

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВО-ТОМЬШЕВСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА ИМ. ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА И.Ф.ЖУКОВА (МОУ Ново-Томьшевская ош)

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на педсовете 24.08.2022 протокол № 1

Согласовано:
Заместитель директора по воспитательной работе
Г.А.Краснова



Календарно-тематическое планирование по физическому развитию для детей в младше-средней и старше-подготовительной подгруппах на 2022-2023 уч.г.

Тема	Программное содержание	Источник
СЕНТЯБРЬ		
Занятие 1	<p>Мл.-ср. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.</p> <p>Ст.-подг. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5 лет Стр28,14</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.15</p>
Занятие 2	<p>Мл.ср. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; колонной по одному, прыжках на двух ногах на месте.</p> <p>Ст.-Подг. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную;ходьба по гимнастической скамейке; отталкивание двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед;</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5 лет Стр.28.15</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.17</p>
Занятие 3	<p>Мл.ср. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.. 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.</p> <p>Ст.-подг. Упражнять в построении в колонну по одному; упражнять в равновесии и прыжках.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5 лет Стр28,16</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.17</p>

Занятие 4	<p>Мл.ср. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. Ст.Подг. Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставкой до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду3-4;4-5 лет Стр.30,16</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-6лет Стр.19</p>
Занятие 5	<p>Мл.-Ср. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.. Основные виды движений Ст.-подг. Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставкой до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду3-4;4-5лет Стр.30,17</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-6лет Стр.20</p>
Занятие 6	<p>Мл.-ср. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках. Ст.Подг. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду3-4;4-5лет Стр.30,18</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-6лет Стр.20</p>
Занятие 7	<p>Мл.-ср. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге в рассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур . Ст.-подг. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду3-4;4-5лет Стр.31,18</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-6лет Стр. 21</p>
Занятие 8	<p>Мл.-ср. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.. Основные виды движений. Ст.-подг. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду3-4;4-5 Стр.31,20</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-6лет Стр.23</p>

Занятие 9	<p>Мл.-Ср Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.</p> <p>Ст.-Подг. Упражнять детей в непрерывном беге до 1 мин (в чередовании с ходьбой); разучить игровые упражнения с прыжками; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми».</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.31,20</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.24</p>
Занятие 10	<p>Мл.-Ср. Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. Останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазании под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p> <p>Ст.-Подг. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5 Стр.,21</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.25</p>
Занятие 11	<p>Мл.-Ср. Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.</p> <p>Ст.-Подг. Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.23</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.26</p>
Занятие 12	<p>Мл.-Ср. Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.</p> <p>Ст.-Подг. Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер, упражнять в прыжках.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду Стр.23</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.26</p>

Занятие 13	<p>Мл.-Ср. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.</p> <p>Ст.-Подг. Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.35</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.24</p>
Занятие 14	<p>Мл.-ср Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.</p> <p>Ст.-подг Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.36</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.26</p>
Занятие 15	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.</p> <p>Ст.-подг Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.38</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.26</p>
Занятие 16	<p>Мл.-ср Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.</p> <p>Ст.-подг Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.38</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.26</p>

	<p>Задачи. Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокаты вани мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.</p> <p>Ст.-подг Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.</p>	<p>Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.41</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-блет Стр.28</p>	
Занятие20	<p>Мл.-ср Лазанье под дугу (4-5 дуг) двумя колоннами поточным способом (3-4 раза).</p> <p>Ст.-подг Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.42</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-блет Стр.29</p>	а льтура в
Занятие 21	<p>Мл.-ср Ходьба и бег проводятся в чередовании, темп упражнения умеренный.</p> <p>Ст.-подг Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; учить игре в бадминтон; упражнять в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; повторить игровое упражнение с прыжками.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.42</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-блет Стр.30</p>	а льтура в блет
Занятие 22	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.</p> <p>Ст.-подг Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.43</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-блет Стр.30</p>	
Занятие 23	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять в ходьбе и беге колонной 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.</p> <p>Ст.-подг Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.44</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду5-блет Стр.30</p>	
Занятие 24	<p>Мл.-ср Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая</p>	

	ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.	детском саду
Занятие 26	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.</p> <p>Ст.-подг Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.46</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.33</p>
Занятие 27	<p>Мл.-ср Задачи. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании</p> <p>Ст.-подг Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.46</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.34</p>
Занятие 28	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.</p> <p>Ст.-подг Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.47</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.34</p>
Занятие 29	<p>Мл.-ср Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами (кубики, набивные мячи, кегли). Дистанция 3 м. Выполняется двумя колоннами поточным способом 2-3 раза. (Внимание - энергичному отталкиванию от пола и взмаху рук.)</p> <p>Ст.-подг Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.48</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.35</p>
Занятие 30	<p>Мл.-ср Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.</p> <p>Ст.-подг Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя</p>	<p>Л И.Пензулаева 3-4;4-5лет Стр.48</p> <p>Л И.Пензулаева 5-6лет Стр.35</p>
Занятие 31	Мл.-ср	Л И.Пензулаева

	<p>Сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.</p>	стр. 36
Занятие 33	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.</p> <p>Ст.-подг Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в 3-4;4-5лет Стр.48</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.37</p>
Занятие 34	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.</p> <p>Ст.-подг Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.48</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.38</p>
Занятие 35	<p>Мл.-ср Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.</p> <p>Ст.-подг Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.49</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.38-39</p>
Занятие 36	<p>Мл.-ср Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу воспитателя изменить направление движения (вправо или влево); ходьба и бег врассыпную.</p> <p>Ст.-подг Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; повторить игру «Мороз- Красный нос».</p>	<p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4;4-5лет Стр.49</p> <p>Л И.Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6лет Стр.39-40</p>