ПРИНЯТ УТВЕРЖДЕНО

педагогическим советом приказом МБДОУ

МБДОУ«Детский сад №7 «Хьава» «Детский сад №7 «Хьава»

(протокол от 30.08.2021г.№01) г.Шали Шалинского

муниципального района

от 30.08.2021 № \_\_\_\_\_

**Перспективное планирование**

**в младшей группе**

**инструктора по физической культуре**

**МБДОУ «Детский сад №7 «Хьава» г.Шали**

**Шалинского муниципального района**

**на 2021 – 2022 учебный год**

СОГЛАСОВАНО Инструкторы по физической культуре:

Старший воспитатель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А. Шамсуева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г.Шали – 2021

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | № 1 стр. 19    Л.И. Пензулаева | 03.09.2021 | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании. |
|  | 2 | № 2 стр. 20   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 04.09. | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании. |
| 2 | 1  2 | № 3 стр. 21  № 4 стр. 23  Л.И. Пензулаева | 07.09.  10.09. | . Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. |
|  | 3 | № 5 стр. 23  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 11.09. | Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при продвижении верх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча |
| 3 | 1  2 | № 6 стр.24  № 7 стр.26  Л.И. Пензулаева | 14.09.  17.09. | Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках. |
|  | 3 | № 8 стр. 26   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 18.09. | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. |
| 4 | 1  2 | № 9 стр.26   № 10 стр.28  Л.И. Пензулаева | 21.09.  24.09. | Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления. |
|  | 3 | № 11 стр.29  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 25.09. | Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |
| 5 |  | № 12 стр.30  Л.И. Пензулаева | 28.09 | Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках. |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **ООД**  **по физическому**  **развитию** | | **Дата** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | № 13 стр.30 | 01.10.  2020 | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперёд. |
|  | 2 | № 14 стр. 32  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 02.10. | Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры. |
| 2 | 1  2 | № 15 стр. 32  № 16 стр. 34  Л.И. Пензулаева | 05.10.  08.10. | Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. |
|  | 3 | № 17 стр. 34   На воздухе  Л.И.Пензулаева | 09.10. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. |
| 3 | 1  2 | № 18 стр.35   № 19 стр. 35  Л.И. Пензулаева | 12.10.  15.10. | Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. |
|  | 3 | № 20 стр.36  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 16.10. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперёд. |
| 4 | 1  2 | № 21 стр.36  № 22 стр.37  Л.И. Пензулаева | 19.10.  22.10. | Упражнять в ходьбе и беге в колонну по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. |
|  | 3 | № 23 стр. 38  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 23.10. | Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.  Кхийсадалар |
| 5 | 1  2 | № 24 стр.36  № 25 стр.37  Л.И. Пензулаева | 26.10.  29.10. | Упражнять в ходьбе и беге в колонну по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. |
|  | 3 | № 26 стр. 38  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 30.10. | Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.  Кхийсадалар |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому**  **развитию** | | **Дата проведения** | | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 27 стр.39  № 28 стр.40  Л.И. Пензулаева | | 02.11.2021  05.11. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. |
|  | 3 | № 29 стр. 40   На воздухе  Л.И. Пензулаева | | 06.11. | Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьба и бег «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнения в прыжках. |
| 2 | 1  2 | № 30 стр. 41   № 31 стр.42  Л.И. Пензулаева | | 09.11.  12.11. | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. |
|  | 3 | № 32 стр. 43   На воздухе  Л.И. Пензулаева | | 13.11. | Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении. |
| 3 | 1  2 | №33 стр.43  № 34 стр.44  Л.И. Пензулаева | | 16.11.  19.11. | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. |
|  | 3 | № 35 стр.45  На воздухе  Л.И. Пензулаева | | 20.11. | Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением. |
| 4 | 1  2 | № 36 стр.45  № 37 стр.46  Л.И. Пензулаева | | 23.11.  26.11. | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задания на сохранение устойчивого равновесия. |
|  | 3 | № 38 стр.46  На воздухе  Л.И. Пензулаева | | 27.11. | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках. |
| 5 | 1 | № 39 стр.47 | | 30.11. | Упражнять детей в ходьбе и беге, развивая силу и ловкость; повторить задания на сохранение устойчивого равновесия. |

**Ноябрь**

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **ООД**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 2 | № 1 стр.48 | 03.12.2021 | Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. |
|  | 3 | № 2 стр.49   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 04.12. | Упражнять в ходьбе между сооружениями из «снега»; в умении действовать по сигналу воспитателя. |
| 2 | 1  2 | № 3 стр. 50   № 4 стр.51  Л.И. Пензулаева | 7.12.  10.12. | Упражнять детей в перестроение в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. |
|  | 3 | № 5 стр. 51  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 11.12. | Упражнять в ходьбе ступающим шагом, как на «лыжах». |
| 3 | 1  2 | № 6 стр.52   № 7 стр. 53  Л.И. Пензулаева | 14.12.  17.12. | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. |
|  | 3 | № 8 стр. 54   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 18.12. | Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на «лыжах»; упражнять в метании на дальность «снежков», развивая силу броска. |
| 4 | 1  2 | № 9 стр.54   № 10 стр.55  Л.И. Пензулаева | 21.12.  24.12. | Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения в равновесии. |
|  | 3 | № 11 стр. 56   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 25.12. | Закреплять навык передвижения скользящим шагом «на лыжах». |
| 5 |  | № 12 стр. 57  Л.И. Пензулаева | 28.12. | Закреплять навык передвижения скользящим шагом «на лыжах». |

**Январь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 13 стр. 57  № 14 стр. 58  Л.И. Пензулаева | 11.01.2022  14.01. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. |
|  | 3 | № 15 стр.59   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 15.01. | Продолжать учить детей передвигаться скользящим шагом «на лыжах»; повторить игровые упражнения. |
| 2 | 1  2 | № 16 стр.59  № 17 стр.60  Л.И. Пензулаева | 18.01.  21.01. | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. |
|  | 3 | № 18 стр.60  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 22.01. | Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг «снежной бабы». |
| 3 | 1  2 | № 19 стр.61   № 20 стр.62  Л.И. Пензулаева | 25.01.  28.01. | Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. |
|  | 3 | №21 стр.62  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 29.01. | Учить детей в перепрыгивании через препятствия; в метании «снежков» на дальность. |
| 4 | 1  2 | № 22 стр.63   № 23 стр.64  Л.И. Пензулаева |  | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур. |
|  | 3 | № 24 стр.64  На воздухе  Л.И. Пензулаева |  | Повторить занятие № 21. Учить детей в перепрыгивании через препятствия; в метании «снежков» на дальность. |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 25 стр.65   № 26 стр. 66  Л.И. Пензулаева | 01.02.2022  04.02. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задания в прыжках. |
|  | 3 | № 27 стр. 67  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 05.02 | Повторить метание «снежков» в цель, игровые задания на «санках» (санки при необходимости заменяем). |
| 2 | 1  2 | № 28 стр.67  № 29 стр.68  Л.И. Пензулаева | 08.02.  11.02. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. |
|  | 3 | № 30 стр.68   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 12.02. | Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. |
| 3 | 1  2 | №31 стр.69  № 32 стр.70  Л.И. Пензулаева | 15.02.  18.02. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. |
|  | 3 | № 33 стр.70   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 19.02. | Упражнять детей в метании «снежков» на дальность. |
| 4 | 1  2 | № 34 стр.70   № 35 стр.71  Л.И. Пензулаева | 22.02.  25.02. | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. |
|  | 3 | № 36 стр.72  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 26.02. | Развивать ловкость и глазомер при метании «снежков»; повторить игровые упражнения. |

**Март**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **ООД**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр.72  № 2 стр.73  Л.И. Пензулаева | 01.03.2022  04.03. | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
|  | 3 | № 3 стр. 73   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 05.03. | Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. |
| 2 | 1  2 | № 4 стр.74   № 5 стр. 75  Л.И. Пензулаева | 08.03.  11.03. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мяча через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную. |
|  | 3 | № 6 стр. 76   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 12.03. | Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой. |
| 3 | 1  2 | № 7 стр.76  № 8 стр. 77  Л.И. Пензулаева | 15.03.  18.03. | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке. |
|  | 3 | № 9 стр. 77   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 19.03. | Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно). |
| 4 | 1  2 | № 10 стр. 78   № 11 стр.79  Л.И. Пензулаева | 22.03.  25.03. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. |
|  | 3 | № 12 стр. 79   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 26.03. | Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. |
| 5 | 1 | № 10 стр. 78  Л.И. Пензулаева | 29.03. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | № 13 стр.80  Л.И. Пензулаева | 01.04.2022 | Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
|  | 2 | № 14 стр. 82  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 02.04. | Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| 2 | 1  2 | № 15 стр. 81  № 16 стр.82  Л.И. Пензулаева | 05.04.  08.04 | Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячом. |
|  | 3 | № 17 стр.83  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 09.04. | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. |
|  | 1  2 | № 18 стр.84  № 19 стр.84  Л.И. Пензулаева | 12.04.  15.04. | Повторить ходьбу и бег по кругу; упражняя в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры. |
| 3 | 3 | № 20 стр. 85 На воздухе  Л.И. Пензулаева | 16.04. | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. |
|  | 1  2 | № 21 стр.85   № 23 стр.87  Л.И. Пензулаева | 19.04.  22.04 | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. |
| 4 | 3 | № 22 стр. 86  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 23.04. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
|  | 1  2 | № 24 стр. 87  № 25 стр. 88  Л.И. Пензулаева | 26.04.  29.04 | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча. |
| 5 | 3 | № 26 стр. 869  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 30.04. | Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке, упражнять в прыжках с высоты, учить бросать и ловить мяч, действовать по сигналу воспитателя. |

**Май**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 25 стр. 88   № 26 стр. 89  Л.И. Пензулаева | 03.05.2022  06.05. | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опора; повторить прыжки в длину с места. |
|  | 3 | № 27 стр. 89   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 07.05. | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом. |
| 2 | 1  2 | №28 стр. 89  №29 стр. 90  Л.И. Пензулаева | 10.05.  13.05. | Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. |
|  | 3 | № 30 стр. 90  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 14.05. | Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками. |
| 3 | 1  2 | №31 стр.91  № 32 стр. 92  Л.И. Пензулаева | 17.05.  20.05. | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, бег в рассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. |
|  | 3 | № 33 стр. 92   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 21.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. |
| 4 | 1  2 | № 34 стр. 92  № 35 стр.93  Л.И. Пензулаева | 24.05.  27.05. | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. |
|  | 3 | № 36 стр. 93  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 28.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом. |

ПРИНЯТО УТВЕРЖДЕНО

педагогическим советом приказом МБДОУ

МБДОУ«Детский сад №7 «Хьава» «Детский сад №7 «Хьава»

(протокол от 30.08.2021г.№01) г.Шали Шалинского

муниципального района

от 30.08.2021 № \_\_\_\_

**Перспективное планирование**

**в средней группе**

**инструктора по физической культуре**

**МБДОУ «Детский сад №7 «Хьава» г.Шали**

**Шалинского муниципального района**

**на 2021 – 2022 учебный год**

СОГЛАСОВАНО Инструкторы по физической культуре:

Старший воспитатель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А. Шамсуева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г.Шали – 2021г.

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому**  **развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | №1   Стр. 15  Л.И. Пензулаева | 03.09.21 | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперёд и перебрасывании мяча. |
|  | 2 | №2 Стр. 17  На воздухе.   Л.И.Пензулаева | 04.09. | Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| 2 | 1  2 | №3 Стр.  19   №4 Стр. 20   Пензулаева Л.И. | 07.09.  10.09. | Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх. |
|  | 3 | № 5 Стр. 20   На воздухе.   Пензулаева Л.И. | 11.09. | Повторить ходьбу между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнять в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом. |
| 3 | 1  2 | № 6 Стр. 21  №7 Стр.23  . Пензулаева Л.И | 14.09.  17.09. | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин., в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и равновесие. |
|  | 3 | №8 Стр. 24  На воздухе.  Л.И. Пензулаева | 18.09. | Повторить бег, продолжительностью до 1 мин., упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений. |
| 4 | 1  2 | № 9 Стр. 24   № 10 Стр.26  Л.И. Пензулаева | 21.09.  24.09. | Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.  Игра «Г1аралхой» |
|  | 3 | № 11 Стр. 26  На воздухе.  Л.И. Пензулаева | 25.09. | Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер. Игра «Г1аралхой» |
| 5 |  | № 12 Стр. 26    Л.И. Пензулаева | 28.09 | Закреплять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер. Игра «Г1аралхой» |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | № 1 Стр. 28  Л.И. Пензулаева | 01.10.2021 | Упражнять в беге до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. |
|  | 2 | № 2 Стр. 29   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 02.10. | Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках. |
| 2 | 1  2 | № 3 Стр.30 №17 Стр.32  Л.И. Пензулаева | 05.10.  08.10. | Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с препятствиями; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. |
|  | 3 | №4 Стр.32   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 09.10. | Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. |
| 3 | 1  2 | № 5 Стр. 33 №20 Стр.34  Л.И. Пензулаева | 12.10.  15.10. | Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. |
|  | 3 | №6 Стр.35  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 16.10. | Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровые упражнения с прыжками. |
| 4 | 1  2 | №7 Стр.35  №8 Стр.37  Л.И. Пензулаева | 19.10.  22.10. | Учить в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Игра «Зилам-зилам» |
|  | 3 | №9 Стр.37  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 23.10. | Учить в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Игра «Зилам-зилам» |
| 5 | 1  2 | №10 Стр.38  №11 Стр.39  Л.И. Пензулаева | 26.10.  29.10 | Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты; разучить игру    « Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре « Затейники». |
|  | 3 | №12 Стр.40  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 30.10. | Закреплять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **ООД**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр. 39  № 2 стр. 41  Л.И. Пензулаева | 02.11.2021  05.11. | Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывании мячей в шеренгах. |
| 3 | № 3 стр. 41  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 06.11. | Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. |
| 2 | 1  2 | № 4 стр. 42  №5 стр. 43  Л.И. Пензулаева | 09.11.  12.11. | Упражнять в ходьбе с изменением направления, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперёд; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами. |
| 3 | № 6 стр. 43  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 13.11. | Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге. |
| 3 | 1  2 | №7 стр. 44  № 8 стр. 45  Л.И. Пензулаева | 16.11.  19.11. | Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. |
| 3 | № 9 стр. 45  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 20.11. | Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. |
| 4 | 1  2 | № 10 стр. 46  № 11 стр. 47  Л.И. Пензулаева | 23.11.  26.11. | Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. |
| 3 | № 12 стр. 47  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 27.11. | Повторить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя, упражнять в равновесии и прыжках. Игра «Туьшнехь ловзар» |
| 5 | 1 | № 13 стр. 48    Л.И. Пензулаева | 30.11. | Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому**  **развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | №1   Стр.48 | 03.12.2021 | Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. |
|  | 3 | №2 Стр.49   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 04.12. | Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков, (можно заменить подушечками для метания), на дальность. |
| 2 | 1  2 | №3   Стр.50   №4 Стр.51  Л.И. Пензулаева | 07.12.  10.12. | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча. |
|  | 3 | №5 Стр.52   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 11.12. | Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках до ориентира; в бросании «снежков» в цель. |
| 3 | 1  2 | №6 Стр.53  №7 Стр.54  Л.И. Пензулаева | 14.12.  17.12. | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. |
|  | 3 | №8 Стр. 54  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 18.12. | Развивать ритмичность ходьбы на «лыжах»; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросанием. |
| 4 | 1  2 | № 9 Стр.55   №10 Стр.57  Л.И. Пензулаева | 21.12.  24.12. | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазании на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках. Игра «Сиха хьала мила г1отту», |
|  | 3 | № 11 Стр. 57   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 25.12. | Повторить передвижение на «лыжах» скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Игра «Цицигий, хьозий» |
| 5 |  | № 12 Стр.58 | 28.12. | Повторить передвижение на «лыжах» скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой. Игра «Цицигий, хьозий» |

**Январь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1Стр. 59  №14 Стр. 60  Л.И. Пензулаева | 11.01.2022  14.01. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. |
|  | 3 | №2 Стр.61  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 15.01. | Продолжить учить детей передвигаться по учебной «лыжне»; повторить игровые упражнения. |
| 2 | 2 | № 3 Стр.61  № 4 Стр.63  Л.И. Пензулаева | 18.01.  21.01. | Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. |
|  | 3 | №5 Стр.63  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 22.01. | Закреплять навык скользящего шага на «лыжах»; повторить игровые упражнения с бегом и метанием. |
| 3 | 1  2 | № 6 Стр. 63  №20 Стр. 64  Л.И. Пензулаева | 25.01.  28.01. | Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задания в равновесии. |
|  | 3 | №7 Стр. 65  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 29.01. | Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на «лыжах»; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками, метанием «снежков» на  дальность. |
| 4 | 1  2 | №8 Стр. 65  №9 Стр.66  Л.И. Пензулаева |  | Повторить ходьбу и бег по кругу'; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазании. Игра « Х1аваа г1аж» |
|  | 3 | №10 Стр.66  На воздухе  Л.И. Пензулаева |  | Разучить повороты на «лыжах»; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | №1 Стр.68  № 2 Стр. 69  Л.И. Пензулаева | 01.02.2022  04.02. | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. |
|  | 3 | № 3 Стр. 69  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 05.02. | Упражнять детей в ходьбе скользящим шагом, повторить повороты на «лыжах», игровые упражнения с шайбой. |
| 2 | 1  2 | №4 Стр.70  №5 Стр.71  Л.И. Пензулаева | 08.02.  11.02. | Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. |
|  | 3 | № 6 Стр. 71   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 12.02. | Упражнять в ходьбе скользящим шагом, метании «снежков» на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. |
| 3 | 1  2 | №7 Стр.71  № 8 Стр. 72  Л.И. Пензулаева | 15.02.  18.02. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё. |
|  | 3 | №9 Стр.73   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 19.02. | Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание «снежков» в цель и на дальность. |
| 4 | 1  2 | № 10 Стр. 73 №11 Стр.74  Л.И. Пензулаева | 22.02.  25.02. | Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье ; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания с мячом и в прыжках.Ловзар «Го юккъе валар» |
|  | 3 | № 12 Стр. 75  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 26.02 | Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполнением заданий. |

**Март**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр. 76  № 2 стр.77  Л.И.Пензулаева | 01.03.2022  04.03. | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер. |
|  | 3 | № 3 стр. 78  На воздухе  Л.И.Пензулаева | 05.03. | Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер. |
| 2 | 1  2 | № 4 стр. 79   № 5 стр. 80  Л.И.Пензулаева | 11.03.  12.03. | Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. |
|  | 3 | № 6 стр.80  На воздухе  Л.И.Пензулаева | 15.03. | Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. |
| 3 | 1  2 | № 7 стр. 81   №8 стр. 82  Л.И. Пензулаева | 18.03.  19.03. | Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках. |
|  | 3 | № 9 стр.83  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 22.03. | Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. |
| 4 | 1  2 | № 10 стр.83  № 11 стр.84  Л.И. Пензулаева | 25.03.  26.03. | Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. Ловзар «Ц1ерпошт» |
|  | 3 | №12 стр.85   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 29.03 | Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками. |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр.86   № 2 стр.87  Л.И. Пензулаева | 01.04.2022  02.04. | Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. |
|  | 3 | № 3 стр. 87  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 05.04. | Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега;  повторить игру с бегом « Ловишки -  перебежки»  Эстафету с большим мячом. |
| 2 | 1  2 | № 4 стр.88   № 5 стр.89  Л.И. Пензулаева | 08.04.  09.04. | Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. |
|  | 3 | № 6 стр.89  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 12.04. | Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. |
| 3 | 1  2 | № 7 стр.89  № 8 стр.91  Л.И. Пензулаева | 15.04.  16.04. | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. |
|  | 3 | № 9 стр. 91  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 19.04. | Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. |
| 4 | 1  2 | № 10 стр.91   № 11 стр.93  Л.И. Пензулаева | 22.04.  23.04. | Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.  Ловзар «Буьрка» |
|  | 3 | № 12 стр. 93   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 26.04. | Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. |
|  | 1  2 | № 25 стр.94   № 26 стр.96  Л.И. Пензулаева | 29.04.  30.04. | Повторятьупражнения в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. |

**Май**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр.94   № 2 стр.95  Л.И. Пензулаева | 03.05.  06.05.2022 | Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. |
|  | 3 | №37 стр. 96  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 07.05. | Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон). |
| 2 | 1  2 | № 4 стр. 96   № 29 стр. 97  Л.И. Пензулаева | 10.05.  13.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча. |
|  | 3 | № 5 стр. 97   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 14.05. | Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом. |
| 3 | 1  2 | №6стр.98  № 7 стр.99  Л.И. Пензулаева | 17.05.  20.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем. |
|  | 3 | № 8 стр.99  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 21.05. | Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках. |
| 4 | 1  2 | № 9 стр.100  №10 стр.101  Л.И. Пензулаева | 24.05.  27.05. | Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. Ловзар «Лапта» |
|  | 3 | №11 стр.101   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 28.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровые упражнения с мячом. |

ПРИНЯТО УТВЕРЖДЕНО

педагогическим советом приказом МБДОУ

МБДОУ«Детский сад №7 «Хьава» «Детский сад №7 «Хьава»

(протокол от 30.08.2021г.№01) г.Шали Шалинского

муниципального района

от 30.08.2021 № \_\_\_\_

**Перспективное планирование**

**в старшей группе**

**инструктора по физической культуре**

**МБДОУ «Детский сад №7 «Хьава» г.Шали**

**Шалинского муниципального района**

**на 2021 – 2022 учебный год**

СОГЛАСОВАНО Инструкторы по физической культуре:

Старший воспитатель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А. Шамсуева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г.Шали – 2021г.

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию**  **физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | № 1 СТр. 8  Л.И. Пензулаева | 02.09.2021 | 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. |
|  | 2 | № 2 стр.9  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 04.09. | Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. |
| 2 | 1  2 | № 3стр.10  № 4 стр. 12  Л.И. Пензулаева | 08.09.  09.09. | 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. |
|  | 3 | № 5 стр. 13  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 11.09. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений. |
| 3 | 1  2 | № 6 стр. 14  № 7 стр. 15  Л.И. Пензулаева | 15.09.  16.09. | 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. |
|  | 3 | № 8 стр. 15  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 18.09. | Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. |
| 4 | 1  2 | № 9 стр. 15   № 10 стр.17  Л.И. Пензулаева | 22.09.  23.09. | 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. Игра «Г1аралхой» |
|  | 3 | № 11 стр.17 На воздухе | 25.09. | Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта». Игра «Г1аралхой» |
| 5 | 1  2 | № 12 стр. 18   № 13 стр.19  Л.И. Пензулаева | 29.09.  30.09. | Повторять упражнения 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. Игра «Г1аралхой» |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1 | № 13 стр.19  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 02.10. | Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках. |
| 2 | 1  2 | № 14 стр.20  № 15 стр. 21  Л.И. Пензулаева | 06.10.2021  07.10. | Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. |
| 3 | № 16 стр. 22 На воздухе  Л.И. Пензулаева | 09.10. | 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. |
| 3 | 1  2 | № 17 стр. 23  № 18 стр. 23  Л.И. Пензулаева | 13.10.  14.10 | Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках. |
| 3 | № 19 стр. 25  Л.И. Пензулаева  На воздухе | 16.10. | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |
| 4 | 1  2 | №20 стр.25   № 21 стр.26  Л.И. Пензулаева | 20.10.  21.10. | Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. |
| 3 | № 22 стр.27  Л.И. Пензулаева На воздухе | 23.10. | Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |
| 5 | 1  2 | № 23 стр.27   № 24 стр.26  Л.И. Пензулаева | 27.10.  28.10. | Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.Игра «Зилам-зилам» |
|  | № 25 стр.27  Л.И. Пензулаева На воздухе | 30.10. | Закреплять навыки ходьбы . Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 25 стр.28  № 26 стр. 31  Л.И. Пензулаева | 03.11.2021  04.11. | Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру): упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур: повторить эстафету с мячом. |
|  | 3 | № 27 стр. 31  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 06.11. | Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. |
| 2 | 1  2 | № 28 стр.31   № 29 стр. 33  Л.И. Пензулаева | 10.11.  11.11. | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. |
|  | 3 | № 30 стр.33  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 13.11. | Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом. |
| 3 | 1  2 | №31 стр.33  № 32 стр. 35  Л.И. Пензулаева | 17.11.  18.11. | Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии. |
|  | 3 | № 33 стр.35  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 20.11. | Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом. |
| 4 | 1  2 | № 34 стр. 36  № 35 стр.37  Л.И. Пензулаева | 24.11.  25.11. | Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в сазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Игра «Туьшнехь ловзар» |
|  | 3 | № 36 стр. 38  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 27.11. | Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом. Игра «Туьшнехь ловзар» |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр.39  № 2 стр.40  Л.И. Пензулаева | 01.12.2021  02.12. | Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом. |
|  | 3 | № 3 стр.40  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 04.12. | Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. |
| 2 | 1  2 | № 4 стр.41  № 5 стр. 42  Л.И. Пензулаева | 08.12.  09.12. | 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. |
|  | 3 | № 6 стр.42  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 11.12. | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. |
| 3 | 1  2 | № 7 стр.44  № 8 стр. 45  Л.И. Пензулаева | 15.12.  16.12. | Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. |
|  | 3 | № 9 стр.45  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 18.12. | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. |
| 4 | 1  2 | № 10 стр. 46   № 11 стр.47  Л.И. Пензулаева | 22.12.  23.12. | Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. Игра «Сиха хьала мила г1отту» |
|  | 3 | № 12 стр. 47  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 25.12. | Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Игра «Сиха хьала мила г1отту» |

**Январь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 13 стр.48  № 14 стр. 50  Л.И. Пензулаева | 12.01.2022  13.01. | Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной плошали опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. |
|  | 3 | № 15 стр.50  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 15.01. | Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза». |
| 2 | 1  2 | № 16 стр.51  № 17 стр. 52  Л.И. Пензулаева | 19.01.  20.01. | Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. |
|  | 3 | № 18 стр.53  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 22.01. | Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки». |
| 3 | 1  2 | № 19 стр.53  № 20 стр.55  Л.И. Пензулаева | 26.01.  27.01. | Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур. |
|  | 3 | № 21 стр.55  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 29.01. | Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках. |
| 4 | 1  2 | № 22 стр.56  № 23 стр.57  Л.И. Пензулаева |  | Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. Игра «Х1аваа г1аж» |
|  | 3 | № 24 стр.57  На воздухе  Л.И. Пензулаева |  | Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке (скользящий шаг); разучить игру «По местам!». |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 25 стр.58   № 26 стр. 59  Л.И. Пензулаева | 02.02.2022  03.02. | 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. |
|  | 3 | № 27 стр.59   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 05.02. | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. |
| 2 | 1  2 | № 28 стр.60   № 29 стр. 61  Л.И. Пензулаева | 09.02.  10.02. | 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). |
|  | 3 | № 30 стр. 61   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 12.02. | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. |
| 3 | 1  2 | №31 стр.62  № 32 стр.63  Л.И. Пензулаева | 16.02.  17.02. | Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. |
|  | 3 | № 33 стр.63  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 19.02. | Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. |
| 4 | 1  2 | № 34 стр.64  № 35 стр.65  Л.И. Пензулаева | 23.02.  24.02. | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Ловзар «Го юккъе валар» |
|  | 3 | № 36 стр.65   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 26.02 | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками. |

**Март**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные задачи** |
| 1 | 1  2 | № 1 стр.71  № 2 стр. 72  Л.И. Пензулаева | 02.03.2022  03.03. | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. |
|  | 3 | № 3 стр.72  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 05.03. | Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом. |
| 2 | 1  2 | № 4 стр. 73  № 5 стр. 74  Л.И. Пензулаева | 09.03.  10.03. | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. |
|  | 3 | № 6 стр.74  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 12.03. | Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом. |
| 3 | 1  2 | № 7 стр.75   № 8 стр.77  Л.И. Пензулаева | 16.03.  17.03. | Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. |
|  | 3 | № 9 стр. 77  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 19.03. | Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. |
| 4 | 1  2 | № 10 стр.78  № 11 стр. 79  Л.И. Пензулаева | 23.03.  24.03. | Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи, повторить упражнения на равновесие и прыжки. Ловзар «Ц1ерпошт» |
|  | 3 | № 12 стр. 79  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 26.03 | Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. |
| 5 | 1  2 | № 13 стр.80  № 14 стр. 80  Л.И. Пензулаева | 30.03.  31.03. | Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи, повторить упражнения на равновесие и прыжки. Ловзар «Ц1ерпошт» |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные  задачи** |
| 1 | 1 | № 13 стр. 80  № 14 стр.81  Л.И. Пензулаева | 06.04.2022  07.04. | Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. |
|  | 3 | № 15 стр. 81  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 02.04. | Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. |
| 2 | 1  2 | № 16 стр.82  № 17 стр.83  Л.И. Пензулаева | 13.04.  14.04. | Повторить упражнения в ходьбе и беге: упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. |
|  | 3 | № 18 стр. 83  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 16.04. | Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. |
| 3 | 1  2 | № 19 стр. 83   № 20 стр.85  Л.И. Пензулаева | 20.04.  21.04. | Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. |
|  | 3 | № 21 стр. 85  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 23.04. | Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. |
| 4 | 1  2 | № 22 стр.86  № 23 стр.87  Л.И. Пензулаева | 27.04.  28.04. | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. |
|  | 3 | № 24 стр. 87   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 30.04. | Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. |

**Май**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя** | **Организованно образовательная деятельность**  **по физическому развитию** | | **Дата проведения** | **Программные  задачи** |
| 1 | 1  2 | № 25 стр.87  № 26 стр.88  Л.И. Пензулаева | 04.05. 2022  05.05. | 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. |
|  | 3 | № 27 стр.89  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 07.05. | Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием. |
| 2 | 1  2 | № 28 стр. 89   № 29 стр. 90  Л.И. Пензулаева | 11.05.  12.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. |
|  | 3 | № 30 стр. 91  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 14.05. | Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках. |
| 3 | 1  2 | №31 стр.91  № 32 стр. 92  Л.И. Пензулаева | 18.05.  19.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. |
|  | 3 | № 33 стр. 92  На воздухе  Л.И. Пензулаева | 21.05. | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. |
| 4 | 1  2 | № 34 стр. 94  №35 стр. 95   Л.И. Пензулаева | 22.05.  23.05. | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи ; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. |
|  | 3 | №36 стр. 95   На воздухе  Л.И. Пензулаева | 25.05. | Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом. |