Конспект №1

Цель:

учить детей ходить и бегать, сохранять правильную осанку; учить лазать по гимнастической стенке одноименным способом, не пропуская реек.

Литература:

Стр. 60 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №2

Цель:

упражнять в ходьбе и беге с сохранением дистанции; учить подбрасывать и ловить после отскока об землю; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 62 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект № 3

Цель:

упражнять в ходьбе и беге; учить прыжкам через лежащие на земле палки с поворотом на 180 градусов; упражнять в подбрасывании и ловле мяча пальцами рук и после отскока от земли.

Литература:

Стр. 63 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №4

Цель:

учить прыгать в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в сохранении равновесия, ходьбе и беге; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 64 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №5

Цель:

учить прыгать в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в передаче мяча, не теряя его; формировать в детях выносливость.

Литература:

Стр. 67«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №6

Цель:

учить лазать по гимнастической стенке с одноименным шагом, не пропуская реек; упражнять в прыжках в длину с места, правильно отталкиваясь и приземляясь.

Литература:

Стр. 70 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №7

Цель:

учить метанию на дальность правой и левой рукой способом «из – за головы»; упражнять в лазании по гимнастической стенке, чередующимся шагом, не пропуская реек.

Литература:

Стр. 71«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №8

Цель:

учить детей прыжкам через скакалку; упражнять в бросании мяча от груди и снизу и ловле его пальцами.

Литература:

Стр. 72«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №9

Цель:

упражнять в ходьбе и беге; учить прыгать через шнур, не задевая его; упражнять в бросании ( снизу и от груди ) и ловле мяча.

Литература:

Стр. 74«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №10

Цель:

учить влезать чередующимся шагом на гимнастическую стенку и спускаться, не пропуская реек; упражнять в прыжках через шнур с места; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 77«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №11

Цель:

учить прыгать в длину с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в ходьбе и беге.

Литература:

Стр. 78«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №12

Цель:

учить бросать и ловить мяч, не теряя его; упражнять в ходьбе и беге, сохраняя правильную осанку.

Литература:

Стр. 78«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №13

Цель:

учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смешивая их; упражнять в подбрасывании и ловле мяча.

Литература:

Стр. 81«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №14

Цель:

учить детей перебрасывать мяч друг другу любыми способами; упражнять в прыжках с автопокрышек; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 84«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №15

Цель:

учить детей бросать мяч точно в руки партнёра; упражнять в ловле мяча.

Литература:

Стр. 85«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект№16

Цель:

учить метанию вдаль правой и левой рукой способом «снизу»; упражнять в умении спрыгивать с бума из положения «присев»; развивать ловкость.

Литература:

Стр. 86«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №17

Цель:

упражнять детей в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом, в прыжках с разбега.

Литература:

Стр. 88 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект № 18

Цель:

учить детей подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд; упражнять в ходьбе и беге, сохраняя дистанцию; учить сохранять равновесие.

Литература:

Стр. 90«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №19

Цель:

учить прыжкам с разбега, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в метании правой и левой рукой способом «снизу».

Литература:

Стр. 92 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект № 20

Цель:

учить детей ходить и бегать, сохраняя правильную осанку; упражнять детей в ходьбе попеременным скользящим шагом при прохождении расстояния до 500м; упражнять в катании на санках.

Литература:

Стр. 94

«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект № 21

Цель:

упражнять в ходьбе и беге; учить прыгать на одной ноге; развивать ловкость.

Литература:

Стр. 96«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №22

Цель:

учить прыгать через шнур, согнув ноги; учить метанию из – за спины правой и левой рукой; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 97«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №23

Цель:

учить прыгать с места, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в метании способом «снизу от себя».

Литература:

Стр. 98 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №24

Цель:

учить лазанию по гимнастической стенке одноименным способом; упражнять в прыжках с разбега на дальность.

Литература:

Стр.101 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект № 25

Цель:

учить прыжкам на дальность с места; упражнять в метании в горизонтальную цель способом «от плеча» правой и левой рукой.

Литература:

Стр. 103 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №26

Цель:

Учить метанию на дальность способом «из – за головы» правой и левой рукой; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд.

Литература:

Стр. 104 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №27

Цель:

Учить метению в вертикальную цель правой и левой рукой способом «из – за головы», упражнять в прыжках с разбега.

Литература:

Стр. 105 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №28

Цель:

Учить метанию правой и левой рукой способом «от плеча»; упражнять в прыжках через скакалку.

Литература:

Стр. 107«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект№29

Цель:

Упражнять в прыжках через шнур с разбега, в пролезании между рейками.

Литература:

Стр. 110 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №30

Цель:

Учить прыжкам в высоту с разбега; упражнять в равновесии; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 111«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №31

Цель:

Развивать навыки метания способом «снизу» правой и левой рукой; упражнять в пролезании в обруч.

Литература:

Стр. 112 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект№32

Цель:

Упражнять в пряжках через скакалку; развивать ловкость.

Литература:

Стр. 114 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №33

Цель:

Упражнять в подбрасывании и ловле мяча, в умении самостоятельно принимать исходное положение и выполнять бросок на дальность способом «из – за головы».

Литература:

Стр. 116 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект №34

Цель:

Учить замаху и броску при метании, учить прыгать через скакалку.

Литература:

Стр. 117«Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Конспект№35

Цель:

Учить прыжкам с разбега, отталкиваясь одной ногой и приземляясь на две; упражнять в висе и отжимании; формировать выносливость.

Литература:

Стр. 118 «Спортивные занятия на открытом воздухе» Е.И. Подольская

Образовательная область

«Физическая культура»

(на воздухе)

средне – старшая группа № 6

Воспитатель:

Киселева Марина Викторовна