

Календарно-тематическое планирование в группе 4-5 года (средняя)

Сентябрь-2022				
Задачи	Образовательные: Учить сохранять устойчивое равновесие Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги Упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы. Развивающие: Развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других. Воспитывающие: Воспитывать интерес к двигательным действиям.			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	05-09 сентября	12-16 сентября	19-23 сентября	26 – 30 сентября
Тема	Наш любимый, детский сад!	Овощи и фрукты – полезные продукты	Осень, осень, в гости просим	Подарки осени
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С малыми обручами
II часть: Основные виды движений	1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя 2. Прыжки	1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола	1. Равновесие: ходьба по доске 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолеты».	«Огуречик, огуречик ... ».	«У медведя во бору».
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с	Игра малой подвижности «Где

	головой.		различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой.	постучали?».
--	----------	--	---	--------------

Октябрь 2022					
Задачи	Образовательные: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному 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. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега Развивающие: Развивать ловкость и глазомер Развивать точность направления движения. Воспитывающие: Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу				
Неделя	I	II	III	IV	V
Дата	03-07 октября	10-14 октября	17-21 октября	24-28 октября	31 октября -04 ноября
Тема	Здоровейка	Мы дружные ребята	Наше любимое село	Малая родина	Посуда, этикет
ОРУ	ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром).	Без предметов	Без предметов	С мячом	С гимнастической палкой

II часть: Основные виды движений	2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке	2. Прокатывание мячей друг другу 1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах	2. Прокатывание мяча между 4-5 предметами 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча двумя руками .	Ходьба по гимнастической Скамейке. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Кот и мыши».	«Найди свой цвет!». «Автомобили».	«Ловишки»	«У медведя во бору».	«Коршун и цыплята» - по типу игры «Жмурки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом».	«Автомобили поехали в гараж»	Ходьба в колонне по одном	«Угадай, где спрятано».	
Ноябрь 2022					
Задачи	Образовательные: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, по кругу, на носках, с изменением направления Упражнять в прыжках на двух ногах, в приземлении на полусогнутые ноги Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре Упражнять в прокатывании мяча, в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками Закреплять ползание на четвереньках, на животе Развивающие: Развивать силу, ловкость, выносливость Воспитывающие: Воспитывать интерес к занятиям физической культурой				
Неделя	I	II	III	IV	
Дата	07-11 ноября	14-18 ноября	21-25 ноября	28 ноября – 02 декабря	
Тема	Внимание дорога!	Много мебели в квартире	Дикие животные готовятся к зиме	Мамочка любимая	

ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	С флажками
II часть: Основные виды движений	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мяча друг другу	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 4. Прыжки на двух ногах между предметами».	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Прыжки на двух ногах до кубика
Подвижные игры	Подвижная игра «Светофор»	Подвижная игра «Самолеты».	Подвижная игра «Лиса и куры».	Подвижная игра «Цветные автомобили».
Малоподвижные игры	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».	Подвижная игра «Лиса и куры».	Ходьба в колонне по одному.

Декабрь 2022	
Задачи	Образовательные: Упражнять в ходьбе и беге Упражнять в сохранении устойчивого равновесия Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги Упражнять в перебрасывании мяча друг другу Повторить ползание на четвереньках Учить правильному хвату рук при ползании на животе по гимнастической скамейке Повторить упражнения на равновесие Развивающие: Развивать выносливость

	Ловкость Координацию и глазомер Воспитывающие: Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	5-9 декабря	12-16 декабря	19-23 декабря	26 декабря – 30 декабря
Тема	На ферме	Все работы хороши	Новогодние приключения	Здравствуй, праздник новогодний!
ОРУ	С платочком	С мячом	Без предметов	С кубиками
II часть: Основные виды движений	1. Равновесие 2. Прыжки через 4-5 брусков 3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами	1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Бег по дорожке (ширина 20 см).	1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, с опорой на ладони и колени 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах
Подвижные игры	Подвижная игра «Лиса и куры».	Подвижная игра «У медведя во бору».	Подвижная игра «Зайцы и волк»	Подвижная игра «Птички и кошка».
Игры малой и средней подвижности, игровые упражнения	Игра малой подвижности «Найдем цыпленка».	Игра малой подвижности по выбору детей	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?».	Ходьба в колонне по одному

Январь 2023				
Задачи	Образовательные: Упражнять в ходьбе и беге между предметами и со сменой ведущего Формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры Повторить упражнения в прыжках Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловля его двумя руками Повторить ползание на четвереньках Упражнять в отбивание малого мяча одной рукой о пол Повторить упражнения на равновесие развивающие: Развивать силу Ловкость Координацию и глазомер воспитывающие: Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу и желание заниматься физическими упражнениями.			
Неделя	I	II	III	V
Дата	09-13 января	16-20 января	23-27 января	30 января-03 февраля
Тема	Зимние деньки	В зимнем лесу	Пришла зима	Неделя вежливости
ОРУ	С обручем	С мячом	Без предметов	Без предметов
II часть: Основные виды движений	1. Равновесие-ходьба по канату 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками	1. Прыжки с гимнастической скамейки 2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз)	Прокатывание мяча друг другу в паре в положении сидя, бросок мяча друг другу снизу в положении сидя и стоя.	1. Равновесие 2. Прыжки через бруски 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, 5. Перебрасывание мячей друг другу

Подвижные игры	Подвижная игра «Кролики».	Подвижная игра «Найди себе пару».	«Бытовая техника» по принципу «съедобное-не съедобное»	Подвижная игра «Котята и щенята».
Игры малой и средней подвижности, игровые упражнения	Игра малой подвижности «Найдем кролика!».	Ходьба в колонне по одному.	«Вьюга волнуется-раз»	Игра малой подвижности

Февраль 2023

Задачи	Образовательные: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы, с выполнением заданий по команде воспитателя, в врассыпную между предметами, с изменением направления движения, в прыжках на правой и левой ноге. Упражнять в равновесии Упражнять в прыжках через шнур, из обруча в обруч Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, в прокатывании мяча друг другу, в ловле мяча двумя руками закрепить навык ползания на четвереньках. Развивающие: Развивать быстроту, ловкость, силу, координацию движений Воспитывающие: Воспитывать самостоятельность, дружелюбное отношение друг к другу.			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	06-10 февраля	13-17 февраля	20-24 февраля	27 февраля -03 марта
Тема	Зимняя одежда, головные уборы	Военная техника и профессии	Защитники отечества	Золотые руки бабушек и мам
ОРУ	Без предметов	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой

II часть: Основные виды движений	1. Равновесие 2. Прыжки через бруски 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, 5. Перебрасывание мячей друг другу	1. Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами 3. Прыжки на двух ногах 4. Прокатывание мячей друг другу 5. Ходьба на носках	1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 1. Метание мешочков в вертикальную цель 3. Прыжки на двух ногах между предметами	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки на правой и левой ноге
Подвижные игры	Подвижная игра «Котята и щенята».	«У медведя во бору».	«Воробышки и автомобиль».	«Перелет птиц»
Игры малой и средней подвижности, игровые упражнения	Игра малой подвижности	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Март-2023	
Задачи	Образовательные: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную, с выполнением заданий по команде воспитателя. Повторить упражнения в равновесии и прыжках в длину с места. Упражнять в бросании мячей через сетку

	Упражнять в прокатывании мячей друг другу; Упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони Развивающие: Развивать силу, выносливость, ловкость. Воспитывающие: Воспитывать дружественное отношение друг к другу.			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	06-10 марта	13-17 марта	20-24 марта	27 – 31 марта
Тема	Мамин праздник – 8 марта	Неделя народных игрушек	Земля - наш общий дом	Неделя театра
ОРУ	Без предмета	С мячом	С обручем	С флажками
I часть: Основные виды движений	1. Ходьба на носках между 4-5 предметами 2. Прыжки через шнур справа и слева 1.Равновесие 2.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку	1.Прыжки в длину с места 2. Перебрасывание мячей через шнур 3.Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы 4.Прокатывание мяча друг другу	1.Прокатывание мяча между предметами 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». 4. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком.	1. Ползание по гимнастической скамейке 2. Равновесие 3. Прыжки через 5-6 шнуров 4. Лазанье по гимнастической стенке 5.Ходьба по доске, лежащей на полу
Подвижные игры	Подвижная игра «Перелет птиц»	Подвижная игра «Бездомный заяц».	Подвижная игра «Самолеты».	Подвижная игра «Охотник И зайцы».
Игры малой и средней подвижности, игровые упражнения	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Ходьба в колонне по одному.	Игра малой подвижности.	Игра малой подвижности «Найдем зайку».
Нетрадиционные формы	«Котята и клубочки»	Игровое упражнение «Гусеница» «Занимательная физкультура	Игровое упражнение «Рыбка» (Животные, птицы,	Пальчиковая гимнастика «Семья»

		для детей 4-7 лет»	насекомые, рыбы)	
--	--	--------------------	------------------	--

Апрель-2023				
Задачи	Образовательные: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную, по кругу, с выполнением заданий по сигналу воспитателя. Повторить задания на равновесие. Закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. Упражнять детей в метании мешочков в горизонтальную цель, на дальность. Развивающие: Развивать силу, быстроту. Развивать ловкость и глазомер Развивать координацию движений Воспитывающие: Воспитывать интерес к выполнению элементов подвижных игр. Приучать помогать взрослым			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	03-07 апреля	10-14 апреля	17-21 апреля	24-28 апреля
Тема	Весна идет, весне дорогу	Пернатые друзья	Сказка в гости к нам пришла	Пасхальная неделя
ОРУ	Без предметов	С кеглей	С мячом	С косичкой

II часть: Основные виды движений	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах через препятствия	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Метание мячей в вертикальную цель 4. Отбивание мяча одной рукой	1. Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Прыжки на двух ногах между предметами
Подвижные игры	Подвижная игра «Пробеги тихо».	Подвижная игра «Совушка»	Подвижная игра «Совушка».	Подвижная игра «Птички и кошка»
Игры малой и средней подвижности, игровые упражнения	Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Май-2023	
Задачи	Образовательные: Упражнять детей в ходьбе парами, со сменой ведущего, в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, с выполнением заданий, Повторить задания на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; по повышенной опоре Повторить прыжки в длину с места, через короткую скакалку Упражнять детей в метании мешочков в вертикальную цель. Упражнять в прокатывании мяча между кубиками Упражнять в лазании на гимнастической стенке Развивающие: Развивать силу, быстроту. Развивать ловкость и глазомер Развивать координацию движений Воспитывающие:

	Воспитывать самостоятельность при выборе игр малой подвижности.			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	01-05 мая	10-12 мая	15-19 мая	22-26 мая
Тема	В День Победы	Времена года	Волшебные превращения	Мы любим играть, повторение
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С палкой	С мячом
II часть: Основные виды движений	1. Ходьба по доске (ширина 15 см) 2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров 3. Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками	1. Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	1. Метание в вертикальную цель 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи») 4. Прыжки через короткую скакалку.	1. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева 1. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее 2. Равновесие - ходьба по доске
Подвижные игры	Подвижная игра «Котята и щенята».	Подвижная игра «Котята и щенята».	Подвижная игра «Зайцы и волк».	Подвижная игра «У медведя во бору».
Игры малой и средней подвижности, игровые упражнения	Игра малой подвижности.	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.	Игра с мячом «Назови, что есть в музее» Игра малой подвижности «Найдем зайца».	Ходьба в колонне по одному.

Июнь 2023

Задачи	Учить сохранять устойчивое равновесие. Закрепить умение детей в ходьбе и беге колонной по одному. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги Продолжать упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы. Развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других. Воспитывать интерес к двигательным действиям.				
Неделя	I	II	III	IV	V
Дата	29 мая-02 июня	05-09 июня	12-16 июня	19-23 июня	26-30 июня
Тема	Лето, ах лето!	В России мы живем	Царство деревьев	В стране Игралия	Царство насекомых
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С малыми обручами	С мячом
II часть: Основные виды движений	1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя 2. Прыжки	1. Прыжки «Достань до предмета» 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола	1. Равновесие: ходьба по доске 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени.	1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча двумя руками
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолеты».	«Огуречик, огуречик ... ».	«Поймай комара»	«У медведя во бору».
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с	Игра малой подвижности «Где постучали?».	«Угадай, где спрятано».

			обычной ходьбой.		
--	--	--	------------------	--	--

Июль 2022

Задачи	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному Закрепить умение 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. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку Развивать ловкость и глазомер Закрепить точность направления движения. Воспитывать дружелюбное отношение друг к другу			
Неделя	I	II	III	IV
Дата	03-07июля	10-14 июля	17-21 июля	24-28 июля
Тема	Наша большая семья	Путешествие по лесу и лугу	За здоровьем мы следим – быть здоровыми хотим!	Царство рек и озер
ОРУ	ОРУ с косичкой (или с коротким шнуром).	Без предметов	Без предметов	С гимнастической палкой
II часть: Основные виды движений	2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке	2. Прокатывание мячей друг другу 1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах	2. Прокатывание мяча между 4-5 предметами 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Ходьба по гимнастической Скамейке. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Кот и мыши».	«Найди свой цвет!». «Автомобили».	«Ловишки»	«Коршун и цыплята» - по типу игры «Жмурки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом».	«Автомобили поехали в гараж»	Ходьба в колонне по одном	

Август 2023					
Задачи	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, по кругу, на носках, с изменением направления Упражнять в прыжках на двух ногах, в приземлении на полусогнутые ноги Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре Продолжать упражнять в прокатывании мяча, в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками Закреплять ползание на четвереньках, на животе Развивающие: Развивать силу, ловкость, выносливость Воспитывающие: Воспитывать интерес к занятиям физической культурой				
Неделя	I	II	III	IV	V
Дата	31 июля - 04 августа	07-11 августа	14-18 августа	21-25 августа	28 августа – 1 сентября
Тема	В гостях у сказки	Мы едим, едим, едем	Мы познаем мир	Неделя добрых дел	Лето красное прошло
ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	С флажками	С кеглей
II часть: Основные виды движений	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мяча друг другу	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни 4. Прыжки на двух ногах между предметами».	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Прыжки на двух ногах до кубика	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Метание мячей в вертикальную цель 4. Отбивание мяча одной рукой

Подвижные игры	Подвижная игра «Салки».	Подвижная игра «Самолеты».	Подвижная игра «Цветные автомобили».	Подвижная игра «Лиса и куры».	Подвижная игра «Совушка»
Малоподвижные игры	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».	Ходьба в колонне по одному	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг.