|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Учить сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место при ходьбе и беге, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски . Упражнять в энергичном отталнивании от полд, в прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления ; в подлезании под дугу не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на 2-х ногах.** | | | |
| **1-я часть: вводная** | **Ходьба и бег в кол. С изменением направления, бег между предметами, ходьба с перешагиванием через бруски, ходьба врассыпную на сигнал построение в шеренгу, с перешагиванием через шнуры, на пятках.** | | | |
| **ОРУ** | **б\п** | **б\п** | **С мячом** | **С кубиками** |
| **№ занятия** | **1-2** | **3-4** | **5-6** | **7-8** |
| **2-я часть: Основные виды движений** | **1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть.**  **2. Прыжки на 2-х ногах до предмета.**  **3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше.** | **1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2.Прокатывание мяча друг другу, и. п.- стоя на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой.** | **1.Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ш.-15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на 2-х ногах между набив. мячами, положенными в две линии.** | **1.Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее», прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед, фронтально.** |
| **Подвижные игры** | **«Кот и мыши»** | **«Цветные автомобили»** | **«Совушка», «Огуречик»** | **«Мы веселые ребята», «Карусели»** |
| **Малоподвижные игры** | **Ходьба в кол. За «котом», как «мыши», черед. с обыч. ходьб.** | **Танцевальные движения** | **«Найди и помолчи»** | **Ходьба в колонне по одному** |

# Октябрь