

| 1        | 2                  | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4          |
|----------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения | Тема                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Примечание |
| 1        |                    | Бег змейкой, по сигналу – смена ведущего. Ходьба по гимнастическому буму боком приставным шагом, руки за головой О. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд до обозначенного места П. Пролезание в обруч правым и левым боком З. П/и «Запрещённый знак» - закреплять знания запрещающих знаков дорожного движения, развивать скоростно – силовую выносливость. ОРУ – без предмета (У)                                           |            |
| 2        |                    | Ходьба по гимнастическому буму боком приставным шагом, руки за головой П. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд до обозначенного места П. Пролезание в обруч правым и левым боком З<br>П/и «Не сбей предмет» - упражнять в беге, прыжках и ползании между предметами, развивать ловкость. ОРУ – без предмета (У)                                                                                                              |            |
| 3        |                    | П/и «Запрещённый знак» - закреплять знания запрещающих знаков дорожного движения, развивать скоростно – силовую выносливость<br>П/и «Не сбей предмет» - упражнять в беге, прыжках и ползании между предметами, развивать ловкость                                                                                                                                                                                                  |            |
| 4        |                    | Ходьба по гимнастической скамейке с мячом, на каждый шаг фиксируя положение мяча: вниз – вперёд – вверх П. Прыжки с мячом между кеглями, мяч зажат между колен З. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из – за головы О. Игра – эстафета «Красный – жёлтый – зелёный» - закреплять знания правил дорожного движения, развивать быстроту и ловкость. ОРУ – без предмета (П)                                                  |            |
| 5        |                    | Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу – мяч переложить под другую руку. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом, на каждый шаг фиксируя положение мяча: вниз – вперёд – вверх П. Прыжки с мячом между кеглями, мяч зажат между колен З<br>Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из – за головы П. П/и «Смелый пешеход» - развивать умение ходить и бегать разными способами. ОРУ - без предмета (П) |            |
| 6        |                    | Игра – эстафета «Красный – жёлтый – зелёный» - закреплять знания правил дорожного движения, развивать быстроту и ловкость<br>П/и «Смелый пешеход» - развивать умение ходить и бегать разными способами                                                                                                                                                                                                                             |            |
| 7        |                    | Ходьба по гимнастическому буму. Перешагивая через набивные мячи З<br>Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3м в мишень на высоте 2м З. Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке З. П/и «Посади картошку» - упражнять в быстром беге с выполнением дополнительных заданий. ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) У                                                                             |            |
| 8        |                    | Ходьба по гимнастическому буму, перешагивая через набивные мячи З<br>Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 3м в мишень на высоте 2м З. Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке З. П/и «Собери урожай» - упражнять в прыжках вверх с целью достать предмет. ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) У                                                                                           |            |
| 9        |                    | Подвижная игра «Посади картошку» - упражнять в быстром беге с выполнением дополнительных заданий<br>Подвижная игра «Собери урожай» - упражнять в прыжках вверх с целью достать предмет                                                                                                                                                                                                                                             |            |
| 10       |                    | Бег на носках по гимнастической скамейке С. Прыжки через препятствия разной высоты С. Игровое задание «Кто больше мячей забросит в баскетбольную корзину?». Подлезание под воротики (высота 50см) С. П/и «Займи место в корзинке» - упражнять в быстром беге враспынную с целью занять обозначенное место. ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) П                                                                              |            |
| 11       |                    | Бег на носках по гимнастической скамейке С. Прыжки через препятствия разной высоты С. Игровое задание «Кто больше мячей забросит в баскетбольную корзину?». Подлезание под воротики (высота 50см) С. П/и «Перевозка урожая» - развивать выносливость, упражнять в быстром беге. ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) П                                                                                                         |            |
| 12       |                    | Подвижная игра «Займи место в корзинке» - упражнять в быстром беге враспынную с целью занять обозначенное место<br>Подвижная игра «Перевозка урожая» - развивать выносливость, упражнять в быстром беге                                                                                                                                                                                                                            |            |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|---|---|---|---|

| № п/п | Дата проведения НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Примечание |
|-------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 13    |                     | Перебрасывание мяча в парах из и.п. стоя и сидя на коленях, лицом друг к другу 3. Ползание на низких четвереньках по наклонной доске, по скамейке, спуск по наклонной доске П. П/и «Посади и собери» - упражнять в быстром беге с выполнением дополнительных заданий. ОРУ – без предмета (У)                                                                                                                                                                           |            |
| 14    |                     | Прыжки вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперёд П<br>Перебрасывание мяча в парах из и.п. стоя и сидя на коленях, лицом друг к другу 3. Ползание на низких четвереньках по наклонной доске, по скамейке, спуск по наклонной доске П. П/и «Собери грибы вслепую» - упражнять в сборе предметов с ограничением зрительного контроля. ОРУ – без предмета (У)                                                                                                         |            |
| 15    |                     | П/и «Посади и собери» - упражнять в быстром беге с выполнением дополнительных заданий. П/и «Собери грибы вслепую» - упражнять в сборе предметов с ограничением зрительного контроля                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |
| 16    |                     | На гимнастической стенке: вис, разведение ног в стороны, сведение ног вместе, поднять вверх, держать угол У. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове П. Прыжки из низкого приседа вверх с продвижением вперёд П. П/и «Ловкий медвежонок» - упражнять в быстром беге с ловлей и увёртыванием, развивать желание соревноваться, приучать к соблюдению правил в подвижных играх. ОРУ – без предмета (П)                                                    |            |
| 17    |                     | На гимнастической стенке: вис, разведение ног в стороны, сведение ног вместе, поднять вверх, держать угол У. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове П. Прыжки из низкого приседа вверх с продвижением вперёд П. П/и «Лукошко» - упражнять в метании предметов в горизонтальную цель развивать глазомер. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                                         |            |
| 18    |                     | П/и «Ловкий медвежонок» - упражнять в быстром беге с ловлей и увёртыванием, развивать желание соревноваться, приучать к соблюдению правил в подвижных играх. П/и «Лукошко» - упражнять в метании предметов в горизонтальную цель развивать глазомер                                                                                                                                                                                                                    |            |
| 19    |                     | Ходьба по гимнастическому буму на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронести сбоку вперёд У. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20см) П. Ползание на четвереньках, перешагивая через предметы 3. П/и «Поход по родному краю» - развивать пространственную ориентацию, упражнять в быстрой ходьбе и медленном беге в течение 2 – 2,5 мин. ОРУ – с предметом (набивной мяч) У                                                |            |
| 20    |                     | Чередование обычного бега с бегом змейкой, по сигналу – смена направления. Ходьба по гимнастическому буму на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронести сбоку вперёд П. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20см) П. Ползание на четвереньках, перешагивая через предметы 3. П/и «Автобусное путешествие по городу» - развивать ловкость и координацию в преодолении полосы препятствий. ОРУ – с предметом (набивной мяч) У |            |
| 21    |                     | П/и «Поход по родному краю» - развивать пространственную ориентацию, упражнять в быстрой ходьбе и медленном беге в течение 2 – 2,5 мин. П/и «Автобусное путешествие по городу» - развивать ловкость и координацию в преодолении полосы препятствий                                                                                                                                                                                                                     |            |
| 22    |                     | Игровое задание «Кто быстрее через препятствия к флажку?». Игровое задание «Кто быстрее через препятствие к флажку?» (прыжки через препятствия высотой 10 – 15см). Элементы футбола – вести мяч ногой между кеглей, змейкой У. Игровое задание «Проползи – не задень!» (подлезание под воротца высотой 40 – 50см). П/и «Стой!» - упражнять в бросках по вертикальной цели, развивать глазомер. ОРУ – с предметом (набивной мяч) П                                      |            |
| 23    |                     | Игровое задание «Кто быстрее через препятствие к флажку?» (прыжки через препятствия высотой 10 – 15см). Элементы футбола – вести мяч ногой между кеглей, змейкой П. Игровое задание «Проползи – не задень!» (подлезание под воротца высотой 40 – 50см). П/и «Весёлые эстафеты» - повторение и закрепление навыков основных видов движений. ОРУ – с предметом (набивной мяч) П                                                                                          |            |
| 24    |                     | П/и «Стой!» - упражнять в бросках по вертикальной цели, развивать глазомер П/и «Весёлые эстафеты» - повторение и закрепление навыков основных видов движений                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |

| № п/п | Дата проведения НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Примечание |
|-------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 25    |                     | Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20см), продвигаясь вперёд З. Отбивание мяча правой и левой рукой стоя на месте У. П/и «Третий в обруче» - упражнять в быстром беге в обруче, развивать скоростную выносливость. ОРУ – без предмета (У)                                                                                                                                                                                            |            |
| 26    |                     | Ходьба по гимнастическому буму, приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движения руками П. Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие (высота 20см), продвигаясь вперёд З. Отбивание мяча правой и левой рукой стоя на месте У. П/и «Загадочный тоннель» - развивать ловкость, упражнять в проползании на низких четвереньках через тряпичный тоннель. ОРУ - без предмета (У)                                                         |            |
| 27    |                     | П/и «Третий в обруче» - упражнять в быстром беге в обруче, развивать скоростную выносливость<br>П/и «Загадочный тоннель» - развивать ловкость, упражнять в проползании на низких четвереньках через тряпичный тоннель                                                                                                                                                                                                                                          |            |
| 28    |                     | Бег на носках в разных направлениях, по сигналу – бег в колонне<br>На гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок У. Прыжки из глубокого приседа, согнувшись, продвигаясь вперёд С<br>Работа с мячом одной рукой на месте и в движении П. П/и «Верёвочка» - упражнять в беге в колонне, взявшись за руки, в подлезании под вертикально стоящий обруч. ОРУ - без предмета (П)                                                             |            |
| 29    |                     | Ходьба с ритмичными хлопками под ногой, пружинистый шаг с носка<br>Бег на носках в разных направлениях, по сигналу – бег в колонне. На гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок У<br>Прыжки из глубокого приседа, согнувшись, продвигаясь вперёд С. Работа с мячом одной рукой на месте и в движении П. П/и «Гонка обручей» - развивать ловкость в работе с предметом (обруч), приучать к командным действиям. ОРУ – без предмета (П) |            |
| 30    |                     | П/и «Верёвочка» - упражнять в беге в колонне, взявшись за руки, в подлезании под вертикально стоящий обруч<br>П/и «Гонка обручей» - развивать ловкость в работе с предметом (обруч), приучать к командным действиям                                                                                                                                                                                                                                            |            |
| 31    |                     | Ходьба по гимнастическому буму с ленточками, выполняя приседания на середине бума, руки с лентами вперёд З. Работа с мячом одной рукой в движении, по сигналу – перейти на бег З. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами У. П/и «Мамина школа» - закреплять навыки основных видов движений в играх эстафетах. ОРУ – с предметом (мяч) У                                                                      |            |
| 32    |                     | Ходьба по гимнастическому буму с ленточками, выполняя приседания на середине бума, руки с лентами вперёд З. Работа с мячом одной рукой в движении, по сигналу – перейти на бег З. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами П. П/и «Комплименты» - упражнять в быстром беге и преодолении полосы препятствий, развивать пространственную ориентацию. ОРУ – с предметом (мяч) У                                  |            |
| 33    |                     | П/и «Мамина школа» - закреплять навыки основных видов движений в играх эстафетах<br>П/и «Комплименты» - упражнять в быстром беге и преодолении полосы препятствий, развивать пространственную ориентацию                                                                                                                                                                                                                                                       |            |
| 34    |                     | Игровое задание «Перетяни за черту» - в парах перетягивают друг друга за черту. Игровое задание «Ловись рыбка!». П/и «Ниточка – иголочка» - упражнять в беге в колонне, взявшись за руки, развивать ловкость и координацию в беге со сменой направления. ОРУ – с предметом (мяч) П                                                                                                                                                                             |            |
| 35    |                     | Игровое задание «Перетяни за черту» - в парах перетягивают друг друга за черту. Игровое задание «Ловись рыбка!». П/и «Поиграем с мамой» - упражнять в прыжках на одной ноге в колонне, удерживая за плечо товарища. ОРУ – с предметом (мяч) П                                                                                                                                                                                                                  |            |
| 36    |                     | Подвижная игра «Ниточка – иголочка» - упражнять в беге в колонне, взявшись за руки, развивать ловкость и координацию в беге со сменой направления<br>Подвижная игра «Поиграем с мамой» - упражнять в прыжках на одной ноге в колонне, удерживая за плечо товарища                                                                                                                                                                                              |            |

| 1        | 2                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 4                |
|----------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Подпись педагога |
| 37       |                           | Ходьба по гимнастическому буму с поворотом кругом на середине З<br>Ведение мяча в разных направлениях с остановкой прыжком по сигналу У. Ползание по полу на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками П. П/и «Лыжные гонки» - упражнять в имитационных движениях попеременного двухшажного хода, приучать к согласованной работе рук и ног. ОРУ – без предмета (У)                                               |                  |
| 38       |                           | Чередование бега змейкой по залу с ходьбой врассыпную, с остановкой по сигналу. Ходьба по гимнастическому буму с поворотом кругом на середине З. Ведение мяча в разных направлениях с остановкой прыжком по сигналу У. Ползание по полу на спине, отталкиваясь ногами и подтягиваясь руками П. П/и «Юные хоккеисты» - упражнять в ведении шайбы клюшкой по прямой и между предметами. ОРУ – без предмета (У)             |                  |
| 39       |                           | П/и «Лыжные гонки» - упражнять в имитационных движениях попеременного двухшажного хода, приучать к согласованной работе рук и ног. П/и «Юные хоккеисты» - упражнять в ведении шайбы клюшкой по прямой и между предметами                                                                                                                                                                                                 |                  |
| 40       |                           | Прыжки через 6 – 8 набивных мячей последовательно через каждый в плотной группировке У. Ведение мяча правой и левой рукой в разных направлениях, по сигналу – перейти на ведение в беге П. Ползание по – пластунски З. П/и «Биатлонисты» - упражнять в имитационных движениях попеременного двухшажного хода, приучать к согласованной работе рук и ног, упражнять в метании в вертикальную цель. ОРУ – без предмета (П) |                  |
| 41       |                           | Прыжки через 6 – 8 набивных мячей последовательно через каждый в плотной группировке П. Ведение мяча правой и левой рукой в разных направлениях, по сигналу – перейти на ведение в беге П. Ползание по – пластунски З. П/и «Снежный бой» - упражнять в перебрасывании малых мячей через шнур. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                     |                  |
| 42       |                           | П/и «Биатлонисты» - упражнять в имитационных движениях попеременного двухшажного хода, приучать к согласованной работе рук и ног, упражнять в метании в вертикальную цель<br>П/и «Снежный бой» - упражнять в перебрасывании малых мячей через шнур                                                                                                                                                                       |                  |
| 43       |                           | Прыжки на двух ногах с поворотом около ориентира, продвигаясь вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в разных направлениях, по сигналу – вернуться на исходную позицию. Ползание по – пластунски до ориентира З. П/и «Два Мороза» - приучать к сочетанию речи и движения, развивать ловкость в подвижных играх. ОРУ – с предметом (скакалка) У                                                                        |                  |
| 44       |                           | Прыжки на двух ногах с поворотом около ориентира, продвигаясь вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в разных направлениях, по сигналу – вернуться на исходную позицию. Ползание по – пластунски до ориентира З. П/и «Цеплялки» - упражнять в быстром беге парами, развивать ловкость, выносливость. ОРУ – с предметом (скакалка) У                                                                                   |                  |
| 45       |                           | Подвижная игра «Два Мороза» - приучать к сочетанию речи и движения, развивать ловкость в подвижных играх<br>Подвижная игра «Цеплялки» - упражнять в быстром беге парами, развивать ловкость, выносливость                                                                                                                                                                                                                |                  |
| 46       |                           | Командные эстафеты: «Попади мячом в корзину» - ведение мяча по прямой, остановка, бросок в корзину; «Проведи шайбу клюшкой» - ведение шайбы по прямой до ориентира; «Саночки». Подвижная игра «Саночки» - упражнять в прокатывании товарища на тряпичном коврике, развивать силу. ОРУ – с предметом (скакалка) П                                                                                                         |                  |
| 47       |                           | Командные эстафеты:<br>«Попади мячом в корзину» - ведение мяча по прямой, остановка, бросок в корзину;<br>«Проведи шайбу клюшкой» - ведение шайбы по прямой до ориентира;<br>«Саночки»<br>Подвижная игра «Снегоход» - развивать силу мышц плечевого пояса, вызывать желание посоревноваться, учить сохранять устойчивое положение в упоре на руках<br>ОРУ – с предметом (скакалка) П                                     |                  |
| 48       |                           | Подвижная игра «Саночки» - упражнять в прокатывании товарища на тряпичном коврике, развивать силу<br>Подвижная игра «Снегоход» - развивать силу мышц плечевого пояса, вызывать желание посоревноваться, учить сохранять устойчивое положение в упоре на руках<br>ОРУ – с предметом (скакалка) П                                                                                                                          |                  |

| 1        | 2                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 4          |
|----------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Примечание |
| 49       |                           | Ходьба по гимнастическому буму с мячом в руках, на носках, на середине – поворот вокруг себя У. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд с зажатым между ног мячом П. Ползание до ориентира по – пластунски, прокатывая перед собой мяч П. П/и «Козлики на мостике» - упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры, воспитывать взаимопомощь и товарищество. ОРУ – без предмета (У) |            |
| 50       |                           | Ходьба по гимнастическому буму с мячом в руках, на носках, на середине – поворот вокруг себя П. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд с зажатым между ног мячом П. Ползание до ориентира по – пластунски, прокатывая перед собой мяч П. П/и «Поймай палку» - упражнять в ловкости, развивать быстроту двигательной реакции. ОРУ – без предмета (У)                                                  |            |
| 51       |                           | П/и «Козлики на мостике» - упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры, воспитывать взаимопомощь и товарищество<br>П/и «Поймай палку» - упражнять в ловкости, развивать быстроту двигательной реакции                                                                                                                                                                                           |            |
| 52       |                           | Чередование обычного бега с бегом с высоким подниманием бедра<br>Прыжки стоя на месте и с продвижением вперёд через обручи С. Лазание по верёвочной лестнице чередующимся шагом У. П/и «Воротца» - закреплять навык ходьбы и бега в парах, воспитывать организованность и коллективизм. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                      |            |
| 53       |                           | Чередование обычного бега с бегом с высоким подниманием бедра<br>Прыжки стоя на месте и с продвижением вперёд через обручи С. Лазание по верёвочной лестнице чередующимся шагом П. П/и «Змей Горыныч» - формировать согласованность двигательных действий. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                                                   |            |
| 54       |                           | Подвижная игра «Воротца» - закреплять навык ходьбы и бега в парах, воспитывать организованность и коллективизм<br>Подвижная игра «Змей Горыныч» - формировать согласованность двигательных действий                                                                                                                                                                                                                 |            |
| 55       |                           | Лёгкий бег по гимнастическому буму с мячом в руках, на носках, сохраняя равновесие П. Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой с расстояния 3м У. Ползание по – пластунски под шнуром до ориентира (4 – 5м) З. П/и «Друзья товарищи» - развивать скоростную выносливость, воспитывать волевые качества. ОРУ – с предметом (гантели) У                                                   |            |
| 56       |                           | Лёгкий бег по гимнастическому буму с мячом в руках, на носках, сохраняя равновесие П. Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой с расстояния 3м П. Ползание по – пластунски под шнуром до ориентира (4 – 5м) З. П/и «Вдвоём веселее» - упражнять в беге парами, со связанными ногами, способствовать положительному эмоциональному фону. ОРУ – с предметом (гантели) У                   |            |
| 57       |                           | П/и «Друзья товарищи» - развивать скоростную выносливость, воспитывать волевые качества<br>П/и «Вдвоём веселее» - упражнять в беге парами, со связанными ногами, способствовать положительному эмоциональному фону                                                                                                                                                                                                  |            |
| 58       |                           | Чередование бега «змейкой» с ходьбой в колонне по залу<br>Игровые задания: «Попади мячом в корзину», «Шайбу – шайбу!», «Лыжники», «Саночки», «Силачи». Подвижная игра «Сними шапку другу» - развивать быстроту и ловкость двигательных действий. ОРУ – с предметом (гантели) П                                                                                                                                      |            |
| 59       |                           | Игровые задания: «Попади мячом в корзину», «Шайбу – шайбу!», «Лыжники», «Саночки», «Силачи». П/и «По цепочке» - упражнять в передаче мяча двумя руками от груди и снизу, в бросках мяча в баскетбольную корзину, развивать меткость. ОРУ – с предметом (гантели) П                                                                                                                                                  |            |
| 60       |                           | Подвижная игра «Сними шапку другу» - развивать быстроту и ловкость двигательных действий<br>Подвижная игра «По цепочке» - упражнять в передаче мяча двумя руками от груди и снизу, в бросках мяча в баскетбольную корзину, развивать меткость                                                                                                                                                                       |            |

| 1        | 2                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 4          |
|----------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Примечание |
| 61       |                           | Ходьба по гимнастическому буму с перешагиванием через препятствия З. Прыжки на месте через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге) У. Метание малого мяча правой и левой рукой в вертикальную цель, стоя на коленях П. Ползание по – пластунски, чередуя с бегом, не выпуская скакалку из рук З. П/и «Циркачи» - совершенствовать координационные способности в играх – эстафетах. ОРУ – без предмета (У)                                |            |
| 62       |                           | Метание малого мяча правой и левой рукой в вертикальную цель, стоя на коленях П. Ползание по – пластунски, чередуя с бегом, не выпуская скакалку из рук З. П/и «Цветы для учителя» - упражнять в быстром беге в играх – эстафетах, воспитывать коллективизм и товарищество. ОРУ – без предмета (У)                                                                                                                                                                                  |            |
| 63       |                           | Подвижная игра «Циркачи» - совершенствовать координационные способности в играх - эстафетах<br>Подвижная игра «Цветы для учителя» - упражнять в быстром беге в играх – эстафетах, воспитывать коллективизм и товарищество                                                                                                                                                                                                                                                           |            |
| 64       |                           | Бег с прямыми ногами вперёд, широким и мелким шагом. Упражнения на кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, стойка, соскок У. Прыжки через короткую скакалку между предметами П. Подвижная игра «Водители» - закреплять навык бега в паре в обруче, воспитывать взаимопомощь. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                                                                                             |            |
| 65       |                           | Упражнения на кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, стойка, соскок У .<br>Прыжки через короткую скакалку между предметами П<br>Подвижная игра «Грузчики» - развивать силовые способности и быстроту. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                                                                                                                                                                   |            |
| 66       |                           | Подвижная игра «Водители» - закреплять навык бега в паре в обруче, воспитывать взаимопомощь<br>Подвижная игра «Грузчики» - развивать силовые способности и быстроту                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |
| 67       |                           | Ходьба по гимнастическому буму навстречу друг другу: на середине разойтись, уступая дорогу З. Прыжки через короткую скакалку в парах на месте З. Метание малого мяча в движущуюся цель произвольным способом П. Подлезание под дугу в группировке (высота 40 – 50см) П<br>Подвижная игра «Сильные и быстрые» - развивать мышцы плечевого пояса, способствовать созданию положительного эмоционального фона<br>ОРУ – в парах (У)                                                     |            |
| 68       |                           | Ходьба по гимнастическому буму навстречу друг другу: на середине разойтись, уступая дорогу З. Прыжки через короткую скакалку в парах на месте З. Метание малого мяча в движущуюся цель произвольным способом П. Подлезание под дугу в группировке (высота 40 – 50см) П<br>Подвижная игра «По мишеням – пли!» - закреплять навык метания в вертикальную и горизонтальную цель правой и левой рукой. ОРУ - в парах (У)                                                                |            |
| 69       |                           | Подвижная игра «Сильные и быстрые» - развивать мышцы плечевого пояса, способствовать созданию положительного эмоционального фона<br>Подвижная игра «По мишеням – пли!» - закреплять навык метания в вертикальную и горизонтальную цель правой и левой рукой                                                                                                                                                                                                                         |            |
| 70       |                           | Эстафета: бег по гимнастическому буму на носках, соскок в обозначенное место. Игровое задание: «Сумей допрыгнуть!» - бег до ориентира, выполняя прыжки через скакалку. Отбивание волана бадминтонной ракеткой, стоя на месте правой и левой рукой У. Эстафета: «Достань флажок!» - лазание по гимнастической стенке до флажка и спуск по наклонной поверхности. Подвижная игра «Марш – бросок!» - развивать быстроту и ловкость в преодолении полосы препятствий. ОРУ - в парах (П) |            |
| 71       |                           | Игровое задание: «Сумей допрыгнуть!» - бег до ориентира, выполняя прыжки через скакалку. Отбивание волана бадминтонной ракеткой, стоя на месте правой и левой рукой У. Эстафета: «Достань флажок!» - лазание по гимнастической стенке до флажка и спуск по наклонной поверхности. П/и «Доставь пакет с секретным донесением» - упражнять в ползании по – пластунски, вызывать желание соревноваться с товарищами. ОРУ - в парах (П)                                                 |            |
| 72       |                           | Подвижная игра «Марш – бросок!» - развивать быстроту и ловкость в преодолении полосы препятствий<br>Подвижная игра «Доставь пакет с секретным донесением» - упражнять в ползании по – пластунски, вызывать желание соревноваться с товарищами                                                                                                                                                                                                                                       |            |

| 1        | 2                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4          |
|----------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Примечание |
| 73       |                           | Ходьба по гимнастическому бревну, поднимая поочерёдно ногу вперёд – вверх и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую У. Отбивание ракеткой волан правой и левой рукой, стоя на месте П. Подлезание под дугу правым и левым боком С. П/и «Подари букетик мамочке» - упражнять в быстром беге в играх – эстафетах, воспитывать коллективизм и товарищество. ОРУ – без предмета (У)                                                              |            |
| 74       |                           | Ходьба по гимнастическому бревну, поднимая поочерёдно ногу вперёд – вверх и перекладывая мяч под ногой из одной руки в другую П<br>Отбивание ракеткой волан правой и левой рукой, стоя на месте П. Подлезание под дугу правым и левым боком С . Подвижная игра «Как белки в колесе» - способствовать развитию координационных способностей. ОРУ – без предмета (У)                                                                                     |            |
| 75       |                           | Подвижная игра «Подари букетик мамочке» - упражнять в быстром беге в играх – эстафетах, воспитывать коллективизм и товарищество<br>Подвижная игра «Как белки в колесе» - способствовать развитию координационных способностей                                                                                                                                                                                                                          |            |
| 76       |                           | Акробатика: стойка на лопатках У. Лазание по верёвочной лестнице чередующимся способом П. Подвижная игра «Самые ловкие» - тренировать динамическое равновесие, укреплять мышцы ног. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                                                                                                                                                             |            |
| 77       |                           | Бег на носках, по сигналу – прыжок вверх с поворотом вокруг себя<br>Акробатика: стойка на лопатках У. Лазание по верёвочной лестнице чередующимся способом П. Подвижная игра «Принеси ведёрко» - воспитывать коллективизм и товарищество. ОРУ – без предмета (П)                                                                                                                                                                                       |            |
| 78       |                           | Подвижная игра «Самые ловкие» - тренировать динамическое равновесие, укреплять мышцы ног<br>Подвижная игра «Принеси ведёрко» - воспитывать коллективизм и товарищество                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |
| 79       |                           | Ходьба по гимнастическому бревну, высоко поднимая ногу вперёд – вверх, выполняя хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие П<br>Прыжки в длину с разбега (приземление) У. Работа с ракеткой, отбивая волан в движении до ориентира З. Подлезание под несколько предметов в группировке правым и левым боком С. П/и «Цветик – семицветик» - развивать быстроту и ловкость, приучать к соблюдению правил в подвижных играх. ОРУ – с предметом (обруч) У |            |
| 80       |                           | Ходьба по гимнастическому бревну, высоко поднимая ногу вперёд – вверх, выполняя хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие П<br>Прыжки в длину с разбега (приземление) У. Работа с ракеткой, отбивая волан в движении до ориентира З. Подлезание под несколько предметов в группировке правым и левым боком С. П/и «Петушок – Золотой гребешок» - воспитывать целеустремлённость и товарищество. ОРУ – с предметом (обруч) У                          |            |
| 81       |                           | Подвижная игра «Цветик – семицветик» - развивать быстроту и ловкость, приучать к соблюдению правил в подвижных играх<br>Подвижная игра «Петушок – Золотой гребешок» - воспитывать целеустремлённость и товарищество                                                                                                                                                                                                                                    |            |
| 82       |                           | Эстафеты:<br>1. «Удержи волан на ракетке»<br>2. «Прыжки в мешках»<br>3. «Змейка»<br>4. Переправа»<br>5. «Чья команда быстрее построится?»<br>Подвижная игра «Колобок» - совершенствовать координационные способности и ловкость в играх – эстафетах. ОРУ – с предметом (обруч)                                                                                                                                                                         |            |
| 83       |                           | Эстафеты:<br>1. «Удержи волан на ракетке»<br>2. «Прыжки в мешках»<br>3. «Змейка»<br>4. Переправа»<br>5. «Чья команда быстрее построится?»<br>Подвижная игра «Баба Яга» - повышать эмоциональный фон занятий, закреплять навыки основных видов движений. ОРУ – с предметом (обруч) П                                                                                                                                                                    |            |
| 84       |                           | П/и «Колобок» - совершенствовать координационные способности и ловкость в играх – эстафетах.<br>П/и «Баба Яга» - повышать эмоциональный фон занятий, закреплять навыки основных видов движений                                                                                                                                                                                                                                                         |            |

| 1        | 2                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4          |
|----------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Примечание |
| 85       |                           | Ходьба по гимнастическому буму правым и левым боком, поднимая поочерёдно прямую ногу вперёд – вверх, перекладывая под ногой кубик из одной руки в другую 3. Прыжки в длину с разбега на мягкое покрытие (обратить внимание на толчок) П. Из виса на гимнастической стенке: развести ноги в стороны, соединить, поднять вверх У. П/и «Невод» - развивать ловкость и согласованность двигательных действий<br>ОРУ – без предмета (У)              |            |
| 86       |                           | Ходьба по гимнастическому буму правым и левым боком, поднимая поочерёдно прямую ногу вперёд – вверх, перекладывая под ногой кубик из одной руки в другую 3. Прыжки в длину с разбега на мягкое покрытие (обратить внимание на толчок) П. Из виса на гимнастической стенке: развести ноги в стороны, соединить, поднять вверх У. П/и «Кот в сапогах» - повышать эмоциональный фон занятий, развивать ловкость и быстроту. ОРУ – без предмета (У) |            |
| 87       |                           | Подвижная игра «Невод» - развивать ловкость и согласованность двигательных действий<br>Подвижная игра «Кот в сапогах» - повышать эмоциональный фон занятий, развивать ловкость и быстроту                                                                                                                                                                                                                                                       |            |
| 88       |                           | Бег в колонне змейкой со сменой темпа движения. Ходьба по гимнастическому буму на носках, на середине выполнить «ласточку», соскок на мягкое покрытие У. Из виса на гимнастической стенке: поднять прямые ноги и держать угол П. П/и «Лиса Алиса и кот Базилио» - упражнять в выполнении эстафетных заданий в парах, с ограничением зрительного контроля. ОРУ – без предмета (П)                                                                |            |
| 89       |                           | Бег в колонне змейкой со сменой темпа движения. Ходьба по гимнастическому буму на носках, на середине выполнить «ласточку», соскок на мягкое покрытие П. Из виса на гимнастической стенке: поднять прямые ноги и держать угол П. П/и «Золушка» - упражнять в ловкости при работе со спортивным инвентарём                                                                                                                                       |            |
| 90       |                           | Подвижная игра «Лиса Алиса и кот Базилио» - упражнять в выполнении эстафетных заданий в парах, с ограничением зрительного контроля<br>Подвижная игра «Золушка» - упражнять в ловкости при работе со спортивным инвентарём                                                                                                                                                                                                                       |            |
| 91       |                           | Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча об пол, стоя на месте (5 – 10 раз) и в движении правой и левой рукой П. Из виса на гимнастической стенке: поднять прямые ноги и держать угол «Кто дольше удержит?» 3. П/и «Белки на дереве» - упражнять в беге с ловлей и увёртыванием, развивать ловкость. ОРУ – с предметом (мяч)                                                                                                                  |            |
| 92       |                           | Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча об пол, стоя на месте (5 – 10 раз) и в движении правой и левой рукой П. Из виса на гимнастической стенке: поднять прямые ноги и держать угол «Кто дольше удержит?» 3. П/и «Вода – кругом вода» - упражнять в преодолении полосы препятствий, закреплять навыки основных видов движений. ОРУ – с предметом (мяч) У                                                                                    |            |
| 93       |                           | Подвижная игра «Белки на дереве» - упражнять в беге с ловлей и увёртыванием, развивать ловкость<br>Подвижная игра «Вода – кругом вода» - упражнять в преодолении полосы препятствий, закреплять навыки основных видов движений                                                                                                                                                                                                                  |            |
| 94       |                           | Бег с преодолением препятствий (скамейка обруч)<br>Эстафета «Прыжки в мешках». Эстафета «Кто быстрее?». Эстафета «Преодолей тоннель». П/и «Весенние забавы» - упражнять в прыжках на двух ногах в мешках, повышать эмоциональный фон занятий. ОРУ – с предметом (мяч) П                                                                                                                                                                         |            |
| 95       |                           | Бег с преодолением препятствий (скамейка обруч)<br>Эстафета «Прыжки в мешках»<br>Эстафета «Кто быстрее?»<br>Эстафета «Преодолей тоннель»<br>Подвижная игра «Весенний ветерок» - развивать силовые способности, воспитывать волевые качества<br>ОРУ – с предметом (мяч) П                                                                                                                                                                        |            |
| 96       |                           | Подвижная игра «Весенние забавы» - упражнять в прыжках на двух ногах в мешках, повышать эмоциональный фон занятий<br>Подвижная игра «Весенний ветерок» - развивать силовые способности, воспитывать волевые качества                                                                                                                                                                                                                            |            |

| 1        | 2                         | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 4          |
|----------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| №<br>п/п | Дата<br>проведения<br>НОД | Тема НОД                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Примечание |
| 97       |                           | Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить «ласточку» П<br>Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие (высота 30 – 40см) О<br>Отбивание мяча в движении правой и левой рукой, по прямой и между предметами З.<br>П/и «Храбрые солдаты» - развивать силовые способности, скоростно – силовые качества, способствовать желанию соревноваться<br>ОРУ – без предмета (У)          |            |
| 98       |                           | Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить «ласточку» П<br>Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие (высота 30 – 40см) П<br>Отбивание мяча в движении правой и левой рукой, по прямой и между предметами З.<br>П/и «Ворошиловские стрелки» - упражнять в умении метать в катящуюся цель, развивать глазомер. ОРУ – без предмета (У)                                         |            |
| 99       |                           | Подвижная игра «Храбрые солдаты» - развивать силовые способности, скоростно – силовые качества, способствовать желанию соревноваться<br>Подвижная игра «Ворошиловские стрелки» - упражнять в умении метать в катящуюся цель, развивать глазомер                                                                                                                                            |            |
| 100      |                           | Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие (высота 30 – 40см) П<br>Перебрасывание мяча через шнур друг другу из разных и.п. С<br>Лазание по канату в 3 приёма О. П/и «Марш – бросок» - упражнять в преодолении полосы препятствий, закреплять навыки основных видов движений. ОРУ – без предмета (П)                                                                                     |            |
| 101      |                           | Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить «ласточку» З<br>Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие (высота 30 – 40см) П<br>Перебрасывание мяча через шнур друг другу из разных и.п. С. Лазание по канату в 3 приёма П. П/и «Разведчики» - закреплять навыки преодоления препятствий разными способами – перепрыгиванием, перелезанием, подлезанием. ОРУ – без предмета (П) |            |
| 102      |                           | Подвижная игра «Марш – бросок» - упражнять в преодолении полосы препятствий, закреплять навыки основных видов движений<br>Подвижная игра «Разведчики» - закреплять навыки преодоления препятствий разными способами – перепрыгиванием, перелезанием, подлезанием                                                                                                                           |            |
| 103      |                           | Бег со сменой ведущего по сигналу<br>Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие (высота 30 – 40см) З<br>Отбивание мяча на месте со сменой и.п. С. Лазание по канату в три приёма П.<br>Подвижная игра «Тараканьи бега» - развивать координационные способности. ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) У                                                                               |            |
| 104      |                           | Прыжки в высоту с разбега на мягкое покрытие (высота 30 – 40см) З<br>Отбивание мяча на месте со сменой и.п. С. Лазание по канату в три приёма П.<br>Подвижная игра «Волшебные краски лета» - упражнять в беге с ловлей и увёртыванием, развивать ловкость. ОРУ - с предметом (гимнастическая палка) У                                                                                      |            |
| 105      |                           | Подвижная игра «Тараканьи бега» - развивать координационные способности<br>Подвижная игра «Волшебные краски лета» - упражнять в беге с ловлей и увёртыванием, развивать ловкость                                                                                                                                                                                                           |            |
| 106      |                           | Прыжки по гимнастическому буму через небольшие препятствия О<br>Лазание по канату на руках П<br>Подвижная игра «Ловишки» - развивать скоростную выносливость, ловкость в беге с ловлей и увёртыванием<br>ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) П                                                                                                                                        |            |
| 107      |                           | Прыжки по гимнастическому буму через небольшие препятствия О<br>Лазание по канату на руках П<br>Подвижная игра «Попробуй, догони!» - способствовать повышению эмоционального фона, развивать быстроту двигательных действий<br>ОРУ – с предметом (гимнастическая палка) П                                                                                                                  |            |
| 108      |                           | Подвижная игра «Ловишки» - развивать скоростную выносливость, ловкость в беге с ловлей и увёртыванием<br>Подвижная игра «Попробуй, догони!» - способствовать повышению эмоционального фона, развивать быстроту двигательных действий                                                                                                                                                       |            |