

Структурное подразделение МБОУ «Енисейская СОШ»
«Енисейский детский сад «Колобок»

ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
структурного подразделения
МБОУ «Енисейская СОШ»
Енисейский детский сад «Колобок»
Протокол № 3 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Енисейская СОШ»
Мякишев Е.Н.
Приказ № 32 -П от 31.08.2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ
(СРЕДНЯЯ ГРУППА)
СТРУКТУРНОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ЕНИСЕЙСКАЯ СОШ» «ЕНИСЕЙСКИЙ ДЕТСКИЙ САД
«КОЛОБОК»
Срок реализации программы 1 год (2023-2024)**

Разработчики программы:
воспитатели
Карманова Ирина Прокопьевна
Попова Надежда Викторовна

Содержание

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 2. Календарно-тематическое планирование (4-5лет).....	5
Раздел 3. Учебно-методический комплекс.....	17

Раздел 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» и основной образовательной программы дошкольного образования, разработанной педагогами структурного подразделения МБОУ «Енисейская СОШ» Енисейский детский сад «Колобок» с учетом Основной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Содержание образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» в рабочей программе предполагает:

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Физическая культура.

Основные цели и задачи:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
3. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
4. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
5. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

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

Образовательная деятельность по образовательной области «Физическое развитие» проходит с интеграцией с другими областями развития такими как: «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Познавательное развитие».

Образовательная область «Физическое развитие» в нее включена организованная образовательная деятельность по следующим дисциплинам:

- физическая культура в помещении
- физическая культура на прогулке (каждое второе занятие в неделю, обозначенное звездочкой (*), аналогично предыдущему. Предлагаются лишь изменения в основных движениях. По своему усмотрению педагог может вносить дополнения в различные части занятия, в том числе и свои варианты подвижных игр.

Занятие, обозначенное двумя звездочками (**), проводится на площадке (или в помещении, в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений).

Планируемые результаты освоения программы:

Ребенок выполняет команды: вперед, назад, вверх, вниз; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении, техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности, навыком самостоятельного выполнения прыжков через скамейку, через скакалку.

Ребенок умеет: строиться в колонну по одному; строиться в колонну по одному при изменении направлении ходьбы и бега; соблюдать правила игры; ориентироваться в ходьбе и беге со сменой ведущего в разных направлениях, по наклонной доске, перешагивая через шнуры; проявлять инициативу в подготовке места и проведения занятий и игр; считаться с товарищами и соблюдать правила игры; соблюдать дистанцию при перестроении и движении; выполнять движения ритмической гимнастики под счет и определенное количество раз; менять предметы правой и левой рукой разными способами.

Ребенок планирует:

Действия команды в игре, соблюдает правила игры и может договориться с товарищами по команде.

Ребенок знает о пользе закаливания, о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна.

Форма деятельности: организованная образовательная деятельность

Категория: дети 4-5 лет.

Срок освоения: 1 год

Объем времени:

Образовательная область	Возрастная группа	Вид образовательной деятельности	Час/неделя	Час/год
Физическое развитие	Средняя группа (4-5 лет)	Физическая культура	2	72
		Физическая культура на воздухе	1	37

Раздел 2. Календарно-тематическое планирование
Средняя группа (4-5 лет)

Месяц	Тема недели	№ занятия	Программное содержание	Стр
Сентябрь	«До свидания, лето, здравствуй, детский сад!»	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному. Развивать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании на месте.	стр.19
		2*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании	стр.20

	3**	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.	стр.21
«Семья»	4	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	стр.21
	5*	Продолжать учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча	стр.23
	6**	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	стр.23
«Осень»	7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	стр.24
	8*	Продолжать упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторит 2-3 раза в чередовании); упражнять в бросании мяча, лазанье под дугу	стр.26
	9**	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	стр.26
«Что нам осень подарила? (овощи и фрукты)»	10	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.	стр.26

		11*	Продолжать учить останавливаться по сигналу во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	стр.28
		12**	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	стр.29
	«ПДД»	13	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 вперед	стр.30
		14*	Продолжать 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 вперед	стр.32
		15**	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	стр.32
	«Я в мире человек»	16	Учить детей находить свое 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.	стр.33
		17*	Продолжать учить находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч между предметами, развивая точность направления движения.	стр.34
		18**	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение	стр.34

Ок
тя
бр
.

		действовать по сигналу.		
«Мой дом, моё село»	19	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.	стр.35	
	20*	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивая глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в подбрасывании мяча вверх, в лазанье под дугу.	стр.35	
	21**	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	стр.36	
«Мой гардероб (одежда, обувь, головные уборы)»	22	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге в рассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	стр.36	
	23*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге в рассыпную; повторить лазанье под шнур, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры	стр.37	
	24**	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	стр.38	
		Повторение	стр.38	
Но яб рь	«Домашний уют (мебель, бытовые приборы)»	25	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	стр.39
		26*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при	стр.40

		ходьбе на повышенной опоре	
	27**	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	стр.40
«Домашние животные»	28	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	стр.41
	29*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в перебрасывании мяча.	стр.42
	30**	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	стр.43
«Дикие животные»	31	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	стр.43
	32*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание с опорой на ладони и ступни	стр.44
	33**	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	стр.45
	34	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.	стр.45
	35*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании с опорой на ладони и колени по гимнастической скамейке, развивая	стр.46

	«Все работы хороши (профессии)»		силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия		
		36**	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках.	стр.46	
Де ка бр	«Зима»	1	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.	стр.48	
		2*	Продолжать 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	стр. 49	
		3**	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.	стр.49	
		«Птицы»	4	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	стр.50
	5*		Продолжать упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами	стр.51	
	6**		Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	стр.51	
		«Новогодний калейдоскоп»	7	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	стр.52

		8*	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках	стр.54
		9**	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	стр.54
	«Новогодний праздник»	10	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	стр.54
		11*	Продолжать упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании с опорой на ладони и колени; повторить упражнение в равновесии.	стр.56
		12**	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	стр.56
			Повторение.	стр.57
		Новогодние каникулы	13	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.
		14*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	стр.58
		15**	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	стр.59
	«Зимние забавы»	16	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	стр.59
		17*	Продолжать упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и	стр.60
Январь				

		отбивании мяча о пол		
	18**	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	стр.60	
«Азбука вежливости»	19	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	стр.61	
	20*	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание в прямом направлении на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом	стр.62	
	21**	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	стр.62	
«ЗОЖ»	22	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	стр.63	
	23*	Продолжать упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	стр.64	
	24**	Повторение. Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	Ст.62	
Фе вр ал	«Что из чего сделано (рассматривание различных материалов)»	25	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	стр.65
		26*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках	стр.66
		27**	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	стр.67
	«Вокруг света (знакомство с	28	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при	стр.67

	транспортом)»		прокатывании мяча между предметами.	
		29*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по сигналу, в прыжках; развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу	стр.68
		30**	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	стр.68
	«День защитника Отечества»	31	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	стр.69
		32*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в метании в вертикальную цель; закреплять навык ползания с опорой на ладони и колени	стр.70
		33* *	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	стр.70
	«Хлеб всему голова (питание)»	34	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	стр.70
		35*	Продолжать упражнять в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки.	стр.71
		36**	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	стр.72
М ар	«8 марта»	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	стр.72
		2*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	стр.73
		3**	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по	стр.73

		сигналу воспитателя.	
«Растения – зеленый цвет Земли»	4	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную.	стр.74
	5*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	стр.75
	6**	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.	стр.76
«Знакомство с народной культурой и традициями»	7	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.	стр.76
	8*	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании по скамейке.	стр.77
	9**	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	стр.77
«ОБЖ»	10	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежь»; упражнения в равновесии и прыжках.	стр.78
	11*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; повторить лазанье по гимнастической стенке; упражнения в равновесии и прыжках	стр.79

		12**	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, и так последовательно повторить.	стр.79
Ап ре ль	«Весна»	13	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания В равновесии и прыжках.	стр.80
		14*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	стр.81
		15**	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	стр.82
	«В мире прекрасного (искусство)»	16	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.	стр.82
		17*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в вертикальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	стр.83
		18**	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	стр.84
	«Подводный мир»	19	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	стр.84

		20*	Продолжать упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	стр.85
		21**	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	стр.85
	«Дружба с природой»	22	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	стр.86
		23*	Продолжать упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	стр.87
		24**	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	стр.87
	«Дружба с природой»		Повторение	стр.87
М ай	«День Победы»	25	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	стр.88
		26*	Упражнять в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить прыжки в длину с места.	стр.89
		27**	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.	стр.89
	«Путешествие в мир насекомых»	28	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	стр.89
29*		Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках через короткую скакалку на месте; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	стр.90	
30**		Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и	стр.90	

		прыжками.	
«Разноцветный мир»	31	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	стр.91
	32*	Продолжать упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	стр.92
	33**	Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары; ходьба парами, бег врассыпную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами.	стр.92
«Здравствуй, лето!»	34	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	стр.92
	35*	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	стр.93
	36**	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	стр.93

* Содержание занятия (каждое второе занятие в неделю) аналогично предыдущему. Предлагаются лишь некоторые изменения в основных движениях. По своему усмотрению педагог может вносить дополнения в различные части занятия, в том числе и свои варианты подвижных игр.

**Занятие проводится на площадке (или в помещении, в зависимости от погодных условий) в форме игровых упражнений.

Раздел 3. Учебно-методический комплект

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: средняя группа. – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2014.-112 с. (4-5) лет.

