**Планирование физкультурных занятий на 32 неделю**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Тема недели** | **Дни недели** | **Содержание деятельности для родителей** | **Игры** |
| **От 3до 4лет** | «Дом , в котором мы живем» | Вторник | 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом.( приставным шагом).Выс.- 1,5 – 2м. 2. Прыжки через предметы вас.15 – 20см.. 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом правым и левым боком.   4.Перебрасывать мячи парами друг друг другу на расстоянии 2-3м. и ловить его двумя руками не прижима к груди. | **Игра** **«Котята и щенята»**  Дети распределяются на 2 равные команды и становятся в шеренгу напротив друг друга , а посередине ставится скамейка.( одни котята другие щенята).По сигналу «котята вышли погулять!».( Котята идут на четвереньках мяукают и перелазят через скамейку и идут к «щенятам» во двор). На сигнал «щенята –а-а! «Щенята становятся на четвереньки и догоняют «котят , те убегают , перелазят через скамейку и бегут к себе во двор. а « щенята подходят к скамейке становятся на нее «передними лапами « и лают на котят. а затем уходят. Затем дети меняются местами.  Повторить можно по желанию детей. |
| **От 4 до 5 лет** | «Дом , в котором мы живем» | Среда | 1.Прыжки в длину с места на расст. 90 -100см  2.Метание мешочков в вертик. цель на расст.- 3м .правой и левой рукой.  3.Лазание по гимнастической стенке2м, и спускаться с нее.  4.Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе с перешагиванием через предметы выс. -10см. | **Игра: «Зайцы и волк**»  Все дети «зайчики» и один «волк» ( надевается маска) , волк сидит в «логове» ( в стороне) . Вед. Читает текст: «Зайцы скачут скок, скок, скок на зеленый на лужок, притаились, слушают , не идет ли волк! Зайчики прыгают, приседают, слушают. На сигнал «Волк!». «Зайчики» убегают в свои «домики.», а волк их догоняет. В конце игры подсчитывают сколько « зайчиков» поймал «волк»  Игра повторяется 4-5 раз*.* |
| **От 5 до 6 лет** | «Дом , в котором мы живем» | Четверг | 1. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу расст. – 3-4м.. 3. Пролезание в обруч Д- 50см. прямо. 4. Ползание по скамейке «по-медвежьи». 5. Метание мешочков в вертикальную цель. На расстоянии 5м. | **Игра « Футбол на месте»**  Всем дети стоят по кругу, руки за спину. Выбирается 1 или 2 водящих. Они стоят в кругу с мячом. По сигналу: 1.2.3 – кати!. Водящие передают мяч ногой игрокам в кругу по очереди. Дети в кругу должны так же предать мяч ногой в круг водящему. Получает 1 очко тот, кто точно передал мяч водящему. Играповторяется до тех пор, пока все дети не предадут мяч. |
| **От 6 до 7 лет** | «Дом , в котором мы живем» | Пятница | 1. Прыжки через скамейку на двух ногах. Прыжки с продвижением вперед подскоками. 2. Ведение мяча правой и левой руками с забрасыванием его в корзину. 3. Ведение мяча между предметами.   4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом. | **Игра *«*Ловишки с приседом».**  . Выбирается ловишка.  .(Его можно отметить ленточкой, галстуком…..) По сигналу: 1.2.3 – лови!.Дети разбегаются а ловишка их догоняет. Как только ловишка хочет дотронуться до убегающего, тот должен присесть и ловишка его не ловит..В конце ловишка подсчитывают пойманных детей.. Играповторяется 2-3 раза. |

|  |
| --- |
|  |