**Планирование физкультурных занятий не неделю (06.04 -10.04)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Тема недели** | **Дни недели** | **Содержание деятельности для родителей** | **Игры** |
| **От 3до 4лет** | 2 «Хочу я летчиком стать» | Вторник | **« Готовимся в летчики»**   1. Прыжки в длину с места 2. Метание малых мячей в вертик. цель правой и левой рукой 3. Лазание по гимнастической стенке, спуск до последней рейки( без прыжка).   4Ходьба по гимн.скамейке боком приставным шагом, руки на поясе с перешагиванием через предметы. | **Игра: «Самолеты**»  **Все дети «самолеты»**  **.На сигнал: - Завели мотор**! Дети – согнувши руки в локтях, делают вращательные движения. И гудят (У-У-У-!)  **Вед**. - **Расправили крылья** ! дети развели руки в стороны.  **Вед**. - **Полетели**! Все разбегаются « летают в разных направлениях .  **Вед. –Самолеты на посадку!-** дети садятся наодно колено в указанное место**.**  Игра повторяется 4-5 раз *.*Выбирается самый внимательный «летчик». |
| **От 4 до 5 лет** | «Хочу я летчиком стать» | Среда | « **Хочу я летчиком стать»**  1.Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 на середине, передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной.  2.Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком.  3.Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.  4.Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его после отскока от пола. | **Игра « Самолеты на аэродром»»**  Все дети «летчики»! Становятся в 3 колоння к своим флажкам разного цвета. **На сигнал: - Завели мотор**! Дети – согнувши руки в локтях, делают вращательные движения. И гудят (У-У-У-!)  **Вед**. - **Расправили крылья** ! - дети развели руки в стороны.  **Вед**. - **Полетели**! Все разбегаются « летают в разных направлениях .  **Вед. – Самолеты на аэродромы ! -** дети становятся каждая команда к своему флажку. Походу флажки меняются местами.  Игра повторяется 4-5 раз. Выбирается самая быстрая и внимательная команда «летчиков |
| **От 5 до 6 лет** | «Хочу я летчиком стать» | Четверг | « **Готовимся в летчики»**  1.Прыжки через скамейку с одной н другой стороны (правым, левым боком)  2.Ходьба по гимнастической скамейке: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе.  3.Пролезание в обруч , руки на колени d – 60см.  4.Бег по канату прямо , руки в стороны. | **Игра « Самолетов звенья»**  Все дети «летчики! Становятся в 3 колоння к своим флажкам разного цвета. **На сигнал: - Завели мотор**! Дети – согнувши руки в локтях, делают вращательные движения. И гудят (У-У-У-!)  **Вед**. - **Расправили крылья** ! - дети развели руки в стороны.  **Вед**. - **Полетели**! Все разбегаются « летают в разных направлениях .  **Вед. – Самолеты на аэродромы ! -** дети становятся каждая команда к своему флажку.**.**  Игра повторяется 4-5 раз. Выбирается самая быстрая и внимательная команда «летчиков». |
| **От 6 до 7 лет** | « Мы космонавты» | Пятница | « **Готовимся в космонавты**)  1.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева с одной ноги на другую; на двух ногах.  2.Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину.  3.Ведение мяча между предметами.  4.Ползание на животе под веревкой h-20см.  5.Прыжки в длину с разбега на мат | **Игра « Мы космонавты».**  Дети- будущие космонавты, готовятся к полету.  По сигналу: **Внимание – Марш!**  Нужно выполнить задания:  1.Пробежать по канату,  2.Пролезть под стул.  3.Покрутится на « диске».  4.Пробежать по «болоту»( по плоским предметам)  5.Подпрыгнуть - достать подвешенную погремушку, мяч.  6.Пробежать вокруг предмета.  Игра повторяется 2-3 раза. |

|  |
| --- |
|  |