания мяча вверх и ловля его одной рукой.		Лазание на гимнастическую стенку одноименным способом; ходьба по гимнастической скамье руки за головой; прыжки с ноги на ногу между предметами; бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.	
Совершенствование техники ходьбы колонной по одному с поворотом в другую сторону по сигналу		Упражнять в ходьбе колонной по одному, с повтором в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату боком с мешочком на голове; прыжки; перебрасывание мяча.	
Техника ходьбы по канату		Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове; прыжки через предмет на двух ногах; переброска мяча и ловля его с хлопком в ладоши (отскок от пола)	
Техника выполнения прыжка в высоту с разбега		Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и вращательную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	
Совершенствование техники выполнения прыжка в высоту с разбега		Прыжки в высоту с разбега (в – 30см); метание мешочков в вертикальную цель; ползание на четвереньках по прямой (5м).	
Техника ходьбы со сменой темпа движения		Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии, в прыжках.	
Ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьему»		Ползание по гимнастической скамье «по-медвежьему»; ходьба по скамье, на середине повернуться кругом; прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.	
Техника ходьбы по повышенной опоре;		Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках и метании.	
Техника ходьбы по гимнастической скамье с передачей мяча		Ходьба по гимнастической скамье с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; прыжки на двух ногах (2 м) и перепрыгивание через предмет и т. д.; броски малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя.	

Техника выполнения прокатыванием мяча;	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками	
Техника ходьбы с перестроением в колонну по два	Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два; лазанье под шнуром боком; метания в горизонтальную цель (3 м); равновесие – ходьба на носках между предметами	
Прыжки с короткой скакалкой	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	
Техника выполнения прыжка с мячом	Упражнять в длительном беге, развивая выносливость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом	
Совершенствование техники выполнения прыжка с мячом	Упражнять в длительном беге, развивая выносливость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом	
Техника ходьбы и бега колонной по одному с остановкой по команде	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальной цели, развитие ловкости и глазомера; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	
Совершенствование техники ходьбы и бега колонной по одному с остановкой по команде	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальной цели, развитие ловкости и глазомера; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия	
Упражнения в равновесии и с обручем	Упражнять в ходьбе и беге между предметами по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем	
Техника выполнения броска мяча об пол и ловля его двумя руками	Броски мяча об пол и ловля его 2 – мя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2 – мя руками; лазанье в обруч прямо и боком в парах: один держит, другой выполняет задание; ходьба по скамейке с мешочком на голове.	
Совершенствование техники выполнения броска мяча об пол и ловля его двумя руками	Броски мяча об пол и ловля его 2 – мя руками; броски мяча вверх одной рукой и ловля его 2 – мя руками; лазанье в обруч прямо и боком в парах: один держит, другой выполняет задание; ходьба по скамейке с мешочком на голове.	
Техника выполнения прыжка через короткую скакалку.	Упражнять к ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках через короткую	

		скакалку.	
	Совершенствование техники выполнения прыжка через короткую скакалку.	Упражнять к ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках через короткую скакалку.	
	Бег на скорость	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	
	Бег и ходьба с поворотом	Упражнять в беге и ходьбе с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить прыжки на двух ногах, с мячом – бросание о стену одной рукой и ловля двумя (2 м)	
	Техника выполнения прыжка попеременно на правой и левой ноге продвигаясь вперед	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть; прыжки попеременно на правой и левой ноге продвигаясь вперед (5 м).	
	Техника выполнения прыжка в длину с разбега	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча от груди.	
	Совершенствование техники выполнения прыжка в длину с разбега	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча от груди.	
	Техника забрасывания мяча в корзину (1 м)	Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в корзину (1 м); лазание под дугу.	
	Совершенствование техники забрасывания мяча в корзину (1 м)	Прыжки в длину с разбега; забрасывание мяча в корзину (1 м); лазание под дугу.	
	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	

	Техника ходьбы с перешагиванием через бруски	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь 2 – мя руками; ходьба с перешагиванием через бруски; прыжки на правой и левой ноге попеременно.	
Подвижные игры	Подвижные игры «Светофор»	Сюжетно-игровое: «Красный, жёлтый, зелёный» - весёлые знаки - собери светофор - светофор - флажки - скачки на лошадях - самый быстрый - цвет - перевозка пассажиров - «Это я, все мои друзья»	
	Подвижные игры «Веселая прогулка»	На улице - «Пингины» - прыжки на двух ногах по кругу - мешочек между колен. «Не промахнись» - бросаем мешочки в обруч. «По мостику» - пройти по дорожке на носках	
	Подвижные игры «Веселая прогулка»	На улице – спортивные упражнения: - прыжки в длину с разбега - прыжки на месте с поворотом кругом - прыжки, стоя на скамейке, продвигаясь вперед	
	Подвижные игры «Осенние игры»	Сюжетно-игровое «В гости к осени»: - перепрыгни лужи - собери урожай - поймай морковку - «У кого такой же листик» - выкопай картошку - игра «Цапля» - эстафета «Зайцы» - «Бабочки, лягушки цапли».	
	Игровые упражнения на санках	Игровые упражнения – санки - попрыгунчики около санок - санный поезд - эстафеты с санками	
	Спортивные игры с шайбой	На улице – спортивные игры: Упражнять в передаче шайбы - загощи в ворота - сбей кеглю	
	Спортивные игры – «Забей шайбу в ворота»	На улице – спортивные игры: - Прыжки на одной ноге с продвижением вперед, толкая перед собой шайбу - Упражнять в передаче шайбы	
	Подвижные игры «Зимние забавы»	Сюжетно-игровое «Зимние забавы» - Скок – подскок - Попляши и покружись - Устоять на санках на одной ноге	

		<ul style="list-style-type: none"> - Перелезь через крепость - Осада крепости снежки - Гонки на санках с палками - Ледяные кружева 	
	Подвижные игры «Приключения на море»	Сюжетно-игровое «Приключения на море» - Проверим люки <ul style="list-style-type: none"> - посмотрим в трюмы - вымоем палубу - морская звезда - «Осьминожки» - «Дельфины» - «Каракатица» - морская змея - рыба – шар - «Сигнальщик» - «Рыбаки и рыбки» 	
	Подвижные игры на санках	На улице - игровые упражнения – санки: <ul style="list-style-type: none"> - «Гонки санок» ребёнок катиться лёжа на животе, отталкиваясь руками- сесть на конец санок спиной вперёд, отталкиваясь ногами назад, продвигаться вперёд 	
	Подвижные игры «Хоккеисты»	Спортивные игры с шайбой: <ul style="list-style-type: none"> - Пас точно на клюшку - Проведи и не задень - Загони шайбу 	
	Подвижные игры с мячом	Спортивные игры с мячом: <ul style="list-style-type: none"> - пас ногой, стоя на месте - вести мяч между предметами 	
	Подвижные игры «Играем сказку»	Сюжетно-игровое «Играем сказку»: Эстафеты: <ul style="list-style-type: none"> - «Маша и медведь» - «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка» - «Три медведя» - «Снегурочка» - «Гуси – лебеди» - найди сказку 	
	Подвижные игры с мячом	Спортивные игры с мячом: - пас ногой, стоя на месте <ul style="list-style-type: none"> - вести мяч между предметами 	
	Подвижные игры «Космическое путешествие»	Сюжетно-игровое «Космическое путешествие»: <ul style="list-style-type: none"> - собери и назови созвездие - построй ракету - «Невесомость»-эстафета - «Собери космический мусор» - команды - полоса препятствий - луноходы – разложить планеты на расстоянии от солнца 	

Подвижные игры «Юный пожарный»	Сюжетно - игровое «Юный пожарный»: - назвать пожароопасные предметы - что нужно пожарному - разборка брандспойтов (команды) - потуши пожар в лесу - задымленный коридор - спасти живых - огненный Дракон - огонь и вода - «Хорошо – плохо» - свойства огня	
Подвижные игры с мячом	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками, бегом.	
Подвижные игры «Ловкие ребята»	На улице: «Кто быстрее?» - бег. «Ловкие ребята» - прыжки из обруча в обруч (в шахматном порядке) «Мышеловка»	
Подвижные игры «Наши защитники»	Сюжетно - игровое «День Победы»: - мозаика – собрать флаг, военную технику - переправа – стульчики - пройди по окопу – с мячом в тоннель - патроны на передовую - донесение – эстафета - минёры - марш – бросок – эстафета - вынести раненого с поля боя - сигнальщики	
Подвижные игры с воланом	На улице - спортивные игры: Упражнять в удерживании волана на ракетке при ходьбе. - «Поймай волан» - отрабатывать подачу волана партнёру, не давая ему упасть на своей половине.	
Подвижные игры (волан, ракетка)	На улице спортивные игры – волан, ракетка - Подбрасывание волана вверх и ловля его. - Послать волан как можно дальше (один ребёнок подаёт волан, а другой - отбивает его ракеткой).	
Подвижные игры с мячом	На улице: «Мяч водящему» Эстафета с мячом – «Передача мяча в колонне» «Не оставайся на полу»	

Средняя группа

Разделы	Тема НОД	Содержание НОД	Корректировка
Лыжная подготовка	Техника ходьбы на лыжах по лыжне	На улице - спортивные упражнения: Ходьба на лыжах по лыжне, сохраняя равновесие.	
	Техника ходьбы на лыжах (скольжение)	На улице – спортивные упражнения: Совершенствовать ходьбу на лыжах – по прямой	
	Совершенствование техники ходьбы на лыжах (скольжение)	на улице - спортивные упражнения: - ходьбу на лыжах скользящим шагом. - Формировать навыки поворота - переступание на месте	
	Техника ходьбы на лыжах широко, размахивая руками	Спортивные упражнения: Ходьба на лыжах широко, свободно размахивая руками вперёд и назад, скользящим шагом.	
	Техника поворотов вокруг себя (переступание)	Спортивные упражнения лыжи: Закрепить повороты на лыжах – поворот вокруг себя - переступанием	
	Техника выполнения приставных шагов на лыжах	на улице – спортивные упражнения на лыжах: - приставные шаги вправо, влево - ходьба по лыжне	
	Техника выполнения подъемов ступающим шагом	на улице – спортивные упражнения - лыжи: Совершенствовать подъём на склон прямо ступающим шагом.	
	Техника выполнения спуска с горки	На улице – спортивные упражнения: Совершенствовать правильную позу при спуске с горки на лыжах.	
Основные движения	Упражнения с мячом	Учить энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх; упражнять в прокатывании мяча.	
	Прокатывание мячей друг другу	Прыжки на двух ногах вверх до предмета; прокатывание мячей друг другу; ползание на четвереньках по прямой до кубика.	
	Техника лазанья под шнур.	Упражнять в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; упражнять в прокатывание мяча; лазанье под шнур.	
	Техника лазанья под дугу	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; лазанье под дугу; прыжки на двух ногах между предметами.	
	Техника	На улице – спортивные упражнения: -	

выполнения прыжка в длину	подбрасывание и ловля мяча двумя руками - прыжки в длину	
Техника ходьбы на повышенной опоре	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжке вперед	
Перебрасывание мяча через сетку	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	
Техника прыжка из обруча в обруч	Учить находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; в прокатывании мяча друг другу.	
Техника прокатывания мяча между предметами	Прыжки из обруча в обруч; прокатывание мяча между 4 -5 предметами (р – 1м).	
Спортивные упражнения «Велосипедисты»	Спортивные упражнения – велосипед: - ездить по прямой - правила дорожного движения	
Лазание под дугу	Повторение – ходьба по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через предметы; упражнять в прокатывании мяча; лазаний под дугу.	
Лазание под дугу	Лазанье под дугу; прыжки на двух ногах через линии; подбрасывание и ловля мяча.	
Спортивные упражнения «Велосипедисты»	Спортивные упражнения – велосипед: - ездить по прямой и по кругу	
Лазание под дугу	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную; повторение лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия.	
Лазанье под шнур	Лазанье под шнур (в -40 см) с мячом в руках; прокатить мяч по дорожке.	
Спортивные упражнения - скольжение	Спортивные упражнения: Ледяная дорожка: - пройди по ледяной дорожке - скользить по плотно укатанному снегу, с поддержкой за руки старшими детьми	
Ходьба и бег между предметами	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах; закрепление умения удерживать устойчивое равновесие на повышенной опоре.	
Равновесие – по гимнастической скамейке	Равновесие – по гимнастической скамейке с мешком на голове; прыжки на двух ногах через линии; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	

Спортивные упражнения «Ледяная дорожка»	Спортивные упражнения: Ледяная дорожка: - пройди по ледяной дорожке - скользя по ледяной дорожке, с поддержкой за руки старшими детьми.	
Прыжки через шнур	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках через 5 – 6 шнур; в прокатывании мяча.	
Прыжки на двух ногах между предметами	Прыжки на двух ногах между предметами. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу	
Спортивные упражнения «Ледяная дорожка»	Спортивные упражнения: Ледяная дорожка: - скользить по ледяной дорожке, держась за руки взрослого	
Ползание на четвереньках по скамейке	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления; в бросании мяча о землю и ловля его двумя руками, ползание на четвереньках по скамейке.	
Прыжки на двух ногах	Ходьба между двумя линиями (ш – 20см); прыжки на двух ногах до кубика (р -3-4м)	
Ходьба между предметами	Упражнять в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	
Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Ходьба и бег с остановкой по сигналу; ползание на животе по гимнастической скамье, развивая силу и ловкость; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	
Ползание по гимнастической скамье с опорой на ладони и колени	Равновесие – ходьба по гимнастической скамье боком, приставным шагом; ползание по гимнастической скамье с опорой на ладони и колени; прыжки до кубика (3 м).	
Прыжки через препятствие	Развивать внимание при выполнении в ходьбе и беге; равновесие; прыжки через препятствие.	
Прыжки с приземлением	Упражнять в перестроении в пары на месте; прыжки с приземлением; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча.	
Ходьба по шнуру	Равновесие – ходьба по шнуру, по окружности; прыжки через предметы; прокатывание мяча между предметами, подталкивая двумя руками.	
Прыжки со скамейки	Прыжки со скамейки (в – 25см); бег (ш – 20см); прокатывание мячей между предметами.	
Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	Ходьба в колонне по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг друга; ползание на четвереньках. Перебрасывание мяча друг другу (2 м) – двумя руками из – за головы; ползание на	

		четвереньках «по медвежьи»; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	
Ползание на животе по скамейке		Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; равновесие.	
Прыжки из обруча в обруч		Ползание и ходьба по гимнастической скамейке; прыжки из обруча в обруч.	
Техника выполнения поворотов на месте		на улице – спортивные упражнения на лыжах: - повороты на месте направо, налево - приседания	
Прыжки		Упражнять в ходьбе и беге между предметами; повторить прыжки; ходьба по уменьшенной площади опоры.	
Ходьба по канату:		Ходьба по канату: носки на канате, пятки на полу; прыжки на двух ногах, перепрыгивая через канат справа и слева; подбрасывание мяча вверх – ловить двумя руками.	
Перебрасывание мяча друг другу		Упражнять в ходьбе со сменой ведущего; прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	
Отбивание малого мяча одной рукой о пол		Отбивание малого мяча одной рукой о пол; прыжки на двух ногах – ноги вместе, прыжок - ноги врозь; ходьба на носках между предметами.	
Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках		Повторить ходьбу и бег между предметами; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	
Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках		Прокатывание мячей друг другу в парах; ползание в прямом направлении на четвереньках; прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперёд.	
Ходьба и бег между предметами		Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; повторить задания в прыжках.	
Метание снежков в цель		Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	
Прыжки из обруча в обруч		Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, в прыжках из обруча в обруч; прокатывание мяча между предметами.	
Техника выполнения прыжка через шнуры		Прыжки через шнуры; прокатывание мяча друг другу стоя на коленях; ходьба на носках в чередовании с обычной ходьбой.	
Ловля мяча двумя руками		Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; ползание на четвереньках.	
Метание мешочков		Метание мешочков в вертикальную цель; ползание по гимнастической скамейке; прыжки – предметы в шахматном порядке.	

Метание снежков	(на улице) спортивные упражнения: - метание снежков на дальность - катание на санках с горки	
Техника выполнения прыжка между предметами.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	
Ходьба по гимнастической скамейке боком	Ползание «по-медвежьей» по гимнастической скамье; равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставными шагами; прыжки на правой и левой ноге	
Спортивные упражнения на санках	Спортивные упражнения – санки - «Гонки санок» - Скатываться с горки - сесть на санки, толкаясь ногами, продвигаться вперед	
Техника выполнения ходьбы и бега с изменением направления	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии, прыжках.	
Техника выполнения прыжка со скакалкой	Равновесие – ходьба и бег по наклонной доске; прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	
Спортивные упражнения на санках	Спортивные упражнения: Парное катание на санках - Подъем с санками на горку -	
Техника выполнения прыжка в длину с места	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; в прыжках в длину с места; в бросании мячей через сетку; ходьба и бег враспынную.	
Техника выполнения прыжка в длину с места	Прыжки в длину с места; перебрасывание мяча через шнур из – за головы двумя руками и ловить после отскока об пол; прокатывание мяча друг другу.	
Прокатывание мяча между предметами	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; с выполнением заданий; повторение прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	
Ходьба по скамейке с мешочком на голове	Прокатывание мячей между предметами; ползание по гимнастической скамье с мешочками на спине; равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове.	
Прокати мяч между предметами	Спортивные упражнения с мячом: - подбрось и поймай - прокати мяч между предметами	
Техника бега по одному в колонне	Упражнять в ходьбе и беге по одному в колонне, враспынную; повторить задания в равновесии и прыжках.	
Ходьба по гимнастической скамейке	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, прыжки через шнуры, метание	

		мешочков в горизонтальную цель.	
	Ходьба попеременно широким и коротким шагом	Упражнять в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	
	Ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с остановкой по сигналу; повторить ползание «по-медвежьи»; упражнение в равновесии и прыжках.	
	Игровые упражнения с мячом	Игровые упражнения с мячом: - прокати и поймай - сбей кегли - перебрось через сетку	
	Техника метания мешочков в горизонтальную цель	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки врассыпную; метание мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	
	Совершенствование техники бега и ходьбы по кругу	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	
	Техника метания вдаль	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер при метании вдаль; повторить ползание на четвереньках.	
	Ходьба и бег с остановкой по сигналу	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	
	Ходьба и бег врассыпную	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии, прыжках.	
	Ходьба по гимнастической скамейке	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; прыжки в длину с места (50см); прокатывание мяча «змейкой».	
	Ходьба и бег между предметами	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	
	Спортивные упражнения «Велосипедисты»	Спортивные упражнения – велосипед - кататься на двухколёсном велосипеде по прямой, по кругу.	
	Техника выполнения прыжка в длину с места	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнении с мячом.	
	Техника выполнения прыжков со скакалкой	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте, перебрасывание мячей из-за головы, метание мешочков вдаль.	
	Спортивные упражнения «Велосипедист	Спортивные упражнения на велосипеде: выполнять повороты направо и налево.	

	ы»		
	Техника ходьбы с высоким подниманием колен	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, беге в рассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	
	Совершенствование техники метания в вертикальную цель	Метание в вертикальную цель; ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; прыжки через короткую скакалку	
	Совершенствование техники ходьбы и бега с выполнением заданий	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	
	Лазанье на гимнастическую стенку	Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее; ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой.	
Подвижные игры	Подвижные игры «Веселые ребята»	Упражнять в ходьбе и беге по одному; в прыжках; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры.	
	Подвижные игры «Светофор»	Сюжетно-игровое: «Красный, жёлтый, зелёный» - назвать виды транспорта - собери светофор - скачки на лошадях - на машине до флажка - летят самолёты - «Воробышки и автомобиль»	
	Подвижные игры «Веселая прогулка»	На улице - «Пингвины» - прыжки на двух ногах по кругу - мешочек между колен. «Не пропусти мяч» - направлять мяч партнёру	
	Игры с мячом	На улице – 1.«Мяч через сетку» метание из-за головы 2.«Прокати обруч» - между шеренгами 4-5 м – по сигналу прокатывают обруч партнёру.	
	Подвижные игры «В гости к осени»	Сюжетно-игровое «В гости к осени»: - перепрыгни лужи - собери урожай - поймай морковку - « У кого такой же листик» - игра «Цапля» - эстафета «Зайцы»Ходьба между двумя линиями (ш – 20см); прыжки на двух ногах до кубика (р -3-4м)	
	Подвижные игры «Зимние забавы»	Сюжетно - игровое «Зимние забавы»: - Скок – подскок - Попляши и покружись - Белые медведи - Снайперы - Парное катание на санках - Пройди на лыжах	

Море - Сюжетно-игровое	Сюжетно-игровое - «Море»: <ul style="list-style-type: none"> - Проверим люки - посмотрим в трюмы - собери морские звезды - поймай рыбку - «Сигнальщик» «Рыбаки и рыбки» 	- вымоем палубу - «Дельфины» -	
Подвижные игры «Путешествие в страну сказок»	Сюжетно-игровое «Путешествие в страну сказок»: <ul style="list-style-type: none"> - поиграй с колобком - вытащи репку поиграй с Машей Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, прыжки через шнуры, метание мешочков в горизонтальную цель. 	- собери яйца - потуши пожар - «Волк и козлята» Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, прыжки через шнуры, метание мешочков в горизонтальную цель.	
Подвижные игры «Космическое путешествие»	Сюжетно-игровое «Космическое путешествие»: <ul style="list-style-type: none"> построй ракету эстафета космический мусор» - команды - полоса препятствий 	- «Невесомость» - - «Собери космический мусор» - команды - Космодром	
Подвижные игры «Юный пожарный»	Сюжетно-игровое «Юный пожарный»: <ul style="list-style-type: none"> - пожароопасные предметы - что нужно пожарному брендспойтов (команды) - потуши пожар в лесу задымленный коридор плохо» - свойства огня 	- разборка - «Хорошо – плохо» - свойства огня	
Техника выполнения прыжка с места	Упражнять в ходьбе парами, в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади опоры; прыжки с места Сюжетно - игровое «День Победы»: <ul style="list-style-type: none"> - мозаика – собрать военную технику - переправа – на мячах - еду на машине марш – бросок 	- напоить лошадь - донесение – на лыжах - сигнальщики	
Подвижные игры с мячом	На улице: «Не урони» - отбивание мяча одной рукой и ловля 2 -мя.руками «Не задень» - прыжки на 2 ногах между предметами. «Бегом по дорожке» - между шнурами.		
Подвижные игры «Веселая прогулка»	На улице: «Подбрось – поймай» «Кто быстрее по дорожке» - прыжки на 2 ногах, на одной попеременно.		
Подвижные игры «Хоккеисты»	На улице –спортивные игры: Упражнять в передаче шайбы <ul style="list-style-type: none"> - загони в ворота - сбей кеглю 		

	Подвижные игры «Забей мяч в ворота»	Спортивные игры с мячом: - пас ногой, стоя на месте - вести мяч между предметами - забей мяч в ворота	
--	-------------------------------------	--	--

МБОУ «Хабаричская СОШ»

Младшая группа

Разделы	Тема НОД	Содержание НОД	Корректировка
Лыжная подготовка	Техника выполнения ходьбы на лыжах (скольжение)	Игровые упражнения ходьба на лыжах метание снежков «сбей колпак»	- - -
	Совершенствование техники выполнения ходьбы на лыжах (скольжение)	Игровое упражнения: снежков вдаль ходьба на лыжах	- метание - -
Основные движения	Техника выполнения прыжка через «канавку»	Прыжки через «канавку» отталкиваясь двумя ногами; катание мячей друг другу между предметами, стоя на коленях.	
	Техника выполнения прыжка через шнуры	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	
	Техника ходьбы и бега в прямом направлении	Упражнять в ходьбе и беге в прямом направлении. Прыжки на двух ногах на месте.	
	Техника подлезания под шнур	Развивать ориентировку в пространстве, действовать по сигналу, подлезание под шнур, упражнять в равновесии и прыжках	
	Игровое упражнение «Пойдем по дорожке, по мостику»	На улице: Игровое упражнение: «пойдем по дорожке, по мостику» (ш – 25 см); прыжки на месте.	
	Упражнения с мячом	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	
	Техника выполнения прыжка на двух ногах	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в прыжках на двух ногах; развивать ловкость и глазомер при катании мячей друг другу.	
	Игровое упражнение – катание мячей в прямом направлении	Игровые упражнения: катание мячей в прямом направлении; ходьба по пенёчкам.	
	Техника выполнения приземления на полусогнутые ноги в прыжках	Упражнять в сохранении на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	
	Техника выполнения прыжка через шнур	Ходьба - «пройдем по мостику»; прыжки через шнур.	
	Совершенствование техники выполнения приземления на полусогнутые ноги в прыжках	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергично отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	
	Ползание между предметами	Упражнять в ползании между предметами; в равновесии при ходьбе по доске.	
	Игровое упражнение «Брось мяч дальше»	Игровые упражнения: - брось мяч дальше, попрыгай как мячик.	
	Техника ходьбы и	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой	

бега с остановкой по сигналу	по сигналу; в ползании; развивать ловкость в задании с мячом.	
Совершенствование техники выполнения приземления на полусогнутые ноги в прыжках	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; Закреплять умение прокатывать мяч.	
Игровые упражнения с мячом	Игровые упражнения: - чей мяч дальше - перепрыгнем канавку	
Техника ходьбы и бега по кругу с поворотом	Упражнять в ходьбе, беге по кругу, с поворотом; «крокодильчики» - лазание под шнур (в – 50 см)	
Техника ходьбы и бега между предметами	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; ходьба приставным шагом по ограниченной площади; упражнение в прыжках.	
Игровые упражнения с мячом	Игровое упражнение: прокати мяч по дорожке - бросание мяча вперед -	
Техника сохранения равновесия по ограниченной площади опоры	Упражнять детей в равновесии по ограниченной площади опоры – ходьба, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	
Техника ходьбы и бега по кругу с остановкой по сигналу	Повторить ходьбу и бег по кругу с остановкой по сигналу; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги при прыжках.	
Техника сохранения равновесия по ограниченной площади опоры	Продолжаем упражнять в равновесии – упражнение «пробеги по дорожке»; прыжки на двух ногах - вперед.	
Прокатывание мяча друг другу	Ходьба с заданиями, прыжки на двух ногах из обруча в обруч, прокатывание мяча друг другу.	
Техника ходьбы и бега между предметами	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, бросание вдаль.	
Игровые упражнения с обручем	Игровые упражнения: - ходьба из обруча в обруч - брось мяч дальше.	
Совершенствование техники прокатывания мяча между предметами	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя, развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	
Совершенствование техники ходьбы и бега между предметами	Упражнения в ходьбе и беге между предметами, прыжках, прокатывании мяча.	
Лазание под шнур	Прыжки на двух ногах до предмета; лазание под шнур	
Ползание по доске	Упражнять детей в ходьбе с выполнением	

		заданий развивая внимание, на сигнал воспитателя; в ползании по доске развивая координацию движений, равновесие.	
Техника ходьбы и бега по сигналу воспитателя		Развивать умение действовать по сигналу воспитателя в ходьбе; упражнять в прыжках	
Совершенствование техники ходьбы и бега между предметами		Повторить упражнения в ходьбе и беге между предметами; допрыгни до флажка.	
Техника ходьбы и бега врассыпную		Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия в прыжках.	
Техника выполнения прыжка с высоты		Останавливаться по сигналу; приземляться на полусогнутые ноги в прыжках с высоты; глазомер и ловкость в прокатывании мяча.	
Игровые упражнения с кубиками и мячами		Игровое упражнение - перешагни через кубик - прокатывание мяча между предметами.	
Техника ходьбы и бега по кругу с остановкой по сигналу		Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами; группироваться при лазании под дугу.	
Техника подлезания под дугу		Прокатывание мяча двумя руками; подлезание под дугу присев и не задеть её.	
Игровое упражнение «Метание снежков»		Игровые упражнения: - метание снежков в корзину - пройди по дорожке	
Совершенствование техники ходьбы и бега врассыпную		Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	
Техника ходьбы и бега врассыпную между предметами		Ходьба и бег врассыпную между предметами; группироваться в подлезании под дугу.	
Игровые упражнения на санках		Игровые упражнения: - пройди по снежному валу - катание на санках	
Техника выполнения прыжка с продвижением вперед		Упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры (по доске); в прыжках продвигаясь вперед.	
Игровое упражнение с мячом		Ориентировка в пространстве – бег врассыпную; задания с мячом.	

Игровое упражнение на санках	Игровые упражнения - пройди по дорожке - катание на санках.	
Техника выполнения прыжка между предметами	Упражнять в ходьбе колонной по одному, беге в рассыпную; прыжки между предметами; ловкость при катании мяча.	
Техника выполнения прыжка с высоты	Ходьба и бег между предметами, не задевая их; прыжки с высоты; упражнения с мячом.	
Катание мяча друг другу	Упражнять действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; катание мяча друг другу; ползание «по – медвежьей»	
Игровое упражнение с мячом	Ходьба с выполнением задания; в прыжках; ловкость в заданиях с мячом.	
Игровое упражнение с обручем	Перешагивание через шнуры попеременно правой и левой ногой; прыжки из обруча в обруч	
Техника ходьбы переменным шагом	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	
Техника выполнения ходьбы и бега вокруг предметов	Ходьба и бег между предметами, не задевая их; прыжки с высоты; упражнения с мячом.	
Подвижные игры с мячом	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами; группироваться при лазании под дугу.	
Игровое упражнение «Метание снежков»	Игровые упражнения - метание снежков - пролезть в норку	
Техника ходьбы и бега с выполнением заданий	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	
Техника ходьбы по ограниченной площади опоры	Ходьба и бег между предметами; группироваться при пролезании в обруч; ходьба по ограниченной площади опоры.	
Совершенствование техники ходьбы переменным шагом	Упражнять в ходьбе переменным шагом; разучить бросание мяча через шнур; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	
Техника выполнения прыжка в длину с места	Бег с преодолением препятствий; прыжки в длину с места; прокатывание мяча.	
Игровое	Игровые упражнения:	

упражнение «Катание на санках»	- катание на санках с горки - бросание снежков вдаль.	
Совершенствование техники ходьбы и бега врассыпную	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии.	
Техника ползания с опорой на ладони и ступни	Ходьба и бег врассыпную; ползание с опорой на ладони и ступни; перешагивание через предметы.	
Игровое упражнение «Метание снежков вдаль»	Игровые упражнения: - бросание снежков вдаль правой и левой рукой	
Техника выполнения прыжка между предметами	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах	Ходьба по доске боком приставным шагом, на середине присесть. Руки вперед; прыжки на двух ногах змейкой между предметами.	
Игровое упражнение «Мышки вылезли из норки»	Игровые упражнения: - бросание снежков вдаль - мышки вылезли из норки	
Техника выполнения прыжка в длину с места	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	
Техника ходьбы и бега через препятствия	Игровые упражнения: - бег с ходьбой (через бруски); - прокатывание мяча в воротца.	
Ползание на повышенной опоре	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками; в ползании на повышенной опоре.	
Ползание по гимнастической скамье	Бросание мяча о пол и ловля его; ползание по гимнастической скамье с опорой на колени и ладони	
Совершенствование техники прыжка через «канавку»	Игровые упражнения: - прыжки через канавку - жуки	
Совершенствование техники ходьбы и бега между предметами	Ходьба и бег между предметами; повторить упражнения в ползании; в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	
Техника ходьбы по бревну	Перелезание через бревно; ходьба по бревну.	
Совершенствование техники прыжка в длину с места	Ходьба с выполнением заданий; прыжки в длину с места; перебрасывание мяча через шнур.	
Игровое упражнение «Метание вдаль»	Игровые упражнения: - метание вдаль - прыжки через канавку	

Совершенствование техники ходьбы и бега с выполнением заданий	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	
Совершенствование техники ходьбы и бега враспынную между предметами	Ходьба и бег враспынную между предметами; переползание через гимнастическую скамейку; ходьба по доске, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	
Совершенствование техники выполнения прыжка через бруски	Игровые упражнения: - прыжки через бруски на двух ногах - ходьба по бревну	
Техника выполнения ползания на ладонях и ступнях	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	
Техника выполнения броса мяча о пол и ловля двумя руками	Ходьба, бег с выполнением заданий; прыжки с продвижением вперед; бросание мяча о пол и ловля двумя руками.	
Техника выполнения броса мяча вверх и ловля двумя руками	Игровые упражнения: - ходьба по бревну - бросание мяча вверх и ловля его	
Совершенствование техники ходьбы и бега с остановкой по сигналу	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в ходьбе на повышенной опоре.	
Лазание по гимнастической стенке	Ходьба и бег между предметами; лазание по гимнастической стенке; упражнения с мячом.	
Игровые упражнения: ходьба и бег по дорожке	Игровые упражнения: - ходьба и бег по дорожке - прыжки в длину с места	
Техника выполнения прыжка со скамьи	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамьи на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	
Совершенствование техники ходьбы и бега с изменением направления движения	Ходьба и бег с изменением направления движения; прыжки со скамьи; бросание мяча вверх, не прижимая к груди.	
Техника выполнения броса мяча в горизонтальную цель	Игровые упражнения: - бросание мяча в горизонтальную цель - бросание мяча и ловля его (пары).	
Совершенствование техники выполнения броса мяча вверх и ловля двумя руками	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамье.	
Совершенствование техники	Прокатывание мяча между предметами; прыжки в длину с места; лазание по	

	прокатывания мяча между предметами	гимнастической стенке.	
	Техника выполнения прыжка с места через две линии	Игровые упражнения: - прыжки с места через две линии - ходьба с остановкой.	
	Совершенствование техники выполнения броска мяча вверх и ловля двумя руками	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамье.	
	Совершенствование техники прокатывания мяча между предметами	Прокатывание мяча между предметами; прыжки в длину с места; лазание по гимнастической стенке.	
	Совершенствование техники выполнения прыжка с места через две линии	Игровые упражнения: - прыжки с места через две линии - ходьба с остановкой.	
	Лазание по наклонной лесенке.	Ходьба и бег по сигналу воспитателя; лазание по наклонной лесенке.	
	Совершенствование техники ходьбы со сменой направления движения	Упражнять в ходьбе со сменой направления движения; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его 2 – мя руками.	
	Игровые упражнения «Кто прыгнет дальше?»	Игровые упражнения: «Кто прыгнет дальше?» (через шнуры); «Подбрось – поймай»	
Подвижные игры	Подвижные игры «Веселые ребята»	Приучать детей ходить, бегать небольшими группами, за воспитателем. Учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие.	
	Подвижные игры «Светофор»	Сюжетно – игровое: «Мы едем, едем»: - «Автомобили» - «Самолёты» - «Лошадки» - «Воробышки и автомобиль» - «Поезд»	
	Подвижные игры «Веселая прогулка»	На улице: Упражнять в беге за воспитателем; ходьбе между двумя линиями.	
	Подвижные игры «В гости к осени»	Сюжетно-игровое «В гости к осени» - обойди лужу - собери урожай - поймай морковку - «Солнышко и дождик» - «У медведя во бору» - «Найдём жучка»	
	Подвижные игры «Зимние забавы»	Сюжетно - игровое «Зимние забавы»: - прыжки к снеговикам - Попляши и покружись	

		<ul style="list-style-type: none"> - Белые медведи - катание на санках - Пройди на лыжах - «Заморожу» 	<ul style="list-style-type: none"> - Снайперы 	
	Подвижные игры «Море»	Сюжетно-игровое <ul style="list-style-type: none"> - Проверим люки - посмотрим в трюмы - вымоем палубу звезда «Дельфины» <ul style="list-style-type: none"> - «Сигнальщик» «Рыбаки и рыбки» 	«Море»: <ul style="list-style-type: none"> - морская 	
	Подвижные игры «Путешествие в страну сказок»	Сюжетно-игровое страну сказок» <ul style="list-style-type: none"> - поиграй с колобком пожар - прыгни с пенька Машей 	«Путешествие в <ul style="list-style-type: none"> - собери яйца - потуши - вытащи репку - поиграй с - убеги от волка 	

МБОУ «Хабарицкая СОШ»

Группа раннего возраста

Разделы	Тема НОД	Содержание НОД	Корректировка
Основные движения	Техника ходьбы в одном направлении	Упражнять в скатывании мяча по наклонной доске, в беге за ним; ходьбе в одном направлении; ползании на четвереньках.	
	Совершенствовани е техники ходьбы в одном направлении	Скатывание мяча по наклонной доске; ходьбе в одном направлении.	
	Техника выполнения прыжка на двух ногах на месте	Упражнять в прыжках на двух ногах на месте, ходьбе и беге стайкой за воспитателем.	
	Совершенствовани е техники выполнения прыжка на двух ногах на месте	Ползании на четвереньках по прямой; прыжки на двух ногах на месте.	
	Техника проползания под шнуром	Упражнять в проползании под шнуром; прокатывании мяча по прямой.	
	Техника ходьбы между двумя линиями	Ходьба между двумя линиями; прокатывании мяча.	
	Техника выполнения прыжка через веревку	Учить перепрыгивать через верёвку; упражнять в проползании под шнуром (в-40см).	
	Совершенствовани е техники прыжка через веревку	Ходьба – по ребристой доске; прыжки через шнур.	
	Совершенствовани е техники проползания под шнуром	Учить перепрыгивать через верёвку; упражнять в проползании под шнуром (в-40см).	
	Техника выполнения ходьбы по ребристой доске	Ходьба – по ребристой доске; прыжки через шнур.	
	Техника выполнения построения в кругу	Учить строится в круг; упражнять в ходьбе между двумя линиями; прыжки из обруча в обруч – приземление на полусогнутые ноги	
	Техника выполнения прокатывания мяча между двумя предметами.	Упражнять в ходьбе между двумя линиями; прокатывание мяча между двумя предметами.	
	Техника ходьбы и бега враспынную	Прокатывание мяча в прямом направлении; упражнять в прыжках, ходьбе враспынную.	
Техника	Лазанье на четвереньках по прямой;		

выполнения прокатывания мяча друг другу	прокатывание мяча друг другу.	
Техника выполнения броска мяча двумя руками снизу	Учить бросать мяч двумя руками снизу; упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; беге враспынную.	
Совершенствовани е техникиброса мяча двумя руками снизу	Ходьба в одном направлении; бросать мяч двумя руками снизу.	
Ползание по ограниченной площади	Учить ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять ползании по ограниченной площади.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах с продвижением вперед	Равновесие – упражнение «пробеги по дорожке»; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	
Техника выполнения прыжка через две линии	Учить выполнять прыжки с перепрыгиванием через две линии (р-10-20см); упражнять в ползании под воротиками на четвереньках	
Техника выполнения прыжка из обруча в обруч	Прыжки на двух ногах вперед из обруча в обруч; ползании на четвереньках.	
Совершенствовани е техники ходьбы и бега с выполнением задания по сигналу	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя, развивать координацию движений при прокатывании мяча; упражнять в ползании.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах до предмета	прыжки на двух ногах до предмета ползание на четвереньках под шнур (в 50 - 40 см)	
Техника ходьбы по кругу взявшись за руки	Упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки; в ползании по доске развивая координацию движений, равновесие.	
Ползание по доске с опорой на ладони	Ползание по доске с опорой на ладони и колени; прыжки на двух ногах вверх.	
Техника ходьбы и бега между шнурами	Упражнять в ходьбе и беге между шнурами; в прыжках через верёвку; в прокатывании мяча.	
Совершенствовани е техникипрыжка через верёвку	Прыжки через верёвку; прокатывание мяча друг другу.	
Техника выполнения броска мяча двумя руками в цель	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в бросании мяча двумя руками в цель; лазании под дугу.	

Совершенствовани е техники выполнения броса мяча двумя руками в цель	Бросание мяча двумя руками в цель; подлезание под дугу не задеть её.	
Совершенствовани е техники ходьбы между шнурами и беге в одном направлении	Упражнять в ходьбе между шнурами и беге в одном направлении, развивая ориентировку в пространстве; в ползании под шнуром не задевая его.	
Техника выполнения ползания по прямой до цели	Ползание по прямой до куклы; ходьба между шнурами.	
Техника выполнения броса мяча из-за головы	Учить бросать мяч двумя руками из-за головы; совершенствовать умение ходить по гимнастической скамейке; в прыжках через две линии.	
Совершенствовани е техники выполнения броса мяча из-за головы	Бросать мяч двумя руками из-за головы; ходить по гимнастической скамейке.	
Перешагивание из обруча в обруч	Упражнять в ходьбе перешагивая из обруча в обруч; в непрерывном беге; развивать ловкость при катании мячей друг другу.	
Техника выполнения метания мяча на дальность	Ходьба на носочках, руки на поясе; метание мяча – кто дальше.	
Техника выполнения ползания по гимнастической скамейке	Учить ползать по гимнастической скамейке на четвереньках; совершенствовать умение перепрыгивать две линии; в бросании мяча из-за головы.	
Совершенствовани е техники ползания по гимнастической скамейке	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; прыжки через две линии.	
Техника ходьбы и бега вокруг предметов	Учить лазать по лесенке - стремянке, произвольным способом; упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; повторить прыжки с продвижением вперед.	
Лазание по лесенке – стремянке произвольным способом	Лазание по лесенке - стремянке, произвольным способом; прыжки из обруча в обруч без паузы.	
Техника ходьбы и бега с выполнением заданий	Упражнять в ходьбе по кругу и беге с выполнением заданий; в прыжках; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках.	
Совершенствовани е техники прыжка с	Ползании по гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед.	

продвижением вперед		
Совершенствовани е техники выполнения броса мяча из-за головы	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках; развивать ловкость в метании мяча из-за головы.	
Техника выполнения броса мяча из-за головы через резинку	Прыжки через реечки; метания мяча из-за головы через резинку.	
Техника выполнения броса мяча горизонтально в цель двумя руками	Учить бросать мяч горизонтально в цель двумя руками; упражнять в ходьбе и беге на носках по залу и по кругу; в лазании по лесенке-стремянке.	
Лазание под дугу	Лазание под дугу; бросать мяч горизонтально в цель.	
Совершенствовани е техникиходьбы по шнуру и бега по кругу	Учить прыжкам с продвижением вперед и подпрыгиванию с доставанием предметов; упражнять в ходьбе по шнуру и беге по кругу; в ползании на четвереньках.	
Техника выполнения прыжка на двух ногах с доставанием предмета	Ходьба по шнуру; прыжки на двух ногах с доставанием предмета.	
Техника выполнения прыжка в длину с места	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	
Техника выполнения прыжка через «канавку»	Прыжки через «канавку»; катание мячей друг другу между предметами.	
Совершенствовани е техники выполнения броса мяча вверх и ловля двумя руками	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками; в ползании на четвереньках по доске.	
Техника ловли мяча, брошенного воспитателем	Ловля мяча, брошенного воспитателем; ползание на четвереньках по доске	
Техника сохранения равновесия на повышенной опоре	Упражнять в лазании по шведской стенке; в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	
Ползание «по- медвежьи» опорой на ладони и ступени	Ползание «по-медвежьи» - с опорой на ладони и ступени; ходьба по гимнастической скамье.	
Совершенствовани е техникипрыжка с	Учить бросать мешочек с песком вдаль одной рукой; ходьба и бег вокруг	

доставанием предметов.	предметов, прыжки с доставанием предметов.	
Техника выполнения броска мешочка с песком вдаль	Бросать мешочек с песком вдаль; прыжки через «канавки».	
Лазание по шведской стенке	Упражнять в ходьбе и беге; лазать по шведской стенке любым способом; развивать ловкость в упражнении с мячом.	
Игровое упражнение-прокатывание мяча друг другу	Лазание по шведской стенке любым способом; прокатывание мяча друг другу.	
Техника ходьбы и бега с выполнением заданий	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в метании мешочка; упражнять в ползании на четвереньках по доске.	
Совершенствовани е техникиметания мешочка вдаль	Метание мешочка вдаль одной рукой; ползание «по-медвежьи».	
Совершенствовани е техники ходьбы по одному перешагивая через кубики	Упражнять в ходьбе по одному, перешагивая через кубики (в-10-15см) и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в прыжках.	
Техника ходьбы между кубиками змейкой	Ходьба между кубиками змейкой; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	
Техника ходьбы и бега по кругу и в рассыпную	Упражнять в ходьбе в рассыпную; повторить ползание между предметами; упражнять в ходьбе на повышенной опоре.	
Техника ходьбы приставным шагом вперед	Ползание на ладонях и коленях между предметами; ходьба приставным шагом вперед.	
Совершенствовани е техники ловли мяча брошенного воспитателем	Совершенствовать умение ловли мяча, брошенного воспитателем; упражнять в лазании по доске; ходьба приставным шагом.	
Техника ходьбы приставным шагом в сторону	Ходьба приставным шагом в сторону; ловли мяча, брошенного воспитателем.	
Техника ходьбы и бега в колонне по одному	Ходьба и бег в колонне по одному; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамье.	
Ползание по гимнастической скамье с опорой на ладони и колени	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками; ползание по скамье с опорой на ладони и колени.	

	Совершенствовани е технипрыжка в длину с места	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	
	Совершенствовани е техникатания мячей друг другу между предметами	Прыжки через «канавку»; катание мячей друг другу между предметами.	

МБОУ "Хабарицкая СОШ"