

# Календарно-тематический план на 2020 – 2021 образовательный период

---

*Инструктор по физической культуре: Рудаков Илья Алексеевич*

*месяц: январь 2021г.*

## УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

<p><i>Первая половина января:</i></p>	<p>Комплекс ОРУ «Веселая физкультура»</p> <p>Не скучно нам с тобой. Будем крепкими и смелыми, Ловкими и умелыми, Здоровыми, красивыми, Умными и сильными.</p> <p><i>1. «Ладони к плечам»</i> И. п.: ноги слегка расставить, руки вниз. Руки к плечам, пальцами рук коснуться плеч; руки вперед, ладони вверх, голову приподнять, руки опустить. Вернуться в и. п., сказать «вниз». Повторить 5 раз.</p> <p><i>2. «Наклонись и выпрямись»</i> И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки прямые отвести назад — верх; выпрямиться, посмотреть вверх, потянуться. Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 5 раз.</p> <p><i>3. «Птички»</i> И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. Присесть, изобразить пальцами рук, как птичка клюет, произнести «клю-клю-клю». Вернуться в и. п. Дыхание произвольное. Повторить 4—5 раз.</p> <p><i>4. «Мячики»</i> И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. 8—10 подпрыгиваний и 8—10 шагов. Прыгать легко, мягко. Дыхание произвольное. Повторить 2—3 раза.</p> <p><i>5. «Нам — весело!»</i> И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «ве-се-ло». Повторить 3—4 раза.</p> <p>Подвижная игра «Не опоздай!» <i>Инвентарь:</i> разноцветные пластмассовые кубики - в соответствии с количеством детей. Педагог по кругу раскладывает кубики и предлагает детям встать у любого понравившегося им кубика: <i>Ко мне, дети, подбегайте, Себе кубик выбирайте. За него скорей вставайте И его запоминайте!</i> После того как дети выберут кубики и встанут за ними, педагог говорит: <i>По площадке разбегайтесь, Словно птички, разлетайтесь.</i> Дети разбегаются по всей игровой площадке, подражая руками взмахам крыльев птиц. Через 30—40 секунд педагог подает сигнал «Не опоздай!» После сигнала дети бегут к кубикам, стараясь найти свой кубик.</p>
---------------------------------------	---

*Вторая половина января:*

Комплекс ОРУ «Мы — сильные»

Однажды наша Маша

Варила дома кашу.

Кашу сварила,

В кашу масло положила.

Молока налила,

Кашу с маслом запила.

Ешьте, дети, утром кашу,

Будете как Маша наша: Здоровыми, сильными, Крепкими, красивыми!

*1. «Крепкие руки»*

И. п.: ноги слегка расставить, руки согнуты в локтях, прижаты к бокам, кулачки у плеч. Руки с силой вытянуть вверх, кулачки не разжимать. Вернуться в и. п. Сохранять устойчивое положение. Повторить 5 раз.

*2. «Мы — сильные»*

И. п.: ноги врозь, руки на пояс. Наклон вперед, руки вниз. Вернуться в и. п. Наклон — выдох. Повторить 4—5 раз.

*3. «Крепкие ноги»*

И. п.: ноги слегка расставить, руки на пояс. Слегка сгибать и выпрямлять ноги («пружинка»). С третьего занятия предложить подниматься на носки. После 3—4-х движений отдых. Дыхание произвольное. Повторить 3—4 раза.

*4. «Отдохнем»*

И. п.: ноги слегка расставить, руки за спину. 3—4 раза потопать правой, потом левой ногой; сделать 6—8 подпрыгиваний. Дыхание произвольное. Повторить 3 раза, чередуя с ходьбой.

*5. «Мы — молодцы»*

И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в стороны, глубокий вдох носом. Вернуться в и. п., на выдохе произнести «а-а-ах». Повторить 3—4 раза.

Игра малой подвижности «Котик к печке подошел»

Дети образуют круг, берутся за руки. Педагог становится в круг вместе с детьми. Педагог читает текст стихотворения, показывает движения, вслед за ним движения и слова повторяют дети.

Котик к печке подошел, *Идут по кругу, взявшись за руки.*

Котик к печке подошел.

Горшок каши он нашел, *Идут по кругу в другую сторону, взявшись за руки.*

Горшок каши там нашел,

А на печке калачи, *Остнавливаются, поворачиваются лицом к центру круга, хлопают в ладоши. Выполняют наклон вперед, руки вперед, ладони вверх.*

Ох, вкусны и горячи!

Пирог в печи пекутся,

Они в руки не даются.

## УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА СРЕДНЯЯ ГРУППА

*Первая половина января:*

Ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, руки на поясе, ходьба на пятках, руки за головой.  
Легкий бег. Построение в 2 колонны.

1. «Кубики вместе»

И.П. ноги на ширине ступни, руки с кубиками внизу

В.1. руки в стороны

2. вверх, посмотреть на кубики

3. руки в стороны

4. И.П.

2. «Подъемный кран»

И.П. ноги на ширине плеч, руки внизу

В.1. наклон вправо (влево), поднять левую (правую) руку вверх

2. И.П.

3. «Постучи»

И.П. ноги на ширине плеч, кубики у плеч

В.1. наклон вперед, постучать по коленям

2. И.П.

4. «Бревнышко»

И.П. лежа на спине, кубики за головой на полу

В.1-3. поворот на бок, живот, бок

4. И.П.

5. «Кубик к колену»

И.П. лежа на спине, руки в стороны

В.1. поднять правую (левую) ногу, коснуться кубиками колена

2. И.П.

6. «Прыжки вокруг кубиков»

И.П. О.С. руки на пояс

В.1. прыжки на двух ногах вокруг кубиков

7. Упражнение на дыхание

Речевка.

Кто зарядку крепко любит,

Тот всегда здоровым будет.

<p><i>Вторая половина января:</i></p>	<p>Мне пока что мало лет, Но открою вам секрет, Знаю я, как стать сильней Всех знакомых и друзей. Ходьба друг за другом на носках, на пятках, как петушок. <i>Упражнения без предметов</i></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Глазки» (кинезиологическое упражнение). И.п. - о.с. «Глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз, и все сначала» (6 раз).</li><li>2. «Ротик» (кинезиологическое упражнение). «Чтобы лучше говорить, рот подвижным должен быть» (6 раз).</li><li>3. «Помашем крыльями!». И.п. - руки в стороны. 1 - руки к плечам; 2 - и.п. (8раз).</li><li>4. «Вырастим большие!». И.п. - о.с. 1 - правая нога назад на носок, потянуться; 2 - и.п.; 3 - левая нога назад на носок, потянуться; 4 - и.п. (8 раз).</li><li>5. «Спиралька». И.п. - сидя, ноги скрестно, руки на поясе. 1 - поворот туловища вправо; 2 - и.п.; 3 - поворот туловища влево; 4 - и.п. (8 раз).</li><li>6. «Заборчик». И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-2 - поднять одновременно руки и ноги; 3-4 - и.п. (8раз).</li><li>7. «Попрыгаем на одной ноге!». И.п. - руки на поясе. 1-4 - прыжки на правой ноге; 5-8 - прыжки на левой ноге (в чередовании с ходьбой) (2-3 раза).</li><li>8. «Часики» (дыхательное упражнение). «Часики вперед идут, за собою нас ведут». И.п. - стоя, ноги слегка расставлены. 1 - взмах руками вперед - «тик» (вдох); 2 - взмах руками назад - «так» (выдох) (2 раза).</li></ol>
---------------------------------------	---

## УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА СТАРШАЯ ГРУППА

Выходите по порядку  
Становитесь на зарядку  
Начинай с зарядки день  
Разгоняй движеньем лень.

Ходьба друг за другом на носках, на пятках, как лошадка, как куклы. Бег друг за другом, широкими прыжками, с разным положением рук. Ходьба. Построение в звенья.

*Упражнения без предметов.*

1. «Позвоночник» (кинезиологическое упражнение). И.п. - лежа на полу, коснуться локтем (кистью руки) колена, слегка приподнимая плечи и сгибая ногу (10раз).

2. «Ладонь» (кинезиологическое упражнение). И.п. - о.с. Фалангами сжатых в кулак пальцев производить движения по принципу буравчика на ладони массируемой руки; затем руки поменять (10 раз).

3. «Наклоны в стороны» И.п. - ноги врозь, руки за спиной. 1 - наклон вправо; 2 - и.п.; 3 - наклон влево; 4 - и.п. (8раз).

4. «Повороты». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 - поворот вправо, руки перед собой; 2 - и.п.; 3 - поворот влево, руки перед собой; 4 - и.п. (8 раз).

5. «Мостик». И.п. - лежа, на спине, ноги согнуты, ладони упираются в пол. 1-2 -поднять таз, прогнуться; 3-4 - и.п. (6 раз).

6. «Березка». И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-2 - поднять ноги, спину, поддерживать таз руками; 3-4 - и.п. (6раз).

7. «Прыжки в стороны». И.п. - о.с. 1-4-прыжки вправо-влево поочередно в чередовании с ходьбой (4 раза).

8. «Поднимемся на носочки!» (дыхательное упражнение). И.п. - о.с. 1 - вдох - поднять руки вверх, потянуться, встав на носки; 2 - выдох - опустить руки вниз, опуститься на всю ступню, сказав «ух!» (6 раз).

*Первая половина января:*

<p><i>Вторая половина января:</i></p>	<p>Мне пока что мало лет, Но открою вам секрет, Знаю я, как стать сильней Всех знакомых и друзей. Ходьба друг за другом на носках, на пятках, как петушок. <i>Упражнения без предметов</i></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. «Глазки» (кинезиологическое упражнение). И.п. - о.с. «Глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз, и все сначала» (6 раз).</li><li>2. «Ротик» (кинезиологическое упражнение). «Чтобы лучше говорить, рот подвижным должен быть» (6 раз).</li><li>3. «Помашем крыльями!». И.п. - руки в стороны. 1 - руки к плечам; 2 - и.п. (8раз).</li><li>4. «Вырастим большие!». И.п. - о.с. 1 - правая нога назад на носок, потянуться; 2 - и.п.; 3 - левая нога назад на носок, потянуться; 4 - и.п. (8 раз).</li><li>5. «Спиралька». И.п. - сидя, ноги скрестно, руки на поясе. 1 - поворот туловища вправо; 2 - и.п.; 3 - поворот туловища влево; 4 - и.п. (8 раз).</li><li>6. «Заборчик». И.п. - лежа на спине, руки вдоль туловища. 1-2 - поднять одновременно руки и ноги; 3-4 - и.п. (8раз).</li><li>7. «Попрыгаем на одной ноге!». И.п. - руки на поясе. 1-4 - прыжки на правой ноге; 5-8 - прыжки на левой ноге (в чередовании с ходьбой) (2-3 раза).</li><li>8. «Часики» (дыхательное упражнение). «Часики вперед идут, за собою нас ведут». И.п. - стоя, ноги слегка расставлены. 1 - взмах руками вперед - «тик» (вдох); 2 - взмах руками назад - «так» (выдох) (2 раза).</li></ol>
---------------------------------------	---

## УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

*Первая половина января:*

1. Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по обозначенным ориентирам.  
Ходьба и бег по кругу.

Упражнения без предметов

2. И. п. — основная стойка, руки внизу.

1 — руки в стороны;

2 — согнуть руки к плечам, подняться на носки и потянуться;

3 — опуститься на всю ступню, руки в стороны; 4 — руки вниз (8 раз).

3. И. п. — основная стойка, руки вдоль туловища.

1-2 — глубоко присесть, руки за голову, сводя локти вперед и наклоняя голову;

3-4 — вернуться в исходное положение (5-6 раз).

4. И. п. — стойка ноги врозь, руки вдоль туловища.

1-2 — наклон вправо, правая рука скользит по ноге вниз, левая, сгибаясь, скользит вверх;

3-4 — вернуться в исходное положение. То же влево (по три раза).

5. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки на поясе.

1 — руки в стороны;

2 — поворот туловища вправо;

3 — выпрямиться;

4 — исходное положение. То же влево (по три раза).

6. И. п. — основная стойка, руки произвольно.

Прыгни—повернись — на счет

1-3 прыжки на двух ногах, на счет

4 — прыжок с поворотом на 360°.

Повторить несколько раз подряд с небольшой паузой между прыжками.

1. Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя.

#### Упражнения с малым мячом

2. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке.

1 — руки через стороны вверх, поднимаясь на носки, переложить мяч в левую руку; 2 — исходное положение, мяч в левой руке;

3-4 — то же левой рукой (7-8 раз).

3. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке.

2 — поворот вправо, ударить мячом о пол, поймать его двумя руками.

То же влево (по 3-4 раза в каждую сторону).

4. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке.

1 — наклониться вперед, переложить мяч в левую руку за левой ногой;

2 — выпрямиться; 3 — наклониться вперед и переложить мяч за правой ногой;

4 — исходное положение (5-6 раз).

5. И. п. — стойка ноги врозь, мяч внизу.

Броски мяча вверх правой и левой рукой поочередно, ловля мяча двумя руками. Выполняется в произвольном темпе.

6. И. п. — стойка ноги врозь, мяч в правой руке.

Ударить мячом о пол правой рукой, поймать левой, и так поочередно несколько раз подряд. Темп произвольный.

7. Игра «Затейники».

Один из играющих выбирается затейником, он становится в середину круга. Остальные дети, взявшись за руки, идут по кругу вправо или влево и произносят:

Ровным кругом, друг за другом, Мы идем за шагом шаг, Стой на месте, дружно вместе Сделаем... вот так.

Дети останавливаются, опускают руки. Затейник показывает какое-нибудь движение, а все дети должны повторить его. После двух повторений выбирается другой водящий.

*Вторая половина января:*

## **ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ НА ЯНВАРЬ МЕСЯЦ**

1. Неделя здоровья.
2. Информация на личный сайт: Безопасность дошкольника.
3. Папка передвижка «Как стать чемпионом».

День недели: понедельник, дата: «11» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 4. Карточка № 4 (4-5 лет)	Развивать силу, ловкость, быстроту Эвелина А., Макар Б.	
Средняя группа № 2	Источник № 4. Карточка № 4 (4-5 лет)	Повысить интерес к физической культуре Дима Г., Даша Б.	
Старшая группа № 5	Источник № 4. Карточка № 6 (5-6 лет)	Воспитывать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм Анна В., Женя Б.	
Подготовительная группа № 4	Источник № 5. с. 6 (6-7 лет)	Воспитывать интерес к разным видам игровой деятельности Кира А., Полина Б.	
Подготовительная группа № 6 (улица)	Источник № 3. Конспект № 2; с. 98 (Упр. № I-1,2 , II-3,4,5, III)	Развивать скорость, силовые качества, глазомер, координацию движений. Элина А., Макс Б.	
Средняя группа № 9	Источник № 4. Карточка № 4 (4-5 лет)	Ознакомить с зимними забавами Катя А., Софья А.	

День недели: вторник, дата: «12» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Младшая группа № 7	Источник № 4. Карточка № 3 (3-4 лет)	Развивать двигательную активность. Гриша Н., Алиса К.	
Младшая группа № 8	Источник № 4. Карточка № 3 (3-4 лет)	Воспитывать осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом Алина А., Варя Б.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,3,7,8,9)	Развивать силу, ловкость. Мирослава А., Вероника В.	
Подготовительная группа № 10	Источник № 5. с. 6 (6-7 лет)	Обеспечить достаточный уровень двигательной активности Артемий Б., Саша Б.	
Подготовительная группа № 4 (улица)	Источник № 3. Конспект № 2; с. 98 (Упр. № I-1,2 , II-3,4,5, III)	Формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений. Гоша В., Маша Г.	
Группа раннего возраста № 1	Источник № 2. Занятие № 9; с 35	Содействовать развитию физических качеств: координации, силы, ловкости. Есения Б., София Б.	

День недели: среда, дата: «13» января

<i>Возрастная группа №</i>	<i>НОД</i>	<i>Индивидуальная работа с детьми</i>	<i>Отметка о выполнении</i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,3,7,8,9)	Создать положительное психоэмоциональное настроение. Тимур А., Ева Г.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,3,7,8,9)	Воспитывать взаимодействие между детьми. Егор В., Диана Г.	
Старшая группа № 5	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 107 (Упр. № 1,2,5,6,9,10)	Учить детей регулировать свою двигательную активность, чередуя интенсивные движения с менее интенсивными. Андрей З., Тимур З.	
Подготовительная группа № 6	Источник № 5. с. 6 (6-7 лет)	Обучить выполнять спортивные упражнения Егор Б., Ярик В.	
Подготовительная группа № 10 (улица)	Источник № 3. Конспект № 2; с. 98 (Упр. № I-1,2 , II-3,4,5, III)	Формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений. Артем Б., Анна В.	
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 117 (Упр. № 1,2,3,6,7)	Развивать воображение, внимание, мышление, координационные способности. Тимур К., Савелий К.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 117 (Упр. № 1,2,3,6,7)	Воспитывать безопасное поведение в играх. Лев Г., Милана Д.	

День недели: четверг, дата: «14» января

<i>Возрастная группа №</i>	<i>НОД</i>	<i>Индивидуальная работа с детьми</i>	<i>Отметка о выполнении</i>
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 117 (Упр. № 1,3,4,6,7)	Формировать двигательные действия в играх. Рома Л., Ясмينا М.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 117 (Упр. № 1,3,4,6,7)	Формировать двигательные действия в играх. Семен Д., Милена И.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,4,5,7,8)	Развивать интерес, любознательность, развивать воображение. Груня Г., Дима Д.	
Подготовительная группа № 10	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 114 (Упр. № 3,4,5,7,8,11,12)	Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью. Даниил Г., Вероника Г.	
Старшая группа № 5 (улица)	Источник № 3. Конспект № 1; с. 92 (Упр. № I-1,2 , II-1,2,3, III)	Развивать точность, глазомер, координационные способности, обучать действиям вдвоем. Илья И., Саша И.	
Группа раннего возраста № 1	Источник № 2. Занятие № 9; с 35	Содействовать развитию физических качеств: координации, силы, ловкости. Вова В., София Е.	

День недели: пятница, дата: «15» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,4,5,7,8)	Развивать силу, ловкость. Макс Д., Дима З.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,4,5,7,8)	Развивать интерес, любопытность, развивать воображение. Дима Г., Матвей Д.	
Подготовительная группа № 4	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 114 (Упр. № 3,4,5,7,8,11,12)	Формировать навыки коммуникативного взаимодействия в играх с элементами спорта. Катя Е., Сема Ж.	
Подготовительная группа № 6	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 114 (Упр. № 3,4,5,7,8,11,12)	Развивать скоростно-силовые качества, внимание, мышление. Артем Г., Ваня Г.	

День недели: понедельник, дата: «18» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,5,6,7,8)	Развивать силу, ловкость. Мария З., Макс И.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,5,6,7,8)	Развивать интерес, любопытность, развивать воображение. Рита И., Арина К.	
Старшая группа № 5	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 107 (Упр. № 1,2,7,8,9,10)	Формировать навык правильной осанки. Саша К., Алиса К.	
Подготовительная группа № 4	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 114 (Упр. № 1,2,3,4,5,9,10,11,12)	Формировать навыки коммуникативного взаимодействия в играх с элементами спорта. Ваня З., Матвей И.	
Подготовительная группа № 6 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 137 (Упр. № 1,2,3,4,5,8,9,10,11,12)	Развивать инициативность, активность, самостоятельность, умение сотрудничать, помогать друг другу. Тася З., Руслан И.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 123 (Упр. № 1,2,5,6,7,8)	Создать положительное психоэмоциональное настроение. Вероника К., Макар К.	

День недели: вторник, дата: «19» января

<i>Возрастная группа №</i>	<i>НОД</i>	<i>Индивидуальная работа с детьми</i>	<i>Отметка о выполнении</i>
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 117 (Упр. № 1,4,5,6,7)	Формировать двигательные действия в играх. София М., Леша П.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 117 (Упр. № 1,4,5,6,7)	Развивать воображение, внимание, мышление, координационные способности. Ксюша М., Савелий Н.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,2,3,8,9)	Способствовать стремлению вести здоровый образ жизни, формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры. Данил К., Гоша Г.	
Подготовительная группа № 10	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 114 (Упр. № 1,2,3,4,5,9,10,11,12)	Формировать навыки коммуникативного взаимодействия в играх с элементами спорта. Юлия Г., Настя Д.	
Подготовительная группа № 4 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 137 (Упр. № 1,2,3,4,5,8,9,10,11,12)	Приобщать к здоровому образу жизни. Вова К., Сауле К.	
Группа раннего возраста № 1	Источник № 2. Занятие № 9; с 35	Содействовать развитию физических качеств: координации, силы, ловкости. Соня К., Умар К.	

День недели: среда, дата: «20» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,2,3,8,9)	Способствовать стремлению вести здоровый образ жизни, формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры. Арина Л., Сафия М.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,2,3,8,9)	Развивать умение ориентироваться в пространстве. Люба К., Лида К.	
Старшая группа № 5	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 129 (Упр. № 1,2,5,6,7,11,12)	Развивать выносливость, силу, скорость. Анна Я., Милана М.	
Подготовительная группа № 6	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 1; Конспект № 3; с. 114 (Упр. № 1,2,3,4,5,9,10,11,12)	Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью. Илья К., Сава К.	
Подготовительная группа № 10 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 137 (Упр. № 1,2,3,4,5,8,9,10,11,12)	Приобщать к здоровому образу жизни. Андрей Д., Тимофей Е.	
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 119 (Упр. № 1,2,6,7)	Укреплять опорно-двигательный аппарат. Виктор С., Герман Т.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 119 (Упр. № 1,2,6,7)	Развивать внимание, мышление, воображение. Кира Н., Максим С.	

День недели: четверг, дата: «21» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 119 (Упр. № 1,3,4,6,7)	Укреплять опорно-двигательный аппарат. Кира Ш., Паша Ш.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 119 (Упр. № 1,3,4,6,7)	Способствовать двигательной активности, самостоятельности, побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях. Варвара С., Дима Ч.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,5,6,8,9)	Способствовать стремлению вести здоровый образ жизни, формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры. Полина К., Соня М.	
Подготовительная группа № 10	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,4,6,11,12)	Совершенствовать технику катания на санках. Семен Ж., Влад К.	
Старшая группа № 5 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 137 (Упр. № 1,2,5,6,11,12)	Развивать инициативность, активность, самостоятельность, умение сотрудничать, помогать друг другу. Саша Н., Вероника О.	
Группа раннего возраста № 1	Источник № 2. Занятие № 9; с 35	Формировать личностные качества: инициативу, активность. Рита К., Василиса Л.	

День недели: пятница, дата: «22» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,5,6,8,9)	Формировать навык правильной осанки. Алиса Л., Сева Н.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,5,6,8,9)	Развивать умение ориентироваться в пространстве. Рита Л., Милана Л.	
Подготовительная группа № 4	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,4,6,11,12)	Создать атмосферу радости, обогащения знаниями, умениями и навыками при выполнении различных заданий. Саша К., Анжелика М.	
Подготовительная группа № 6	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,4,6,11,12)	Побуждать к проявлению активности. Лиза К., Даша М.	

День недели: понедельник, дата: «25» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,6,7,8,9)	Формировать навык правильной осанки. Саша Н., Макс П.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,6,7,8,9)	Развивать умение ориентироваться в пространстве. Ксюша Н., Сава Н.	
Старшая группа № 5	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 129 (Упр. № 1,2,3,8,9,11,12)	Развивать выносливость, силу, скорость. Данил О., Ваня П.	
Подготовительная группа № 4	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,7,8,11,12)	Развивать внимание, воображение, фантазию. Алиса Н., Камила Ш.	
Подготовительная группа № 6 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 140 (Упр. № 1,2,3,4,,11,12)	Развивать интерес у детей к занятиям физической культурой, любознательность, воображение, творческую активность. Егор М., Саша Н.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 125 (Упр. № 1,6,7,8,9)	Способствовать стремлению вести здоровый образ жизни, формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры. Егор М., Маша О.	

День недели: вторник, дата: «26» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 119 (Упр. № 1,4,5,6,7)	Развивать внимание, мышление, воображение. Варя Ш., Рома Л.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 119 (Упр. № 1,4,5,6,7)	Укреплять опорно-двигательный аппарат. Ваня Ш., Лев Г.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 127 (Упр. № 1,2,3,7,8)	Формировать навык правильной осанки. Злата П. Сережа П.	
Подготовительная группа № 10	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,7,8,11,12)	Побуждать к проявлению активности. Маша К., Дима К.	
Подготовительная группа № 4 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 140 (Упр. № 1,2,3,4,,11,12)	Развивать интерес у детей к занятиям физической культурой, любознательность, воображение, творческую активность. Тимофей П., Данил П.	
Группа раннего возраста № 1	Источник № 2. Занятие № 10; с 37	Развивать творческие способности. Ульяна П., Денис С.	

День недели: среда, дата: «27» января

<i>Возрастная группа №</i>	<i>НОД</i>	<i>Индивидуальная работа с детьми</i>	<i>Отметка о выполнении</i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 127 (Упр. № 1,2,3,7,8)	Воспитывать взаимодействие между детьми. Лиза О., Даша П.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 127 (Упр. № 1,2,3,7,8)	Развивать силу, ловкость. Егор Р., Маша Р.	
Старшая группа № 5	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 2; с. 131 (Упр. № 1,2,3,4,5,9,10)	Развивать физические качества и выразительность двигательных действий при выполнении упражнений. Миша П., Вероника П.	
Подготовительная группа № 6	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,7,8,11,12)	Формировать навык правильной осанки. Анна О., София П.	
Подготовительная группа № 10 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 140 (Упр. № 1,2,3,4,,11,12)	Развивать интерес у детей к занятиям физической культурой, любознательность, воображение, творческую активность. Платон М., Милана М.	
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 121 (Упр. № 1,2,3,8,9)	Побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях. Гриша Н., Алиса К.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 121 (Упр. № 1,2,3,8,9)	Развивать двигательные способности, ориентировку в пространстве. Алина А., Варя Б.	

День недели: четверг, дата: «28» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Младшая группа № 7	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 121 (Упр. № 1,4,5,8,9)	Способствовать укреплению здоровья. Тимур К., Савелий К.	
Младшая группа № 8	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 121 (Упр. № 1,4,5,8,9)	Побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях. Лев Г., Милана Д.	
Средняя группа № 9	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 127 (Упр. № 4,5,6,7,8)	Формировать навык правильной осанки. Тоня Т., Алиса Ф.	
Подготовительная группа № 10	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,8,10,11,12)	Побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях. Катя М., Алина М.	
Старшая группа № 5 (улица)	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 137 (Упр. № 3,4,5,7,8,11,12)	Развивать инициативность, активность, самостоятельность, умение сотрудничать, помогать друг другу. Артем О., Апооллинария Р.	
Группа раннего возраста № 1	Источник № 2. Занятие № 10; с 37	Развивать координацию движения, внимание, ориентировку в пространстве. Витя С., София Т.	

День недели: пятница, дата: «29» января

<i><b>Возрастная группа №</b></i>	<i><b>НОД</b></i>	<i><b>Индивидуальная работа с детьми</b></i>	<i><b>Отметка о выполнении</b></i>
Средняя группа № 3	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 127 (Упр. № 4,5,6,7,8)	Формировать навык правильной осанки. Тася П., Руслан С.	
Средняя группа № 2	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 3; с. 127 (Упр. № 4,5,6,7,8)	Развивать силу, ловкость. Кирилл С., Егор С.	
Подготовительная группа № 4	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,8,10,11,12)	Побуждать к проявлению активности. Ваня П., Алиса Н.	
Подготовительная группа № 6	Источник № 1. Модуль 2; Тема № 2; Конспект № 1; с. 135 (Упр. № 1,2,3,8,10,11,12)	Совершенствовать технику катания на санках. Валера П., Карина Г.	