|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **№**  **недели** | **Задачи** | **Вводная часть** | **ОРУ** | **Основные виды движения** | **Подвижные**  **игры** | **Заключи**  **тельная**  **часть** | **Здоровье**  **сберегаю**  **щие технологии** |
| **С**  **Е**  **Н**  **Т**  **Я**  **Б**  **Р**  **Ь** | **1-я**  **Неделя** | Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании. | Ходьба по залу за направляющим, бег.  Ходьба по залу в рассыпную. | Комплекс №1  Комплекс  №2 | Упражнения в равновесии – ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). При ходьбе руки на пояс. В беге руки произвольно, свободно балансируют. Ходьба и бег в чередовании: главное – не наступать на шнуры.  2. Прыжки.  Ходьба между двумя линиями (ширина 20 см). Выполняется двумя колоннами поточным способом друг за другом.  Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика (кегли), на расстояние 3–4 м. Повторить 2 раза. | «Найди себе пару»  «Зайка беленький сидит» | Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.  Ходьба по залу. | Дых.упр.  «Одуванчик»  П.гимн.  «Животные» |