**Младшие группы**

**Занятие № 65**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Продолжать учить лазать по наклонной лесенке, мягко приземляться, прыгая из обруча в обруч на двух ногах.

2. Развивать равновесие в игровых ситуациях, в ходьбе по гимнастической скамейке.

3. Продолжать учить согласовывать свои действия с действиями других детей при выполнении ОРУ.

4. Продолжать учить выполнять правила игры, согласовывать движения с текстом, развивать двигательное воображение.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в колонну, повороты**2.** Ходьба врассыпную с выполнением задания на развитие равновесия, ПИ «Самолёт-ракета»**3.** Построение в колонну**4.** Бег в колонне с остановкой и выполнением задания, ИУ «Тепло-холодно»**5.** Перестроение для ОРУ в круг**2. Основная часть.****1. ОРУ К с верёвкой или парашютом** **1.** И.П.- узкая стойка, верёвка (парашют) внизу1-руки вверх2-и.п.**2.** И.П.- стойка ноги врозь, верёвка (парашют) внизу1-наклон вперёд, положить верёвку (парашют) на пол2-выпрямиться3-наклон вперёд, взять верёвку (парашют) двумя руками4-и.п.**3.** И.П.- узкая стойка, руки на пояс, верёвка (парашют) на полу1-упор присев, ладошки за верёвку (на парашют)2-и.п.**4.** ПИ «Воробей»**2.** Перестроение в колонну**3.** Ходьба в чередовании с бегом**4. ОВД: поточно**- прыжки на двух ногах из обруча в обруч прямо- лазанье по наклонной лесенке, стремянке- ходьба по гимнастической скамейке**5.** Перестроение в круг**5. ПИ** «Подарки»**3. Заключительная часть.**1. Дыхательная гимнастика2. Перестроение в колонну, выход из зала | **2-3 мин**30 сек1 мин30 сек1,5 мин30 сек**8-10 мин**3-4 раза1-2 раза30 сек1 мин2-3 раза30 сек2-3 раза**2-3 мин**1-2 раза1 мин | Запомнить свой место в строюПоказ картинок, стихотворное сопровождение, «Самолёт» - стойка на носках, руки в стороны, «Ракета» - стойка на носках, руки вверх, ладони вместеНа свои места«Тепло» - бег, прыжки, «Холодно» - группировкаЗа педагогомЗа педагогомВ колоннеПомощь педагогаВ соответствии с текстомПоказСамостоятельно, за направляющим |

**1. ПИ «Воробей»**

Дети прыгают на двух ногах вокруг верёвки (парашюта)

Педагог произносит слова

***Среди белых голубей скачет серый воробей***

***Воробышек, пташка, серая рубашка***

***Вылетай поскорей, вылетай, не робей!***

После этих слов дети разбегаются врассыпную, по команде педагога

***Воробышки, домой!***

Строятся в круг вокруг верёвки (парашюта) на свои места.

**2. ПИ «Подарки»**
Выбирается один водящий, который встает в центр круга, образованный детьми. Дети берутся за руки, идут по кругу, говорят слова:
***Принесли мы всем подарки,******Кто захочет, тот возьмет:******Вот вам кукла с лентой яркой,******Конь, волчок и самолет!***После этих слов дети останавливаются, и водящий называет, какой он выбирает подарок: куклу, коня, волчок или самолет.
Далее действия происходят в зависимости от выбранного подарка:
1. Если выбрана кукла, дети танцуют на месте со словами:

**Кукла, кукла попляши,**

**Красной лентой помаши!**2. Если выбран конь, дети бегут по кругу, высоко поднимая колени, взрослый произносит слова:
**Скачет конь наш, чок – чок - чок,**

**Слышен топот быстрых ног!**
3. Если выбран волчок: дети кружатся вокруг себя на месте.
Взрослый произносит:
**Вот как кружится волчок**

**Прожужжал и на бок лег!**
По окончании слов дети приседают. Затем выполняют кружение в другую сторону.
4. Если выбран самолет: дети бегут друг за другом, расставив руки в стороны. Взрослый говорит:
**Самолет летит-летит,**

**Летчик смелый в нем сидит!**
Затем водящий выбирает другого ребенка, кому будут «дарить подарки».

**Занятие № 66**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке, развивать координацию.

2. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах (отталкиваться и приземляться).

3. Развивать выносливость, равновесие, двигательное воображение.

4. Продолжать учить выполнять правила игры, согласовывать движения с текстом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в колонну, повороты**2.** Ходьба врассыпную с выполнением задания на развитие равновесия, ПИ «Самолёт-ракета»**3.** Построение в колонну**4.** Бег в колонне с остановкой и выполнением задания, ИУ «Тепло-холодно»**5.** Перестроение для ОРУ в круг**2. Основная часть.****1. ОРУ с верёвкой или парашютом (см. занятие № 65)** **2.** Перестроение в колонну**3.** Ходьба в чередовании с бегом**4. ОВД: поточно**- прыжки через 4-6 параллельных линий S 15-20 см- лазанье по наклонной лесенке, стремянке- ходьба по гимнастической скамейке**5.** Перестроение в круг**6. ПИ** «Поймай комара»**3. Заключительная часть.**1. Упражнение на расслабление2. Перестроение в колонну3. Выход из зала | **2-3 мин**30 сек1 мин30 сек1 мин**8-10 мин**3-4 раза30 сек1 мин2-3 раза30 сек1-2 мин**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить свой место в строю«Мы построимся в колонну»Показ места построения в разных местах залаНа свои места«Тепло» - бег, прыжки, «Холодно» - группировкаПомощь педагогаПо командеОборудование по периметру залаСтраховкаЗа педагогомПоказ |

**1. ПИ «Поймай комара»**
Играющие становятся по кругу, на расстоянии вытянутых рук, лицом к центру. Педагог находится в середине круга. Он держит в руках палку длиной – 1- 1,2 метра с привязанным на шнуре картонным комаром. Педагог обводит палкой, «кружит комара», немного выше головы играющих. Когда комар летит над головой, ребенок подпрыгивает, стараясь его поймать. Тот, кто схватит комара, говорит: «Я поймал!».

**Занятие № 67**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Развивать физические качества при выполнении ОВД: прыжки через 4-6 параллельных линий S 15-20 см; ползание с опорой на ладони и стопы по доске; ходьба по гимнастической скамейке, присесть-встать на середине.

2. Развивать внимание, память, двигательное воображение при выполнении игровых заданий.

3. Продолжать учить выполнять правила игры, согласовывать движения друг с другом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в шеренгу, повороты**2.** Ходьба в колонне с выполнением заданий, ПУ- мышка, ходьба на носках- цыплёнок, ходьба на пятках- жуки, ползание- машина, ходьба на ягодицах**3.** Бег в колонне с остановкой по сигналу**4.** Перестроение для ОРУ в круг**2. Основная часть.****1. ОРУ с верёвкой или парашютом (см. занятие № 65)** **2.** Перестроение в колонну**3.** Ходьба в колонне со сменой направления**4. ОВД: поточно**- прыжки через 4-6 параллельных линий S 15-20 см- ползание с опорой на ладони и стопы по доске- ходьба по гимнастической скамейке, присесть-встать на середине**5.** Перестроение парами, деление на команды, построение в 2 круга**6. ПИ** «Калачи»**3. Заключительная часть.**1. Построение в шеренгу2. Пальчиковая гимнастика3. Повороты, ходьба в колонне, выход из зала | **2-3 мин**30 сек1 мин1-1,5 мин30 сек**8-10 мин**3-4 раза30 сек1 мин2-3 раза1 мин2-3 раза**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить свой место в строюПоказ картинок, стихотворное сопровождениеЗвуковой сигналЗа педагогомПомощь педагогаПо команде «Повернись!»Оборудование по периметру зала, внимание на качество выполненияНазначить звеньевыхСоблюдать технику безопасностиНа свои места |

**1. ПИ «Калачи»**

Дети становятся в два круга. Двигаются хороводным шагом по кругу, произнося слова:
***Бай - качи - качи - качи!******Глянь - баранки, калачи!******С пылу, с жару, из печи!***
По окончании слов игроки бегают врассыпную. По команде педагога «Найди свой калач!» возвращаются в свой круг. Отмечается команда, первой выполнившая построение в круг.

**Занятие № 68**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Продолжать развивать физические качества при выполнении ОВД: прыжок в глубину h 10-15 см; ползание с опорой на ладони и стопы по доске; ходьба по гимнастической скамейке, присесть-встать на середине.

2. Развивать ориентировку в пространстве, внимание, память, двигательное воображение при выполнении игровых заданий.

3. Продолжать учить выполнять правила игры, согласовывать движения друг с другом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в шеренгу, повороты**2.** Ходьба в колонне с выполнением заданий, ПУ- мышка, ходьба на носках- цыплёнок, ходьба на пятках- жуки, ползание- машина, ходьба на ягодицах**3.** Бег в колонне с остановкой по сигналу**4.** Перестроение для ОРУ в круг**2. Основная часть.****1. ОРУ с верёвкой или парашютом (см. занятие № 65)** **2.** Перестроение в колонну**3.** Ходьба в колонне со сменой направления**4. ОВД: поточно**- прыжок в глубину h 10-15 см- ползание с опорой на ладони и стопы по доске- ходьба по гимнастической скамейке, присесть-встать на середине**5. ПИ** «Мы весёлые ребята»**3. Заключительная часть.**1. Построение в шеренгу2. МПИ «Найди и промолчи»3. Построение в шеренгу, поворот, выход из зала | **2-3 мин**30 сек1 мин1-1,5 мин30 сек**8-10 мин**3-4 раза30 сек1 мин2-3 раза2-3 раза**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить свой место в строюПоказ картинок, стихотворное сопровождениеЗвуковой сигналЗа педагогомПомощь педагогаПо команде «Повернись!»Оборудование по периметру залаСоблюдать правилаПостроение в шеренгу на свои места, выполнять правила |

**1. ПИ «Мы весёлые ребята»**
Дети стоят на одной стороне площадки за чертой. На противоположной стороне находится водящий-ловишка. Дети идут к ловишке, проговаривая слова:
**Мы весёлые ребята,
Любим бегать и скакать,
Ну, попробуй нас догнать.
Раз, два, три, лови!**После слова «лови» дети бегут в дом, а ловишка их ловит. Пойманные выходят из игры.

**Занятие № 69**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Закреплять умение ходить со сменой направления, не наталкиваясь друг на друга.

2. Развивать координацию движений, равновесие, умение мягко приземляться на две ноги.

3. Продолжать учить выполнять правила игры, согласовывать движения с текстом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в колонну, повороты**2.** Ходьба по кругу с выполнением заданий, ИУ «Ровным кругом»**3.** Бег в колонне мелким и широким шагом**2. Основная часть.****1.** Перестроение в 3 колонны для ОРУ**2. ОРУ без предмета****1.** И.П. узкая стойка, руки на пояс1-руки в стороны2-хлопок над головой3-руки в стороны4-и.п.**2.** И.П.- сед, упор сзади1-наклон вперёд2-и.п.**3.** И.П.- сед, упор сзади1-согнуть ноги, обхватить колени руками2-и.п.**4.** И.П.-узкая стойка, руки на поясПИ «Зайцы и волк»**3.** Построение в колонну**4.** Ходьба в колонне со сменой направления**5. ОВД: поточно**- прыжок в глубину h 10-15 см- ходьба по мягкому буму**6. ОВД: фронтально**- ползание в сочетании с другими видами движений, **ПИ** «Кот и мыши»**3. Заключительная часть.**1. Построение в колонну, поворот2. Самомассаж 3. Выход из зала | **2-3 мин**30 сек1 мин1-1,5 мин**8-10 мин**3-4 раза2 раза1 мин2-3 раза2-3 раза**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить свой место в строюПо команде «Волк!» - широкий шаг, «Лиса!» - мелкий шагПроизвольно по ориентирамВрассыпную, согласовывать движения с текстомНа свои местаПо команде «Повернись!» или звуковому сигналуВнимание на приземлениеСохранять равновесие, страховкаНа свои местаПоказ |

**Занятие № 70**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Учить лазать по наклонной лестнице.

2. Развивать равновесие в ходьбе по массажным полусферам, в игровых заданиях.

3. Продолжать совершенствовать технику ходьбы и бега, выполняя разные задания.

4. Продолжать учить выполнять правила игры, согласовывать движения с текстом.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в колонну, повороты**2.** Ходьба по кругу с выполнением заданий, ИУ «Ровным кругом»**3.** Бег в колонне мелким и широким шагом**2. Основная часть.****1.** Перестроение в 3 колонны для ОРУ**2. ОРУ без предмета (см. занятие № 69)****2.** Перестроение в колонну**3.** Ходьба в колонне противоходом, ИУ «Ниточка и иголочка»**5. ОВД: поточно**- прыжок в глубину h 10-15 см- ходьба по мягкому буму**6. ОВД: фронтально**- ползание в сочетании с другими видами движений, **ПИ** «Кот и мыши»**3. Заключительная часть.**1. Построение в колонну, поворот2. Дыхательная гимнастика3. Поворот, выход из зала | **2-3 мин**30 сек1 мин1,5 мин**8-10 мин**30 сек3-4 раза30 сек1 мин2-3 раза2-3 раза**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить свой место в строюПо команде «Волк!» - широкий шаг, «Лиса!» - мелкий шагПроизвольно по ориентирамПомощь педагогаЗа направляющимОборудование по периметру залаСтраховка Построение в кругНа свои места |

**Занятие № 71**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Закреплять умение выполнять упражнения с мячом индивидуально и в парах: бросать мяч вдаль, вверх, об пол, друг другу.

2. Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, мелкую моторику.

3. Закреплять умение выполнять разные виды построений и перестроений.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в шеренгу, повороты**2.** Ходьба шеренгой с выполнением заданий, ИУ «Брось-догони»- ходьба широким шагом- ползание с опорой на ладони и колени- прыжки на двух ногах**3.** Поворот, бег в колонне с изменением направления движения**2. Основная часть.****1.** Построение в 2 колонны для ОРУ**2. ОРУ с мячом малого диаметра****1.** И.П. узкая стойка, мяч в правой руке1-руки в стороны2-руки вверх, переложить мяч в левую руку3-руки в стороны4-и.п.5-8-то же, в другую сторону**2.** И.П.- сед, упор сзади, мяч держать стопами1-наклон вперёд, достать пальцами мяч2-и.п.**3.** И.П.- сед, упор сзади, мяч держать коленями1-согнуть ноги, обхватить колени руками2-и.п.**4.** И.П.-узкая стойка, мяч в согнутых рукахПрыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя**3.** Перестроение в шеренгу**4.** Ходьба в колонне противоходом**5.** Построение в 2 колонны **6. ОВД: в парах**- катание мяча в парах из разных и.п., сидя, стоя, стоя на коленях- броски мяча двумя руками снизу в парах**7. ОВД: фронтально**- броски мяча об пол, ловля двумя руками- броски мяча вверх и ловля- прокатывание мяча в наклоне двумя руками**ПИ** «Я с мячом иду играть»**3. Заключительная часть.**1. Построение в шеренгу2. Упражнение на расслабление3. Поворот, выход из зала | **2-3 мин**30 сек1,5 мин1-1,5 мин**8-10 мин**30 сек3-4 раза30 сек1 мин30 сек4-6 раз1,5-2 мин**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить свой место в строюВзять мячи малого диаметраПо командеПо звуковому сигналу или команде «Повернись!», с мячом в рукахПо ориентирам, произвольноНа свои местаУбрать мячи малого диаметраНа места выполнения ОРУ1 колонна берёт мячиПоказ, согласовывать движения с текстомНа свои места |

**Занятие № 72**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

**Задачи:**

1. Продолжать закреплять умения выполнять упражнения с мячом индивидуально и в парах.

2. Развивать быстроту в беге с изменением направления движения.

3. Продолжать развивать ловкость, быстроту, мелкую моторику.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **1. Вводная часть.****1.** Построение в шеренгу, повороты**2.** Ходьба шеренгой с выполнением заданий, ИУ «Брось-догони»- ходьба широким шагом- ползание с опорой на ладони и колени- прыжки на двух ногах**3.** Поворот, бег в колонне с изменением направления движения**2. Основная часть.****1.** Построение в 2 колонны для ОРУ**2. ОРУ с мячом малого диаметра (см. занятие № 71)****3.** Перестроение в колонну**4.** Ходьба в колонне противоходом **5.** Построение в 2 колонны **6. ОВД: в парах**- катание мяча в парах из разных и.п., сидя, стоя, стоя на коленях- броски мяча двумя руками снизу в парах**7. ОВД: фронтально**- броски мяча об пол, ловля двумя руками- броски мяча вверх и ловля- прокатывание мяча в наклоне двумя руками**ПИ** «Я с мячом иду играть»**3. Заключительная часть.**1. Построение в шеренгу2. Пальчиковая гимнастика3. Поворот, выход из зала | **2-3 мин**30 сек1-1,5 мин1-1,5 мин**8-10 мин**30 сек3-4 раза30 сек1 мин30 сек2-3 раза1,5-2 мин**2-3 мин**30 сек1-2 раза |  Запомнить своё место в строю4 ориентира основных цветовПо команде «Повернись!»Взять мячи, произвольно по ориентирамПроизвольно по ориентирам Убрать мячиПомощь педагогаНа места выполнения ОРУ1 колонна берёт мячиВ соответствии с текстом, показНа свои местаПоказ |