|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Разучить прыжки в длину с разбега. Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону, в перешагивании через набивные мячи, в прыжках на 2-х ногах, в перебрасывании мяча друг другу, лазании «по-медвежьи», бросании мяча о пол одной рукой , ловля двумя. Закреплять: ползание по гимн. скам. на животе; бросание мяча о стену.** | | | |
| **1-я часть: вводная** | **Ходьба и бег между предметами, врассыпную между предметами, бег и ходьба парами с поворотом в другую сторону.** | | | |
| **ОРУ** | **б\п** | **С флажками** | **б\п** | **С ленточками на скамейке** |
| **№ занятия** | **1-2** | **3-4** | **5-6** | **7-8** |
| **2-я часть: основные виды движений** | **1. Ходьба по гимн. скам. перешагивая через набивные мячи лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола.** | **1. Прыжки в длину с разбега . 2. Ползание «по-медвежьи». 3. Подлезание под дугу. 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 5. Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол).** | **1. Ходьба по гимн. скам., ударяя мячом об пол, и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимн. скам. на животе, подтяг. руками. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке. 4. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями.** | **Игровые упражнения :**  **1. «Проведи мяч» (футбол) 2. Пас друг другу. 3. «Отбей волан» 4. «Прокати – не урони» (обруч) 5. «Забрось в кольцо» 6. «Мяч о пол»**  **Эстафеты:**  **1. «Чья команда дальше прыгнет?» 2. «Посадка овощей» 3. Бег через скакалку. 4. « Горные спасатели». 5. «Больная птица»**  **Подвижная игра : «Космонавты»** |
| **Подвижные игры** | **«Караси и щука»** | **«Третий лишний»** | **«Перемени предмет»** |
| **Малоподвижные игры** | **«Что изменилось?»** | **«Эхо»** | **«Тише едешь – дальше будешь»** |

# Май