

СОГЛАСОВАНО:
На педагогическом совете
Протокол №1 от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МБДОУ №74
В.В. Калинина
Приказ от 29.08.2022 № 111

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по реализации программы

«От рождения до школы»

Образовательная область

«Физическое развитие»

(физическая культура)

автор: Пензулаева Л. И.

3 год обучения

(старшая группа №4; №5, №9)

Разработчик программы:

инструктор по физической культуре

Мирибян А.К. ,

педагог высшей квалификационной категории

г.Ростов-на-Дону
2022-2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа базируется на общеобразовательной программе дошкольного образования "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой по направлению физическая культура.

ЦЕЛИ:

Сохранение, укрепление и охрана здоровья; совершенствование умений и навыков в основных видах движений; воспитание выразительности движений; формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

ЗАДАЧИ:

- Продолжать формировать правильную осанку.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять и развивать умение легко ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать перегонки, с преодолением препятствий
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие.

- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеское взаимоотношение со сверстниками.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Приучать к выполнению действий по сигналу.

ПРИНЦИПЫ:

Реализации рабочей программы по физической культуре основываются на основных принципах общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип культуросообразности, который обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры;

- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются ключевые качества в развитии дошкольников;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, где основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- принцип преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школы.

ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ:

Рабочая программа реализуется в форме организованной образовательной деятельности. Занятия проходят 3 раза в неделю: 2 занятия - в специально организованных условиях - в физкультурном зале; 3-е занятие - на улице. Формы проведения физкультурных занятий: традиционное, игровое, сюжетно-игровое, тренировочное и контрольно-проверочное.

Возраст детей: с 5 до 6 лет.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:

Материально-техническое обеспечение:

В физкультурном зале имеется аудио магнитофон, пианино, спортивное оборудование (гимнастическая скамейка, спортивные тренажеры, беговая дорожка, детский батут, гантели, кольцеброс, шведская стенка, массажные кольца, скакалки, мячи разного размера, комплект вертикальных стоек, модульный набор).

Методическое обеспечение:

Методическая литература для педагога:

- Программа «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» - под ред. Вераксы Н. Е., Комаровой Т. С., Васильевой М. А. Мозаика-Синтез. Москва, 2014.
- Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). Пензулаева Л.И. Мозаика-Синтез, Москва, 2014.
- Сборник подвижных игр. Автор-сост. Степаненкова Э. Я. Мозаика-Синтез, Москва, 2014.
- Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. Борисова М.М. Мозаика-Синтез, Москва, 2014.

Наглядно-дидактические пособия:

- Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь»
- Серия «Рассказы по картинкам»: "Зимние виды спорта", "Летние виды спорта"
- Серия «Расскажите детям о»: «Расскажите детям о зимних видах спорта», «Расскажите детям об олимпийских играх», «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 год обучения 5-6 лет

Учебный план составлен в соответствии с расписанием НОД на 2022-2023 учебный год, утвержденным приказом заведующего от 08.2022 г. №

Дата	Кол-во занятий	№ занятия по программе	Вид и тема	Кол-во часов	Примечание
сентябрь					
05.09.22	1	1	Занятие №1 (контрольно-проверочное)	1 час	
06.09.22	2	2	Занятие №2 (Прыжки на двух ногах)	1 час	
08.09.22	3	3	Занятие №3 ((Прыжки на двух ногах)	1 час	
12.09.22	4	4	Занятие №4 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
13.09.22	5	5	Занятие №5 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
15.09.22	6	6	Занятие №6 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
19.09.22	7	7	Занятие №7 (Ползание по гимнастической скамейке)	1 час	
20.09.22	8	8	Занятие №8 (Бросание мяча вверх, прокатывание мяча)	1 час	
22.09.22	9	9	Занятие №9 (Прыжки, подбрасывание и ловля мяча)	1 час	
26.09.22	10	10	Занятие №10 (Пролезание в обруч боком)	1 час	
27.09.22	11	11	Занятие №11 (Пролезание в обруч боком, прямо)	1 час	
29.09.22	12	12	Занятие №12 (Прыжки)	1 час	
октябрь					
03.10.22	1	13	Занятие №13 (Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки, подбрасывания мяча)	1 час	
04.10.22	2	14	Занятие №14 Ходьба по гимнастической скамейке боком, прыжки, подбрасывания мяча)	1 час	
06.10.22	3	15	Занятие №15 (Перебрасывание мяча через сетку, ходьба по гимнастической скамейке, прыжки, подбрасывания мяча)	1 час	
10.10.22	4	16	Занятие №16 (Прыжки с высоты)	1 час	
11.10.22	5	17	Занятие №17 (Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги)	1 час	
13.10.22	6	18	Занятие №18 (Перебрасывание мяча через сетку)	1 час	
19.10.22	7	19	Занятие №19 (Прокатывание мяч)	1 час	
20.10.22	8	20	Занятие №20 (Метание мяча в горизонтальную цель,	1 час	

22.10.22	9	21	прыжки на двух ногах) Занятие №21 (Познакомить с игрой в бадминтон)	1 час	
24.10.22	10	22	Занятие №22 (Лазанье в обруч, прыжки)	1 час	
25.10.22	11	23	Занятие №23 (Лазанье под дугу, прокатывание мяча)	1 час	
27.10.22	12	24	Занятие №24 «Посадка картофеля»	1 час	
ноябрь					
31.10.22	1	25	Занятие №25 (Перебрасывание мячей в шеренгах)	1 час	
01.11.22	2	26	Занятие №26 (Прыжки, подбрасывание и ловля мяча)	1 час	
03.11.22	3	27	Занятие №27 (Прыжки, подбрасывание и ловля мяча)	1 час	
07.11.22	4	28	Занятие №28 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
08.11.22	5	29	Занятие №29 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
10.11.22	6	30	Занятие №30 (Повторение)	1 час	
14.11.22	7	31	Занятие №31 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
15.11.22	8	32	Занятие №32 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
17.11.22	9	33	Занятие №33 (Повторение)	1 час	
21.11.22	10	34	Занятие №34 (Бросание мяча о землю)	1 час	
22.11.22	11	35	Занятие №35 (Бросание мяча о землю, прыжки,		
24.11.22	12	36	прокатывание мяча) Занятие №36 (Ходьба между предметами)	1 час 1 час	
Декабрь					
05.12.22	1	1	Занятие №1 (Ходьба по наклонной доске)	1 час	
06.12.22	2	2	Занятие №2 (Ходьба по наклонной доске ,прыжки на		
08.12.22	3	3	двух ногах) Занятие №3 «Мороз Красный нос»	1 час 1 час	
12.12.22	1	4	Занятие №4 (Прокатывание мяча между предметами)	1 час	
13.12.22	2	5	Занятие №5 (Прыжки со скамейки, прокатывание		
15.12.22	3	6	набивного мяча) Занятие №6 «Кто быстрее до снеговика»	1 час 1 час	
19.12.22	1	7	Занятие №7 (Ползание по гимнастической скамейке)	1 час	
20.12.22	2	8	Занятие №8 (Перебрасывание мяча)	1 час	
22.12.22	3	9	Занятие №9 «Снежная карусель»	1 час	
26.12.22	1	10	Занятие №10 (Лазанье на гимнастическую стенку)	1 час	

27.12.22	2	11	Занятие №11 (Лазанье на гимнастическую стенку)	1 час	
29.12.22	3	12	Занятие №12 «По снежному валу», (Лыжи)	1 час	
январь					
09.01.23	1	13	Занятие №13 (Бег между предметами, прыжки)	1 час	
10.01.23	2	14	Занятие №14 (Ходьба по наклонной доске, прыжки)	1 час	
12.01.23	3	15	Занятие №15 «Снежная карусель»	1 час	
16.01.23	1	16	Занятие №16 (Разучить прыжок с места)	1 час	
17.01.23	2	17	Занятие №17 (Ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча)	1 час	
19.01.23	3	18	Занятие №18 «Кто быстрее»	1 час	
23.01.23	1	19	Занятие №19 (Перебрасывание мяча друг другу)	1 час	
24.01.23	2	20	Занятие №20 (Прокатывание мяча в парах)	1 час	
26.01.23	3	21	Занятие №21 «Кто дальше бросит»	1 час	
февраль					
02.02.23	1	22	Занятие №22 (Ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча)	1 час	
06.02.23	2	23	Занятие №23 (Бег между предметами)	1 час	
07.02.23	3	24	Занятие №24 (Повторение)	1 час	
13.02.23	1	25	Занятие №25 (Бег между предметами, прыжки, забрасывание мяча в корзину)	1 час	
14.02.23	2	26		1 час	
16.02.23	3	27	Занятие №26 (Бег между предметами, прыжки) Занятие №27 «Змейкой между санками»	1 час	
20.02.23	1	28	Занятие №28 (Прыжки из обруча в обруч)	1 час	
21.02.23	2	29	Занятие №29 (Прыжки в длину, прокатывание мяча)	1 час	
23.02.23	3	30	Занятие №30 «Метелица»	1 час	
27.02.23	1	31	Занятие №31 (Бег врассыпную, ловля мяча двумя руками)	1 час	
28.02.23	2	32		1 час	
02.03.23	3	33	Занятие №32 (Метание мешочков в вертикальную цель) Занятие №33 «Кто дальше бросит снежок»	1 час	
март					
06.03.23	1	1	Занятие №1 (Ходьба с мешочком на голове)	1 час	
07.03.23	2	2	Занятие №2 (Ходьба по канату с мешочком на голове боком)	1 час	
09.03.23	3	3	Занятие №3 «Быстрые и ловкие»	1 час	
13.03.23	1	4	Занятие №4 (Бросание мешочек через сетку)	1 час	
14.03.23	2	5	Занятие №5 (Прыжки в длину, перебрасывание мяча)	1 час	

16.03.23	3	6	через сетку) Занятие №6 «Подбрось-поймай», «Ловкие ребята»	1 час	
20.03.23	1	7	Занятие №7 (Ползание на животе)	1 час	
21.03.23	2	8	Занятие №8 (Ползание на животе на скамейке, прыжки из обруча в обруч между предметами)	1 час	
23.03.23	3	9	Занятие №9 (Прыжки на одной ноге) «Канатаходец»	1 час	
27.03.23	1	10	Занятие №10 (Метание мешочка на горизонтальный	1 час	
28.03.23	2	11	цель)		
30.03.23	3	12	Занятие №11 (Метание мешочка на горизонтальный	1 час	
			цель,) Занятие №12 (Повторение)	1 час	
29.03.23	1	13	Занятие №13 (Прыжки, равновесие)	1 час	
30.03.23	2	14	Занятие №14 (Ходьба с мешочком на голове)	1 час	
				1 час	
апрель					
03.04.23	1	15	Занятие №15 (Повторение зан-е №13)	1 час	
04.04.23	2	16	Занятие №16 (Повторение зан-е №14)	1 час	
06.04.23	3	17	Занятие №17 (Прыжки в длину с места)	1 час	
10.04.23	1	18	Занятие №18 (Прыжки и метание)	1 час	
11.04.23	2	19	Занятие №19 (Метания на дальность)	1 час	
13.04.23	3	20	Занятие №20 (Метание, прыжки, ходьба по гимнастической скамейке)	1 час	
17.04.23	1	21	Занятие №21 (Игровые упражнения с мячом, прыжки, бег)	1 час	
18.04.23	2	22	Занятие №22 (Прыжки, равновесие)	1 час	
20.04.23	3	23	Занятие №23 (Лазанье по гимнастической стенке)	1 час	
24.04.23	1	24	Занятие №24 (Лазанье по гимнастической стенке, прыжки)	1 час	
25.05.23	2	25			
27.05.23	3	26	Занятие №25 (Прыжки в длину с места) Занятие №26 (Прыжки в длину с места, прокатывание мяча)	1 час 1 час	
май					
01.05.23	1	25	Занятие №25 (Игровые упражнения с мячом, прыжки)	1 час	
02.05.23	2	26	Занятие №26 (Прыжки в длину с места, ходьба по гимнастической скамейке)прокатывание мяча)	1 час	
04.05.23	3	27	Занятие №27 (Метание мешочка на дальность)	1 час	

08.05.23	1	28	Занятие №28 (Метание мешочка на дальность)	1 час	
09.05.23	2	29	Занятие №29 (Метание мешочка на дальность ,в вертикальную цель)	1 час	
11.05.23	3	30	Занятие №30(Метание мешочка на дальность ,в вертикальную цель, прыжки)	1 час	
15.05.23	1	31	Занятие №31 (Метание мешочка на дальность ,в вертикальную цель, прыжки)	1 час	
16.05.23	2	32	Занятие №32 (Броски мяча о пол, лазанье в обруч)	1 час	
18.05.23	3	33	Занятие №33(Бег на скорость)	1 час	
22.05.23	1	34	Занятие №34 (контрольно-проверочное) Входная диагностика по программе «От рождения до школы»	1 час	
всего		108		108	

Согласовано:
педагогическим советом
протокол № от .08.2022 г.

Утверждено:
Заведующий МБДОУ № 74
_____ Калинина В.В.
приказ № от _____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по реализации программы

«От рождения до школы»

Образовательная область

«Физическое развитие»

(физическая культура)

автор: Пензулаева Л. И.

3 год обучения

(старшая логопедическая группа №5)

Разработчик программы:

инструктор по физической культуре

Мирибян А.К. ,

педагог высшей квалификационной категории

г.Ростов-на-Дону
2022-2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа базируется на общеобразовательной программе дошкольного образования "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой по направлению физическая культура.

ЦЕЛИ:

Сохранение, укрепление и охрана здоровья; совершенствование умений и навыков в основных видах движений; воспитание выразительности движений; формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

ЗАДАЧИ:

- Продолжать формировать правильную осанку.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять и развивать умение легко ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать перегонки, с преодолением препятствий
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие.

- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеское взаимоотношение со сверстниками.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Приучать к выполнению действий по сигналу.

ПРИНЦИПЫ:

Реализации рабочей программы по физической культуре основываются на основных принципах общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип культуросообразности, который обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры;

- соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются ключевые качества в развитии дошкольников;
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса;
- построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми, где основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;
- принцип преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школы.

ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ:

Рабочая программа реализуется в форме организованной образовательной деятельности. Занятия проходят 3 раза в неделю: 2 занятия - в специально организованных условиях - в физкультурном зале; 3-е занятие - на улице. Формы проведения физкультурных занятий: традиционное, игровое, сюжетно-игровое, тренировочное и контрольно-проверочное.

Возраст детей: с 5 до 6 лет.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ:

Материально-техническое обеспечение:

В физкультурном зале имеется аудио магнитофон, пианино, спортивное оборудование (гимнастическая скамейка, спортивные тренажеры, беговая дорожка, детский батут, гантели, кольцеброс, шведская стенка, массажные кольца, скакалки, мячи разного размера, комплект вертикальных стоек, модульный набор).

Методическое обеспечение:

Методическая литература для педагога:

- Программа «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» - под ред. Вераксы Н. Е., Комаровой Т. С., Васильевой М. А. Мозаика-Синтез. Москва, 2014.
- Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет). Пензулаева Л.И. Мозаика-Синтез, Москва, 2014.
- Сборник подвижных игр. Автор-сост. Степаненкова Э. Я. Мозаика-Синтез, Москва, 2014.
- Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. Борисова М.М. Мозаика-Синтез, Москва, 2014.

Наглядно-дидактические пособия:

- Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь»
- Серия «Рассказы по картинкам»: "Зимние виды спорта", "Летние виды спорта"
- Серия «Расскажите детям о»: «Расскажите детям о зимних видах спорта», «Расскажите детям об олимпийских играх», «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3 год обучения 5-6 лет

Учебный план составлен в соответствии с расписанием НОД на 2022-2023 учебный год, утвержденным приказом заведующего от 08.2022 г. №

Дата	Кол-во занятий	№ занятия по программе	Вид и тема	Кол-во часов	Примечание
сентябрь					
07.09.22	1	1	Занятие №1 (контрольно-проверочное)	1 час	
08.09.22	2	2	Занятие №2 (Прыжки на двух ногах)	1 час	
09.09.22	3	3	Занятие №3 ((Прыжки на двух ногах)	1 час	
14.09.22	4	4	Занятие №4 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
15.09.22	5	5	Занятие №5 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
16.09.22	6	6	Занятие №6 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
21.09.22	7	7	Занятие №7 (Ползание по гимнастической скамейке)	1 час	
22.09.22	8	8	Занятие №8 (Бросание мяча вверх, прокатывание мяча)	1 час	
23.09.22	9	9	Занятие №9 (Прыжки, подбрасывание и ловля мяча)	1 час	
28.09.22	10	10	Занятие №10 (Пролезание в обруч боком)	1 час	
29.09.22	11	11	Занятие №11 (Пролезание в обруч боком, прямо)	1 час	
30.09.22	12	12	Занятие №12 (Прыжки)	1 час	
октябрь					
05.10.22	1	13	Занятие №13 (Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки, подбрасывания мяча)	1 час	
06.10.22	2	14	Занятие №14 Ходьба по гимнастической скамейке боком, прыжки, подбрасывания мяча)	1 час	
07.10.22	3	15	Занятие №15 (Перебрасывание мяча через сетку, ходьба по гимнастической скамейке, прыжки, подбрасывания мяча)	1 час	
12.10.22	4	16	Занятие №16 (Прыжки с высоты)	1 час	
13.10.22	5	17	Занятие №17 (Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги)	1 час	
14.10.22	6	18	Занятие №18 (Перебрасывание мяча через сетку)	1 час	
19.10.22	7	19	Занятие №19 (Прокатывание мяч)	1 час	
20.10.22	8	20	Занятие №20 (Метание мяча в горизонтальную цель,	1 час	

21.10.22	9	21	прыжки на двух ногах) Занятие №21 (Познакомить с игрой в бадминтон)	1 час	
26.10.22	10	22	Занятие №22 (Лазанье в обруч, прыжки)	1 час	
27.10.22	11	23	Занятие №23 (Лазанье под дугу, прокатывание мяча)	1 час	
28.10.22	12	24	Занятие №24 «Посадка картофеля»	1 час	
ноябрь					
02.11.22	1	25	Занятие №25 (Перебрасывание мячей в шеренгах)	1 час	
03.11.22	2	26	Занятие №26 (Прыжки, подбрасывание и ловля мяча)	1 час	
04.11.22	3	27	Занятие №27 (Прыжки, подбрасывание и ловля мяча)	1 час	
09.11.22	4	28	Занятие №28 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
10.11.22	5	29	Занятие №29 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
11.11.22	6	30	Занятие №30 (Повторение)	1 час	
16.11.22	7	31	Занятие №31 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
17.11.22	8	32	Занятие №32 (Прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
18.11.22	9	33	Занятие №33 (Повторение)	1 час	
23.11.22	10	34	Занятие №34 (Бросание мяча о землю)	1 час	
24.11.22	11	35	Занятие №35 (Бросание мяча о землю, прыжки, прокатывание мяча)	1 час	
25.11.22	12	36	Занятие №36 (Ходьба между предметами)	1 час	
Декабрь					
07.12.22	1	1	Занятие №1 (Ходьба по наклонной доске)	1 час	
08.12.22	2	2	Занятие №2 (Ходьба по наклонной доске ,прыжки на двух ногах)	1 час	
09.12.22	3	3	Занятие №3 «Мороз Красный нос»	1 час	
14.12.22	1	4	Занятие №4 (Прокатывание мяча между предметами)	1 час	
15.12.22	2	5	Занятие №5 (Прыжки со скамейки, прокатывание набивного мяча)	1 час	
16.12.22	3	6	Занятие №6 «Кто быстрее до снеговика»	1 час	
21.12.22	1	7	Занятие №7 (Ползание по гимнастической скамейке)	1 час	
22.12.22	2	8	Занятие №8 (Перебрасывание мяча)	1 час	
23.12.22	3	9	Занятие №9 «Снежная карусель»	1 час	
28.12.22	1	10	Занятие №10 (Лазанье на гимнастическую стенку)	1 час	

29.12.22	2	11	Занятие №11 (Лазанье на гимнастическую стенку)	1 час	
30.12.22	3	12	Занятие №12 «По снежному валу», (Лыжи)	1 час	
январь					
11.01.23	1	13	Занятие №13 (Бег между предметами, прыжки)	1 час	
12.01.23	2	14	Занятие №14 (Ходьба по наклонной доске, прыжки)	1 час	
13.01.23	3	15	Занятие №15 «Снежная карусель»	1 час	
18.01.23	1	16	Занятие №16 (Разучить прыжок с места)	1 час	
19.01.23	2	17	Занятие №17 (Ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча)	1 час	
20.01.23	3	18	Занятие №18 «Кто быстрее»	1 час	
25.01.23	1	19	Занятие №19 (Перебрасывание мяча друг другу)	1 час	
26.01.23	2	20	Занятие №20 (Прокатывание мяча в парах)	1 час	
27.01.23	3	21	Занятие №21 «Кто дальше бросит»	1 час	
февраль					
01.02.23	1	22	Занятие №22 (Ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча)	1 час	
02.02.23	2	23	Занятие №23 (Бег между предметами)	1 час	
03.02.23	3	24	Занятие №24 (Повторение)	1 час	
08.02.23	1	25	Занятие №25 (Бег между предметами, прыжки, забрасывание мяча в корзину)	1 час	
09.02.23	2	26	Занятие №26 (Бег между предметами, прыжки)	1 час	
10.02.23	3	27	Занятие №27 «Змейкой между санками»	1 час	
15.02.23	1	28	Занятие №28 (Прыжки из обруча в обруч)	1 час	
16.02.23	2	29	Занятие №29 (Прыжки в длину, прокатывание мяча)	1 час	
17.02.23	3	30	Занятие №30 «Метелица»	1 час	
22.02.23	1	31	Занятие №31 (Бег врассыпную, ловля мяча двумя руками)	1 час	
23.02.23	2	32	Занятие №32 (Метание мешочков в вертикальную цель)	1 час	
24.03.23	3	33	Занятие №33 «Кто дальше бросит снежок»	1 час	
март					
01.03.23	1	1	Занятие №1 (Ходьба с мешочком на голове)	1 час	
02.03.23	2	2	Занятие №2 (Ходьба по канату с мешочком на голове боком)	1 час	
03.03.23	3	3	Занятие №3 «Быстрые и ловкие»	1 час	
08.03.23	1	4	Занятие №4 (Бросание мешочек через сетку)	1 час	
09.03.23	2	5	Занятие №5 (Прыжки в длину, перебрасывание мяча)	1 час	

10.03.23	3	6	через сетку) Занятие №6 «Подбрось-поймай», «Ловкие ребята»	1 час	
15.03.23	1	7	Занятие №7 (Ползание на животе)	1 час	
16.03.23	2	8	Занятие №8 (Ползание на животе на скамейке, прыжки из обруча в обруч между предметами)	1 час	
17.03.23	3	9	Занятие №9 (Прыжки на одной ноге) «Канатаходец»	1 час	
22.03.23	1	10	Занятие №10 (Метание мешочка на горизонтальный	1 час	
23.03.23	2	11	цель)		
24.03.23	3	12	Занятие №11 (Метание мешочка на горизонтальный цель,) Занятие №12 (Повторение)	1 час 1 час	
28.03.23	1	13	Занятие №13 (Прыжки, равновесие)	1 час	
29.03.23	2	14	Занятие №14 (Ходьба с мешочком на голове)	1 час 1 час	
апрель					
05.04.23	1	15	Занятие №15 (Повторение зан-е №13)	1 час	
06.04.23	2	16	Занятие №16 (Повторение зан-е №14)	1 час	
07.04.23	3	17	Занятие №17 (Прыжки в длину с места)	1 час	
12.04.23	1	18	Занятие №18 (Прыжки и метание)	1 час	
13.04.23	2	19	Занятие №19 (Метания на дальность)	1 час	
14.04.23	3	20	Занятие №20 (Метание, прыжки, ходьба по гимнастической скамейке)	1 час	
19.04.23	1	21	Занятие №21 (Игровые упражнения с мячом, прыжки, бег)	1 час	
20.04.23	2	22	Занятие №22 (Прыжки, равновесие)	1 час	
21.04.23	3	23	Занятие №23 (Лазанье по гимнастической стенке)	1 час	
26.04.23	1	24	Занятие №24 (Лазанье по гимнастической стенке, прыжки)	1 час	
27.05.23	2	25			
28.05.23	3	26	Занятие №25 (Прыжки в длину с места) Занятие №26 (Прыжки в длину с места, прокатывание мяча)	1 час 1 час	
май					
03.05.23	1	25	Занятие №25 (Игровые упражнения с мячом, прыжки)	1 час	
04.05.23	2	26	Занятие №26 (Прыжки в длину с места, ходьба по гимнастической скамейке)прокатывание мяча)	1 час	
05.05.23	3	27	Занятие №27 (Метание мешочка на дальность)	1 час	

10.05.23	1	28	Занятие №28 (Метание мешочка на дальность)	1 час	
11.05.23	2	29	Занятие №29 (Метание мешочка на дальность ,в вертикальную цель)	1 час	
12.05.23	3	30	Занятие №30(Метание мешочка на дальность ,в вертикальную цель, прыжки)	1 час	
17.05.23	1	31	Занятие №31 (Метание мешочка на дальность ,в вертикальную цель, прыжки)	1 час	
18.05.23	2	32	Занятие №32 (Броски мяча о пол, лазанье в обруч)	1 час	
19.05.23	3	33	Занятие №33(Бег на скорость)	1 час	
24.05.23	1	34	Занятие №34 (контрольно-проверочное) Входная диагностика по программе «От рождения до школы»	1 час	
всего		108		108	