|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| II | **«Физкультура»**  Учить ходить по узенькой рейке, прыгать на двух ногах на месте в чередо­вании с ходьбой; упраж­нять в умении бегать с высоким подниманием колена, ползать | Построение в шеренгу. П | | Ходьба на на­ружных сторо­нах стоп. П. Бег с высоким подниманием колена. П | Ходьба по узень­кой рейке(диа­метр 1, 5-3 см). О | Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыж­ков, 2-3 раза) в чередовании с ходьбой.О | Ползание на чет­вереньках змей­кой. П | Игра «Сбей мяч» |
|  | на четвереньках змейкой; способствовать развитию чувства равновесия и ко­ординации движений. | | Гимнастика для глаз «Дождик»  Общеразвивающие упражнения (с мячом)  И. п.: основная стойка, мяч в правой руке; 1 - руки в стороны; 2 - руки вверх, переложить мяч в левую руку; 3 - ру­ки в стороны; 4 - вернуться в исходное положение, повторить (6-8 раз);  и. п.: ноги на ширине плеч, мяч в правой руке; 1-2 - поворот вправо, ударить мячом о пол, поймать его двумя рука­ми; 3-4 - вернуться в исходное положение, то же влево, повторить (6-8 раз);  и. п.: ноги на ширине плеч, мяч в правой руке; 1-2 - наклон вперед-вниз, переложить мяч в левую руку за левой ногой; 3^1 - выпрямиться, затем из левой руки переложить в правую, повторить (6-8 раз);  и. п.: ноги на ширине ступни, мяч в правой руке; 1-2 - присесть, ударить мячом о пол, поймать; 3-4 - вернуться в исходное положение, повторить (6-8 раз);  и. п.: стоя на коленях, сидя на пятках, мяч в правой руке; 1-4 - наклон вправо, прокатить мяч по прямой от себя; 5-8 - вернуться в исходное положение, то же влево (6-8 раз)  Подвижная игра (с бегом) «Осенние листочки»  Дыхательная гимнастика «Ветер и листья» | | | | | | |