

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ ЯСЕЛЬНОЙ ГРУППЫ _____

Месяц	Недели	Содержание работы	Фамилия имя ребенка
Октябрь	1 неделя	Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему)	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по прямой 3 – 4м.	
	3 неделя	Бросание мяча вперед 2 руками снизу	
	4 неделя	Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься	
Ноябрь	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке	
	2 неделя	Катание мяча 1 и 2 руками воспитателю, друг другу в положении стоя (расстояние 50 – 100 см)	
	3 неделя	Бросание мяча вперед 2 руками от груди, из-за головы	
	4 неделя	Присесть, держась за опору	
Декабрь	1 неделя	Катание мяча 1 и 2 руками воспитателю, друг другу в положении сидя	
	2 неделя	Ползание по доске, лежащая на полу	
	3 неделя	Бросание мяча вперед 2 руками из-за головы	
	4 неделя	Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; Скрещивать их перед грудью и разводить в стороны	
Январь	1 неделя	Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10 – 15 см)	
	2 неделя	Выставлять ногу вперед на пятку	
	3 неделя	Бросание мяча через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1 – 1,5 м	
	4 неделя	Прыжки на двух ногах на месте	

Февраль	1 неделя	Наклоняться вперед и в стороны	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по доске, приподнятой на высоту 20 – 30 см.	
	3 неделя	Бросание предметов в горизонтальную цель на расстояние 1м 2-мя руками	
	4 неделя	Прыжки с продвижением вперед	
Март	1 неделя	Потягиваться, поднимаясь на носки	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по прямой 3 – 4м.	
	3 неделя	Бросание предметов в горизонтальную цель на расстояние 1м правой и левой рукой.	
	4 неделя	Подпрыгивание вверх с касанием предмета, наход.на 10 – 15 см выше поднятой руки ребенка	
Апрель	1 неделя	Хлопать руками перед собой, над головой; размахивать вперед-назад, вниз-вверх	
	2 неделя	Подлезание под воротца (высота 30 – 40 см)	
	3 неделя	Метание мячей, шишек на дальность правой и левой рукой.	
	4 неделя	Перепрыгивание через линию, веревку, палочку	
Май	1 неделя	Кружением в медленном темпе (с предметом в руках)	
	2 неделя	Перелезание через бревно	
	3 неделя	Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.	
	4 неделя	Перепрыгивание через две параллельные линии (расстояние от 10 до 30 см)	

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ _____

Месяц	Недели	Содержание работы	Фамилия имя ребенка
Октябрь	1 неделя	Ходьба по прямой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2-2,5 м)	
	2 неделя	Катание мяча друг другу	
	3 неделя	Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5 – 5 м).	
	4 неделя	Прыжки на двух ногах на месте.	
Ноябрь	1 неделя	Ходьба по доске приставляя пятку одной ноги к носку другой	
	2 неделя	Катание мяча между предметами	
	3 неделя	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м)	
	4 неделя	Прыжки с продвижением вперед (расстояние 2 – 3 м)	
Декабрь	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой	
	2 неделя	Катание мяча в воротца (ширина 50 – 60 см)	
	3 неделя	Ползание между предметами, вокруг них	
	4 неделя	Прыжки из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними	
Я нв	1 неделя	Ходьба по ребристой доске	
	2 неделя	Метание в горизонтальную цель 2-я руками снизу правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2 м)	
	3 неделя	Подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола	
	4 неделя	Прыжки вверх с касанием предмета, наход.на 10 – 15 см выше поднятой руки ребенка	

Февраль	1 неделя	Ходьба по наклонной доске (высота 30 – 35 см)	
	2 неделя	Метание в горизонтальную цель 2-я руками от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2 м)	
	3 неделя	Пролезание в обруч	
	4 неделя	Прыжки через линию, веревку, палочку, шнур (через 4 – 6 линий-поочередно через каждую)	
Март	1 неделя	Ходьба с перешагиванием через предметы	
	2 неделя	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1 – 1,5м)	
	3 неделя	Метание в горизонтальную цель 2-я руками от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5 – 2 м)	
	4 неделя	Прыжки через предметы (высота 5 см)	
Апрель	1 неделя	Медленное кружение в обе стороны.	
	2 неделя	Ловля мяча, брошенного педагогом (расстояние 70-100 см)	
	3 неделя	Перелезание через бревно	
	4 неделя	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние между ними 25 – 30 см)	
Май	1 неделя	Медленное кружение в обе стороны.	
	2 неделя	Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2 – 3 раза подряд)	
	3 неделя	Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1 – 1,5м)	
	4 неделя	Прыжки в длину с места на расстоянии не менее 40 см	

Месяц	Недели	Содержание работы	Фамилия имя ребенка
Октябрь	1 неделя	Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой	
	3 неделя	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой)	
	4 неделя	Прокатывание мячей друг другу между предметами	
Ноябрь	1 неделя	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см)	
	2 неделя	Ползание по наклонной доске	
	3 неделя	Прыжки продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м)	
	4 неделя	Прокатывание обручей друг другу между предметами	
Декабрь	1 неделя	Ходьба по доске	
	2 неделя	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.	
	3 неделя	Прыжки с поворотом кругом	
	4 неделя	Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м)	
Январь	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны)	
	2 неделя	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.	
	3 неделя	Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно).	
	4 неделя	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы	

Февраль	1 неделя	Ходьба по ребристой доске	
	2 неделя	Подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед	
	3 неделя	Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см	
	4 неделя	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 р. подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 р. подряд)	
Март	1 неделя	Ходьба по ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см)	
	2 неделя	Пролезание в обруч	
	3 неделя	Прыжки через 2–3 предмета (по-очередно через каждый) высотой 5–10 см.	
	4 неделя	Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м)	
Апрель	1 неделя	Перешагивание через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук.	
	2 неделя	Перелезание через гимнастическую скамейку	
	3 неделя	Прыжки в длину с места (не менее 70 см)	
	4 неделя	Метание предметов в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой	
Май	1 неделя	Кружение в обе стороны (руки на поясе)	
	2 неделя	Прыжки с высоты 20–25 см.	
	3 неделя	Метание предметов в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.	
	4 неделя	Прыжки с короткой скакалкой	

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ СТАРШЕЙ ГРУППЫ

Месяц	Недели	Содержание работы	Фамилия имя ребенка
Октябрь	1 неделя	Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой	
	3 неделя	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом	
	4 неделя	Прокатывание мячей друг другу между предметами	
Ноябрь	1 неделя	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по горизонтальной и наклонной доске	
	3 неделя	Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно)	
	4 неделя	Прокатывание обручей друг другу	
Декабрь	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны)	
	2 неделя	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
	3 неделя	Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см	
	4 неделя	Бросание мяча друг другу снизу (на расстоянии 1,5 м)	
Январь	1 неделя	Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см)	
	2 неделя	Ползание на четвереньках	
	3 неделя	Прыжки через 2–3 предмета (по-очередно через каждый) высотой 5–10 см. кругом	
	4 неделя	Бросание мяча друг другу из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м)	

Февраль	1 неделя	Перешагивание через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук	
	2 неделя	Ползание опираясь на стопы и ладони	
	3 неделя	Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см)	
	4 неделя	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы (с расстояния 2 м)	
Март	1 неделя	Кружение в обе стороны (руки на поясе)	
	2 неделя	Подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед	
	3 неделя	Прыжки с короткой скакалкой	
	4 неделя	Перебрасывание мяча одной рукой через препятствия (с расстояния 2м)	
Апрель	1 неделя	Пролезание в обруч (разными способами)	
	2 неделя	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд)	
	3 неделя	Прыжки с короткой скакалкой	
	4 неделя	Метание предметов в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой	
Май	1 неделя	Пролезание под гимнастической скамейкой	
	2 неделя	Метание предметов в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.	
	3 неделя	Прыжки с короткой скакалкой	
	4 неделя	Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м)	

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ _____

Месяц	Недели	Содержание работы	Фамилия имя ребенка
Октябрь	1 неделя	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком, на носках	
	2 неделя	Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой	
	3 неделя	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом	
	4 неделя	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд)	
Ноябрь	1 неделя	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком, на носках	
	2 неделя	Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед	
	3 неделя	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м)	
	4 неделя	Бросание мяча, одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз)	
Декабрь	1 неделя	Ходьба по наклонной доске прямо и боком, на носках	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место	
	3 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками	
	4 неделя	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками	
Январь	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие в длину с места (не менее 80 см)	
	3 неделя	Ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч	
	4 неделя	Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли)	

Февраль	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие в длину с разбега (примерно 100 см)	
	3 неделя	Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени	
	4 неделя	Отбивание мяча о землю на месте, с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м)	
Март	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове.	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие в высоту с разбега (30–40 см).	
	3 неделя	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
	4 неделя	Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м)	
Апрель	1 неделя	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом)	
	2 неделя	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад	
	3 неделя	Перелезание через несколько предметов подряд	
	4 неделя	Метание предметов в горизонтальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м	
Май	1 неделя	Кружение парами, держась за руки	
	2 неделя	Прыжки через длинную скакалку	
	3 неделя	Пролезание в обруч разными способами	
	4 неделя	Метание предметов в вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м	

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ГРУППОЙ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ _____

Месяц	Недели	Содержание работы	Фамилия имя ребенка
Октябрь	1 неделя	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком, на носках	
	2 неделя	Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м)	
	3 неделя	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом	
	4 неделя	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд)	
Ноябрь	1 неделя	Ходьба по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком, на носках	
	2 неделя	Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед	
	3 неделя	Переползание через препятствия	
	4 неделя	Бросание мяча, одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз)	
Декабрь	1 неделя	Ходьба по наклонной доске прямо и боком, на носках	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место	
	3 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками	
	4 неделя	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками	
Январь	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие в длину с места (не менее 80 см)	
	3 неделя	Ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч	

	4 неделя	Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли)	
Февраль	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие в длину с разбега (примерно 100 см)	
	3 неделя	Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени	
	4 неделя	Отбивание мяча о землю на месте, с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м)	
Март	1 неделя	Ходьба по гимнастической скамейке боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове.	
	2 неделя	Прыжки на мягкое покрытие в высоту с разбега (30–40 см).	
	3 неделя	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
	4 неделя	Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м)	
Апрель	1 неделя	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом)	
	2 неделя	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад	
	3 неделя	Перелезание через несколько предметов подряд	
	4 неделя	Метание предметов в горизонтальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м	
Май	1 неделя	Кружение парами, держась за руки	
	2 неделя	Прыжки через длинную скакалку	
	3 неделя	Пролезание в обруч разными способами	
	4 неделя	Метание предметов в вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м	