

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Сентябрь. 02.09.2024-06.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
03.09.24	<p>Задачи. Учить ходить по линии, сохраняя равновесие. Продолжить учить ползать на четвереньках по прямой между предметами. Совершенствовать умение катать мяч друг другу между предметами.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 2) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по линии, сохраняя равновесие. Продолжить учить ползать на четвереньках по прямой между предметами. Совершенствовать умение катать мяч друг другу между предметами. <p>Подвижная игра «Кто соберет больше лент»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
04.09.24	<p>Задачи. Учить катать обручи друг другу между предметами. Продолжить учить ходить по линии, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение катать мяч друг другу между предметами.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 2) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить катать обручи друг другу между предметами. Продолжить учить ходить по линии, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение катать мяч друг другу между предметами. <p>Подвижная игра: «Котята и ребята».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №2)</p>

06.09.24	<p>Задачи. Учить ползать по горизонтальной доске, скамейке. Развивать умение катать обручи друг другу между предметами.</p> <p>Совершенствовать ходьбу по линии, сохраняя равновесие.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть.</p> <p>1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 3)</p> <p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <p>1 Упражнять в ритмичном подпрыгивании ноги вместе, ноги врозь с выполнением хлопков над головой.</p> <p>2 Учить ходить по шнуру ,положенному прямо, сохраняя равновесие.</p> <p>3) Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползание на четвереньках с опорой на руки и колени.</p> <p>Подвижная игра «Котята и ребята»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика(Комплекс №1)</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Сентябрь. 16.09.2024-20.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
17.09.24	<p>Задачи. Учить ходить по веревке, сохраняя равновесие. Развивать умение ползать по горизонтальной доске, скамейке. Совершенствовать умение катать обручи друг другу между предметами.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 3) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по веревке, сохраняя равновесие. Развивать умение ползать по горизонтальной доске, скамейке. Совершенствовать умение катать обручи друг другу между предметами. <p>Подвижная игра «Найди себе пару»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
18.09.24	<p>Задачи. Обучать технике прыжка на двух ногах с продвижением вперед. Продолжить учить ходить по веревке, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение ползать по горизонтальной доске, скамейке.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка №4) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучать технике прыжка на двух ногах с продвижением вперед. • Продолжить учить ходить по веревке, сохраняя равновесие. • Совершенствовать умение ползать по горизонтальной доске, скамейке. <p>Подвижная игра: «Кто быстрее?».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
20.09.24	<p>Задачи. Учить бросать мяч друг другу снизу и ловить его. Развивать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед. Совершенствовать умение ходить по веревке, сохраняя равновесие.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 4)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить бросать мяч друг другу снизу и ловить его.• Развивать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед.• Совершенствовать умение ходить по веревке, сохраняя равновесие. <p>Подвижная игра «Лошадки»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика(Комплекс №2)</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Сентябрь. 23.09.2024-27.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
24.09.2024	<p>Задачи. Обучать умению ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Продолжить учить бросать мяч друг другу снизу и ловить его. Совершенствовать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 5) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучать умению ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. • Продолжить учить бросать мяч друг другу снизу и ловить его. • Совершенствовать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед <p>Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
25.09.2024	<p>Задачи. Учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. Развивать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Совершенствовать умение бросать мяч друг другу снизу и ловить его.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка №5) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. • Развивать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. • Совершенствовать умение бросать мяч друг другу снизу и ловить его. <p>Подвижная игра: «Цветные автомобили».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №1)</p>

27.09.2024	<p>Задачи. Познакомить с техникой прыжка на месте с поворотами направо, налево. Продолжить учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 5) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познакомить с техникой прыжка на месте с поворотами направо, налево. • Продолжить учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. • Совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. <p>Подвижная игра «Бездомный зайчик»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика(Комплекс №3)</p>
------------	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»
Месяц: Октябрь. 30.09.2024-04.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
01.10.24	<p>Задачи. Учить перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия. Развивать технику прыжка на месте с поворотами направо, налево.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 6) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия. • Развивать технику прыжка на месте с поворотами направо, налево. <p>Подвижная игра «У дядюшки Трифона»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
02.10.24	<p>Задачи. Учить подлезать под дугу правым и левым боком. Продолжить учить умению перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 6) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить подлезать под дугу правым и левым боком. • Продолжить учить умению перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия. <p>Подвижная игра: «Цветные автомобили».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
04.10.24	<p>Задачи. Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. Развивать умение подлезать под дугу правым и левым боком.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть.</p>

		<p>1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения № 7)</p> <p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие.• Развивать умение подлезать под дугу правым и левым боком. <p>Подвижная игра «Птички и кошка»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика(Комплекс №4)</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»
Месяц: Октябрь. 07.10.2024-11.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
08.10.24	<p>Задачи. Обучать умению лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. Продолжить учить метать предметы на дальность. Развивать технику прыжка на двух ногах через 4-5 линии.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучать умению лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. • Продолжить учить метать предметы на дальность. • Развивать технику прыжка на двух ногах через 4-5 линии. <p>Подвижная игра «Кто быстрее?»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
09.10.24	<p>Задачи. Учить делать повороты с мешочком на голове, сохраняя равновесие. Продолжить учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. Развивать умение метать предметы на дальность.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка №7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить делать повороты с мешочком на голове, сохраняя равновесие. • Продолжить учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. • Развивать умение метать предметы на дальность. <p>Подвижная игра: «Птички и кошка».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №4)</p>

11.10.23	<p>Задачи. Познакомить с техникой прыжка на двух ногах с высоты 20-25 см. Продолжить учить делать повороты с мешочком на голове, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познакомить с техникой прыжка на двух ногах с высоты 20-25 см. • Продолжить учить делать повороты с мешочком на голове, сохраняя равновесие. • Совершенствовать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. <p>Подвижная игра «У медведя в бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика(Комплекс №4)</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Октябрь. 14.10.2024-18.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
15.10.24	<p>Задачи. Учить перешагивать предметы, сохраняя равновесие. Развивать умение пролезать в обруч. Совершенствовать навыки бросания мяча вверх и ловля его двумя руками.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка №8) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить перешагивать предметы, сохраняя равновесие. • Развивать умение пролезать в обруч. <p>Подвижная игра «Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
16.10.24	<p>Задачи. Познакомить с техникой прыжка на двух ногах через 4-5 линии. Развивать умение перешагивать через предметы сохраняя равновесие. Совершенствовать умение пролезать в обруч.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 8) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познакомить с техникой прыжка на двух ногах через 4-5 линии. • Развивать умение перешагивать через предметы сохраняя равновесие. <p>Подвижная игра: «Гуси лебеди».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №4)</p>
18.10.24	<p>Задачи. Учить метать предметы на дальность. Развивать технику прыжка на двух ногах через 4-5 линии. Совершенствовать умение перешагивать предметы, сохраняя равновесие.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 8)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить метать предметы на дальность.• Развивать технику прыжка на двух ногах через 4-5 линии. <p>Подвижная игра «Бездомный зайчик»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика(Комплекс №4)</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Октябрь. 21.10.2024-25.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
22.10.24	<p>Задачи. Обучать умению ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Продолжить учить бросать мяч друг другу снизу и ловить его. Совершенствовать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 9) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучать умению ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. • Продолжить учить бросать мяч друг другу снизу и ловить его. • Совершенствовать технику прыжка на двух ногах с продвижением вперед <p>Подвижная игра «Кто быстрее?»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
23.10.24	<p>Задачи. Учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. Развивать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Совершенствовать умение бросать мяч друг другу снизу и ловить его.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 9) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. • Развивать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. • Совершенствовать умение бросать мяч друг другу снизу и ловить его. <p>Подвижная игра: «Лохматый пес».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №5)</p>

25.10.24	<p>Задачи. Познакомить с техникой прыжка на месте с поворотами направо, налево. Продолжить учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 9) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познакомить с техникой прыжка на месте с поворотами направо, налево. • Продолжить учить ходить по наклонной доске, сохраняя равновесие. • Совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. <p>Подвижная игра «Найди свой домик»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Октябрь.28.10.2024-01.11.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
29.10.24	<p>Задачи. Учить метать в горизонтальную цель. Развивать технику прыжка на двух ногах с высоты 20-25 см. Совершенствовать умение делать повороты с мешочком на голове, сохраняя равновесие.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить метать в горизонтальную цель. 2) Развивать технику прыжка на двух ногах с высоты 20-25 см Подвижная игра «Кто быстрее?»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
30.10.24	<p>Задачи. Обучать умению ползать на четвереньках змейкой. Продолжить учить метать в горизонтальную цель. Совершенствовать технику прыжка на двух ногах с высоты 20-25 см.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Обучать умению ползать на четвереньках змейкой. 2) Продолжить учить метать в горизонтальную цель Подвижная игра: «Вот сидит лохматый пес».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №6)</p>
01.11.24	<p>Задачи. Учить сохранять равновесие, стоя на носках. Продолжить учить ползать на четвереньках змейкой. Развивать умение метать в горизонтальную цель.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить сохранять равновесие, стоя на носках.</p>

		<p>2) Продолжить учить ползать на четвереньках змейкой Подвижная игра «Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика(Комплекс №6)</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Ноябрь. 04.11.2024-08.11.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
05.11.24	<p>Задачи. Учить ходить по ребристой доске. Развивать умение сохранять равновесие, стоя на носках. Совершенствовать умение ползать на четвереньках змейкой.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по ребристой доске. • Развивать умение сохранять равновесие, стоя на носках. • Совершенствовать умение ползать на четвереньках змейкой. <p>Подвижная игра «Сова»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
06.11.24	<p>Задачи. Обучать умению метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Развивать умение ходить по ребристой доске. Совершенствовать умение сохранять равновесие, стоя на носках.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обучать умению метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. • Развивать умение ходить по ребристой доске. • Совершенствовать умение сохранять равновесие, стоя на носках. <p>Подвижная игра: «Бездомный зайчик».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №7)</p>
08.11.24	<p>Задачи. Учить ползать по горизонтальной и наклонной скамейке. Продолжить учить умению метать в горизонтальную цель правой и левой</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть.</p>

	рукой. Совершенствовать умение ходить по ребристой доске.	<p>1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11)</p> <p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить ползать по горизонтальной и наклонной скамейке.• Продолжить учить умению метать в горизонтальную цель правой и левой рукой.• Совершенствовать умение ходить по ребристой доске. <p>Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Ноябрь. 11.11.2024-15.11.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
12.11.24	<p>Задачи. Учить сохранять равновесие, стоя на одной ноге. Развивать умение ползать по горизонтальной и наклонной скамейке.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 12) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить сохранять равновесие, стоя на одной ноге. • Развивать умение ползать по горизонтальной и наклонной скамейке. <p>Подвижная игра «Лиса и зайцы»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
13.11.24	<p>Задачи. Познакомить с техникой прыжка с короткой скакалкой. Продолжить учить умению сохранять равновесие, стоя на одной ноге.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 12) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Познакомить с техникой прыжка с короткой скакалкой. • Продолжить учить умению сохранять равновесие, стоя на одной ноге. <p>Подвижная игра: «У медведя во бору».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №6)</p>
15.11.24	<p>Задачи. Учить метать в вертикальную цель. Развивать технику прыжка с короткой скакалкой.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 12)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить метать в вертикальную цель.• Развивать технику прыжка с короткой скакалкой. <p>Подвижная игра « Сова»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика (Комплекс №7)</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Ноябрь. 18.11.2024-22.11.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
19.11.24	<p>Задачи. Метание в вертикальную цель Учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. Развивать технику прыжка на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой. Совершенствовать умение сохранять равновесие в кружении в обе стороны, руки на поясе.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 13) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра 2) Развивать технику прыжка на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой. Подвижная игра «Лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
20.11.24	<p>Задачи. Перелезание Учить перелезать через гимнастическую скамейку. Продолжить учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. Совершенствовать технику прыжка на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 13) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить перелезать через гимнастическую скамейку. 2) Продолжить учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. Подвижная игра «Бездомный заяц» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №7)</p>
22.11.24	<p>Задачи. Ходьба и бег по наклонной доске Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Развивать умение перелезать через гимнастическую скамейку. Совершенствовать умение метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 13) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p>

		<p>1) Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. 2) Развивать умение перелезть через гимнастическую скамейку. Подвижная игра «Автомобилисты» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика(Комплекс №7)</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Ноябрь.25.11.2024-29.11.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
26.11.24	<p>Задачи. Учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. Развивать технику прыжка на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой. Совершенствовать умение сохранять равновесие в кружении в обе стороны, руки на поясе.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнениякарточка № 14) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. • Развивать технику прыжка на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой. <p>Подвижная игра «Светофор»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
27.11.24	<p>Задачи. Учить перелезть через гимнастическую скамейку. Продолжить учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. Совершенствовать технику прыжка на месте на двух ногах в чередовании с ходьбой.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнениякарточка № 14) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить перелезть через гимнастическую скамейку. • Продолжить учить метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра. <p>Подвижная игра «Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №8)</p>
29.11.24	<p>Задачи. Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Развивать умение перелезть через гимнастическую скамейку. Совершенствовать умение метать в вертикальную цель с расстояния 1,5 метра.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнениякарточка № 14)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз.• Развивать умение перелезть через гимнастическую скамейку. <p>Подвижная игра «Мышки»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика (комплекс №8)</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Декабрь. 02.12.2024-06.12.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
03.12.24	<p>Задачи. Прыжки в длину с места Учить выполнять прыжки на двух ногах в длину с места. Закрепить ходьбу и бег по наклонной доске вверх и вниз. Продолжить учить умению перелезть через гимнастическую скамейку.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 15) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить выполнять прыжки на двух ногах в длину с места. 2) Закрепить ходьбу и бег по наклонной доске вверх и вниз. Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
04.12.24	<p>Задачи. Бросание мяча друг другу снизу Учить бросать мяч друг другу снизу. Развивать технику прыжка на двух ногах в длину с места. Совершенствовать ходьбу и бег по наклонной доске вверх и вниз.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 15) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить бросать мяч друг другу снизу. 2) Развивать технику прыжка на двух ногах в длину с места. Подвижная игра «Совушка»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
06.12.24	<p>Задачи. Лазанье по гимнастической стенке Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом. Продолжить учить бросать мяч друг другу снизу. Совершенствовать технику прыжка на двух ногах в длину с места.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 15) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p>

		<p>1) Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом.</p> <p>2) Продолжить учить бросать мяч друг другу снизу.</p> <p>Подвижная игра «У дядюшки Трифана»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Декабрь. 09.12.2024-13.12.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
10.12.24	<p>Задачи. Перешагивание через рейки лестницы Учить выполнять перешагивание через рейки лестницы, приподнятые от пола. Закрепить умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом. Совершенствовать умение бросать мяч друг другу снизу.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить выполнять перешагивание через рейки лестницы, приподнятые от пола. 2) Закрепить умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом. Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №10)</p>
11.12.24	<p>Задачи. Прыжки в длину на двух ногах Учить прыгать на двух ногах в длину. Развивать умение перешагивать через рейки лестницы, приподнятой от пола. Продолжить учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать на двух ногах в длину. 2) Развивать умение перешагивать через рейки лестницы, приподнятой от пола. Подвижная игра «Кот и мыши»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №10)</p>

13.12.24	<p>Задачи. Метание предметов на дальность Учить выполнять метание предметов на дальность. Закрепить технику прыжка на двух ногах в длину. Совершенствовать умение перешагивать через рейки лестницы, приподнятой от пола.</p>	<p>.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить выполнять метание предметов на дальность. 2) Закрепить технику прыжка на двух ногах в длину. Подвижная игра «Построй юрту»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Декабрь. 16.12.2024-20.12.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
17.12.24	<p>Задачи. Совершенствовать броски и ловлю мяча в парах, развивая глазомер и точность движений. Формировать умение взаимодействовать с партнёром.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка №14) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) броски и ловля мяча в парах; Подвижная игра «Передай мяч».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс)</p>
18.12.24	<p>Задачи. Учить перешагивать через набивной мяч с разными положениями рук. Продолжить учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз, переход с пролета на пролет вправо, влево. Совершенствовать умение метать предметы на дальность.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить перешагивать через набивной мяч с разными положениями рук. 2) Продолжить учить лазать по гимнастической стенке Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика (комплекс №11)</p>
20.12.24	<p>Задачи. Учить ползать на четвереньках по прямой. Развивать умение перешагивать через набивной мяч с разными положениями рук. Совершенствовать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз, переход с пролета на пролет вправо, влево.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ползать на четвереньках по прямой. 2) Развивать умение перешагивать через набивной мяч с разными положениями рук.</p>

		Подвижная игра «Солнышко и дождик» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Декабрь.23.12.2024-27.12.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
24.12.24	<p>Задачи. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Учить прыгать на месте на двух ногах с продвижением вперед. Развивать умение ходить между линиями (расстояние 10 см), сохраняя равновесие. Совершенствовать умение ползать на четвереньках по горизонтальной и наклонной скамейкам.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать на месте на двух ногах с продвижением вперед 2) Развивать умение ходить между линиями (расстояние 10 см), сохраняя равновесие. Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
25.12.24	<p>Задачи. Бросаем мяч друг другу из-за головы Учить бросать мяч друг другу из-за головы и ловить его. Продолжить учить прыгать на месте на двух ногах с продвижением вперед. Совершенствовать умение ходить между линиями (расстояние 10 см), сохраняя равновесие.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить бросать мяч друг другу из-за головы и ловить его. 2) . Продолжить учить прыгать на месте на двух ногах с продвижением вперед. Подвижная игра «Солнышко и дождик»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала</p>

27.12.24	<p>Задачи. Ползаем по гимнастической скамейке на животе</p> <p>Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Развивать умение бросать мяч друг другу из-за головы и ловить его. Совершенствовать умение прыгать на месте на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ползать по гимнастической скамейке на животе. 2) . Развивать умение бросать мяч друг другу из-за головы и ловить его. Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
----------	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Январь. 30.12.2024-03.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
31.12.24	<p>Задачи. Прыжки с поворотами направо, налево Учить прыгать на месте с поворотами направо, налево. Развивать умение ходить по линии, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать на месте с поворотами направо, налево 2) Совершенствовать умение ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Подвижная игра «Солнышко и дождик»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Январь. 06.01.2025-10.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
08.01.25	<p>Задачи. Учить ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Развивать умение бросать мяч друг другу снизу. Совершенствовать умение прыгать на месте с поворотами направо, налево.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ползать на четвереньках 2) Развивать умение бросать мяч друг другу снизу. Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
10.01.25	<p>Задачи. Учить ходить по веревке, сохраняя равновесие. Продолжить учить ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Закрепить умение бросать мяч друг другу снизу.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ходить по веревке. 2) Продолжить учить ползать на четвереньках. Подвижная игра «День и ночь»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Январь. 13.01.2025-17.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
14.01.25	<p>Задачи. Учить перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия. Продолжить учить прыгать на месте, ноги вместе, ноги врозь, одну ногу вперед, другую назад. Совершенствовать умение ходить по веревке, сохраняя равновесие.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы через препятствия 2) Продолжить учить прыгать на месте, ноги вместе, ноги врозь, одну ногу вперед, другую назад Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
15.01.25	<p>Задачи. Учить подлезать под веревку правым и левым боком вперед. Развивать умение перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия. Совершенствовать умение прыгать на месте, ноги вместе, ноги врозь, одну ногу вперед, другую назад.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Подлезание под веревку 2) Развивать умение перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия Подвижная игра «Бездомный зайчик»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала</p>

17.01.25	<p>Задачи. Учить ходить по доске, сохраняя равновесие. Продолжить учить умению подлезать под веревку правым и левым боком вперед. Совершенствовать умение перебрасывать мяч двумя руками из-за головы через препятствия.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . Ходьба по доске 2) Продолжить учить умению подлезать под веревку правым и левым боком вперед. Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Январь.20.01.2025-24.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
21.01.25	<p>Задачи. Учить прыгать вверх с места с касанием предмета. Развивать умение ходить по доске, сохраняя равновесие. Совершенствовать умение подлезать под веревку правым и левым боком вперед.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать вверх с места с касанием предмета. 2) Развивать умение ходить по доске, сохраняя равновесие. Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
22.01.25	<p>Задачи. Учить перебрасывать мяч одной рукой через препятствия. Развивать технику прыжка вверх с места с касанием предмета. Совершенствовать умение ходить по доске, сохраняя равновесие.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить перебрасывать мяч одной рукой через препятствия. 2) . Развивать технику прыжка вверх с места с касанием предмета Подвижная игра «Дождик и зонтик»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала</p>
24.01.25	<p>Задачи. Учить подлезать под дугу, поднятую на высоту 50 см. от пола. Продолжить учить умению перебрасывать мяч одной рукой через препятствия. Закрепить технику прыжка вверх с места с касанием предмета.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Учить подлезать под дугу, поднятую на высоту 50 см. от пола.2) Продолжить учить умению перебрасывать мяч одной рукой через препятствия. <p>Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Январь.27.01.2025-31.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
28.01.25	<p>Задачи. Учить ходить по гимнастическому бревну. Продолжить учить умению подлезать под дугу, поднятую на высоту 50 см от пола. Совершенствовать умение перебрасывать мяч одной рукой через препятствия.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба по бревну 2) Продолжить учить умению подлезать под дугу Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
29.01.25	<p>Задачи. Учить технике прыжка поочередно через 2-3 предмета высотой 5-10 см. Развивать умение ходить по гимнастическому бревну. Закрепить умение подлезать под дугу, поднятую на высоту 50 см от пола.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . Прыжки поочередно через предметы 2) Развивать умение ходить по гимнастическому бревну Подвижная игра «Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из за</p>
31.01.25	<p>Задачи. Учить перебрасывать мяч о землю и ловить его двумя руками. Развивать технику прыжка поочередно через 2-3 предмета высотой 5-10 см. Совершенствовать умение ходить по гимнастическому бревну.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Перебрасываем мяч о землю2) Развивать технику прыжка <p>Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Февраль. 03.02.2025-07.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
04.02.25	<p>Задачи. Учить перелезть через гимнастическую скамейку. Развивать умение перебрасывать мяч о землю и ловить его двумя руками.</p> <p>Совершенствовать технику прыжка поочередно через 2-3 предмета высотой 5-10 см.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перелезаем через скамейку 2) Развивать умение перебрасывать мяч о землю и ловить его двумя руками.</p> <p>Подвижная игра «Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
05.02.25	<p>Задачи. Учить подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см от пола правым и левым боком, вперед.</p> <p>Закрепить умение перелезть через гимнастическую скамейку. Совершенствовать умение перебрасывать мяч о землю и ловить его двумя руками.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Подлезаем под палку 2) Закрепить умение перелезть через гимнастическую скамейку.</p> <p>Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала</p>
07.02.25	<p>Задачи. Обучать технике прыжка с высоты 20-25 сантиметров. Продолжить учить подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см от пола правым и левым боком, вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 17)</p>

	Совершенствовать умение перелезать через гимнастическую скамейку.	2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки с высоты. 2) Продолжить учить подлезать под палку. Подвижная игра «У медведя во бору» III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.
--	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Февраль. 10.02.2025-14.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
11.02.25	<p>Задачи. Учить ходить по ребристой доске. Развивать технику прыжка с высоты 20-25 сантиметров. Совершенствовать умение подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см. от пола правым и левым боком вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба по ребристой доске (2 раза) 2) Развивать технику прыжка с высоты (2 раза) Подвижная игра «Затейники» карточка № 8</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
12.02.25	<p>Задачи. Учить прыгать в длину с места не менее 70 сантиметров. Развивать умение ходить по ребристой доске. Совершенствовать технику прыжка с высоты 20-25 сантиметров.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки в длину с места (2 рза) 2) . Развивать умение ходить по ребристой доске (2 раза) Подвижная игра «Лохматый пес» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
14.02.25	<p>Задачи. Учить метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Закрепить технику прыжка в длину с места не менее 70 сантиметров. Совершенствовать умение ходить по ребристой доске.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10, 5-6 повторов)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой(2 раза).2) Закрепить технику прыжка в длину с места (2 раза) <p>Подвижная игра «Лиса в курятнике» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Февраль.17.02.2025-21.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
18.02.25	<p>Задачи. Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Развивать умение метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Совершенствовать технику прыжка в длину с места не менее 70 сантиметров.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (2 раза) 2) Развивать умение метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. (2 раза) Подвижная игра «Затейники» карточка № 8</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
19.02.25	<p>Задачи. Учить прыгать в длину с места через 4-5 линии. Продолжить учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Закрепить умение метать в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки в длину с места через линии (2 раза). 2) Продолжить учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. (2 раза) Подвижная игра «Лохматый пес» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>

21.02.25	<p>Задачи. Учить метать предметы в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 метра. Развивать технику прыжка в длину с места через 4-5 линии. Совершенствовать умение ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10,5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Метание предметы в вертикальную цель (2 раза). 2) Развивать технику прыжка в длину с места через 4-5 линии. (2 раза) Подвижная игра «Лиса в курятнике» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
----------	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Февраль.24.02.2025-28.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
25.02.25	<p>Задачи. Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз. Продолжить учить метать предметы в вертикальную цель расстояния 1,5-2 метра. Совершенствовать технику прыжка в длину с места через 4-5 линии.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз. 2) Продолжить учить метать предметы в вертикальную цель расстояния 1,5-2 метра. Подвижная игра «Мы веселые ребята» карточка № 3(3 раза)</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
26.02.25	<p>Задачи. Учить перешагивать поочередно через 5-6 набивных мячей. Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз. Закрепить умение метать предметы в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 метра</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить перешагивать поочередно через 5-6 набивных мячей. 2) Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз. Подвижная игра «Попрыгунчики» карточка № 4 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
28.03.25	<p>Задачи. Учить прыгать на одной ноге. Продолжить учить перешагивать поочередно через 5-6 набивных мячей. Закрепить умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть.</p>

		<p>1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10,5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать на одной ноге. 2) Продолжить учить перешагивать поочередно через 5-6 набивных мячей. Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Март. 03.03.2025-07.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
04.03.25	<p>Задачи. Метание на дальность Учить метать предметы на дальность с расстояния 1,5 метра. Закрепить технику прыжка на одной ноге (по 4-5 раз на правой и левой ноге). Продолжить учить сохранять равновесие в положении рук вверх.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Метать предметы на дальность. 2) Прыжка на одной ноге. Подвижная игра «Кто быстрее?» карточка №9 (3 раза) III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
05.03.25	<p>Задачи. Прыжки с поворотами Учить прыгать на месте с поворотами направо, налево. Закрепить умение ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Совершенствовать умение подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см. от пола.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыгать на месте с поворотами направо, налево. 2) Ходить и бегать по наклонной доске. Подвижная игра « Лиса и зайцы» карточка № (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
07.03.25	<p>Задачи. Перешагивание поочередно через набивные мячи Учить перешагивать поочередно через набивные мячи, положенные на расстоянии друг от друга.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10,5-6 повторов)</p>

	<p>Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. Закрепить умение метать предметы на дальность.</p>	<p>2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перешагивание поочередно через набивные мячи 2) Развивать умение лазать по гимнастической стенке Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
--	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Март. 10.03.2025-14.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
11.03.25	<p>Задачи. Метание предмета на дальность Учить метать предметы на дальность. Закрепить умение прыгать на одной ноге. Совершенствовать умение перешагивать поочередно через 5-6 набивных мячей.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Метание предмета на дальность 2) Перешагивать поочередно через 5-6 набивных мячей Подвижная игра «Кто быстрее докатит обруч?» карточка № 9 (3 раза)</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
12.03.25	<p>Задачи. Лазанье по стенке вверх-вниз чередующим шагом Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. Развивать умение метать предметы на дальность. Совершенствовать умение прыгать на одной ноге.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Лазанье по стенке вверх-вниз чередующим шагом 2) Развивать умение метать предметы на дальность Подвижная игра «Гуси -лебеди» карточка № 12 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
14.03.25	<p>Задачи. Перешагивание поочередно через набивные мячи Учить перешагивать поочередно через набивные мячи, положенные на расстоянии друг от друга.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10, 5-6 повторов)</p>

	<p>Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. Закрепить умение метать предметы на дальность.</p>	<p>2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перешагивание поочередно через набивные мячи 2) Развивать умение лазать по гимнастической стенке Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
--	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для старшей группы №3 «Веселые человечки»

Месяц: Март. 17.03.2025-21.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
18.03.25	<p>Задачи. Учить прыгать с короткой скакалкой. Продолжить учить перешагивать поочередно через набивные мячи, положенные на расстоянии друг от друга. Закрепить умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать с короткой скакалкой. (2 раза) 2) Продолжить учить перешагивать поочередно через набивные мячи. Подвижная игра «Затейники» карточка № 8</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
19.03.25	<p>Задачи. Учить катать обручи. Развивать умение прыгать с короткой скакалкой. Совершенствовать умение перешагивать поочередно через набивные мячи, положенные на расстоянии друг от друга.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить катать обручи. (2 раза). 2) Развивать умение прыгать с короткой скакалкой. (2 раза) Подвижная игра «Лохматый пес» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Март.24.03.2025-28.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
26.03.25	<p>Задачи. Учить перешагивать поочередно через набивные мячи, положенные на расстоянии друг от друга с разными положениями рук. Продолжить учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз с переходом с пролета на пролет вправо, влево. Совершенствовать умение катать обручи.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перешагивание поочередно через набивные мячи 2) Продолжить учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
28.03.25	<p>Задачи. Учить технике прыжка в длину с места через 4-5 линии, расстояние между линиями 40-50 см. Продолжить учить перешагивать поочередно через набивные мячи, положенные на расстоянии друг от друга, с разными положениями рук. Совершенствовать умение лазать по гимнастической стенке вверх-вниз с переходом с пролета на пролет вправо, влево.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить технике прыжка в длину с места 2) Продолжить учить перешагивать поочередно через набивные мячи. Подвижная игра «У медведя во бору» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Апрель. 31.03.25-04.04.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
01.04.25	<p>Задачи: Формировать устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности. Совершенствовать координацию движений при пролезании под дугой. Развивать точность и глазомер при метании мешочков в цель. Воспитывать организованность и умение выполнять задания по сигналу.</p>	<p>I. Вводная часть: организация детей, ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием бедра; бег в среднем темпе; подскоки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения); ходьба по гимнастической скамейке с сохранением равновесия; пролезание под дугой; метание мешочков в горизонтальную цель. Подвижная игра «Ловишки».</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход.</p>
02.04.25	<p>Задачи: Совершенствовать умение бегать змейкой между предметами, согласовывая движения. Закреплять прыжки в длину с места с правильным отталкиванием и приземлением. Развивать ловкость и быстроту реакции.</p>	<p>I. Вводная часть — виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения); бег змейкой между стойками; прыжки в длину с места; подвижная игра «Мяч водящему».</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход.</p>
04.04.25	<p>Задачи: Формировать умение перепрыгивать через препятствия, сохраняя равновесие. Закреплять навык ползания по гимнастической скамейке. Воспитывать смелость и уверенность в движениях.</p>	<p>I. Вводная часть: виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения), прыжки через предметы; ползание по скамейке; игра «Сова».</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Апрель. 07.04.25-11.04.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
08.04.25	<p>Задачи. Формировать умение бегать с изменением направления по сигналу, быстро ориентируясь в пространстве. Совершенствовать навык сохранения равновесия при ходьбе по ограниченной поверхности. Развивать силу, координацию и точность движений при броске мяча от груди. Воспитывать дисциплинированность и умение действовать по правилам.</p>	<p>I. Вводная часть: организованное построение, ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием бедра; бег в среднем темпе; подскоки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) бег с изменением направления по сигналу; ходьба по ограниченной дорожке (скамейка/лента); броски мяча двумя руками от груди с выпрямлением рук. Подвижная игра «Хитрая лиса».</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход из зала.</p>
09.04.25	<p>Задачи. Совершенствовать прыжки на одной ноге, развивая силу и устойчивость. Закреплять навык ходьбы по канату, формируя чувство равновесия. Развивать координацию движений и пространственную ориентировку. Воспитывать уверенность в собственных возможностях.</p>	<p>I. Вводная часть: ходьба различными способами, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть: ОРУ (карточка №9); прыжки на одной ноге с чередованием ног; ходьба по канату с сохранением равновесия. Подвижная игра «Не задень».</p> <p>III. Заключительная часть: ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход.</p>
11.04.25	<p>Задачи. Совершенствовать прыжки в длину с места, соблюдая технику отталкивания и приземления. Развивать ловкость, быстроту реакции и выносливость. Воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи.</p>	<p>I. Вводная часть: построение, ходьба, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) бег в группе с согласованием темпа; прыжки в длину с места; подвижная игра «Эстафета».</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Апрель. 14.04.25-18.04.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
15.04.25	<p>Задачи. Ползание на четвереньках по прямой Учить ползать на четвереньках по прямой на расстояние 10 метров между предметами. Развивать умение бросать мяч, отбивая его о землю. Совершенствовать технику прыжка в длину с места через 4-5 линии, расстояние между линиями 40-50 см.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание на четвереньках по прямой 2) Развивать умение бросать мяч, отбивая его о землю. Подвижная игра «Затейники» карточка № 8 III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
16.04.25	<p>Задачи. Сохраняем равновесие Учить сохранять равновесие в положении рук вверх. Продолжить учить ползать на четвереньках по прямой на расстояние 10 метров между предметами. Совершенствовать умение бросать мяч, отбивая его о землю.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Продолжить учить ползать на четвереньках. 2) Совершенствовать умение бросать мяч, отбивая его о землю. Подвижная игра «Гуси лебеди » карточка №12 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
18.04.25	<p>Задачи. Прыжки на одной ноге Учить прыгать на одной ноге (по 4-5 раз на правой и левой ноге). Развивать умение сохранять равновесие в положении рук вверх. Закрепить</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10,5-6 повторов)</p>

	умение ползать на четвереньках по прямой на расстояние 10 метров между предметами.	2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки на одной ноге. 2) Закрепить умение ползать на четвереньках. Подвижная игра «Караси и Щука» Карточка №11 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Апрель. 21.04.25-25.04.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
22.04.25	<p>Задачи. Метание на дальность Учить метать предметы на дальность с расстояния 1,5 метра. Закрепить технику прыжка на одной ноге (по 4-5 раз на правой и левой ноге). Продолжить учить сохранять равновесие в положении рук вверх.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить метать предметы на дальность с расстояния 1,5 метра. 2) Закрепить технику прыжка на одной ноге Подвижная игра «Медведь и пчелы» карточка № 6</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
23.04.25	<p>Задачи. Ползание на четвереньках по скамейке Учить ползать на четвереньках по горизонтальной скамейке. Продолжить учить метать предметы на дальность с расстояния 1,5 метра. Совершенствовать технику прыжка на одной ноге (по 4-5 раз на правой и левой ноге).</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание на четвереньках по скамейке 2) Продолжить учить метать предметы на дальность с расстояния Подвижная игра «Медведь и пчелы» карточка №12 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
25.04.25	<p>Задачи. Перешагивание через рейки лестницы Учить перешагивать через рейки лестницы, положенные на расстоянии друг от друга. Развивать умение ползать на четвереньках по горизонтальной скамейке. Совершенствовать</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10, 5-6 повторов)</p>

	умение метать предметы на дальность с расстояния 1,5 метра.	2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перешагивание через рейки лестницы 2) Развивать умение ползать на четвереньках по горизонтальной скамейке. Подвижная игра «Караси и Щука» Карточка №11 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.
--	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Апрель. 28.04.25-02.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
29.04.25	<p>Задачи. Формировать умение метать мяч на дальность, согласовывая движения рук и корпуса. Совершенствовать навык бега в колонне, соблюдая дистанцию. Развивать силу, ловкость и смелость при лазании по гимнастической стенке. Воспитывать дисциплинированность и умение действовать по инструкции педагога.</p>	<p>I. Вводная часть: организованное построение, ходьба различными способами, бег в среднем темпе, подскоки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения), метание мяча вдаль из-за головы; бег в колонне с сохранением дистанции; лазание по гимнастической стенке вверх и вниз. Подвижная игра «Попади в цель».</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход.</p>
30.04.25	<p>Задачи. Совершенствовать прыжки через скакалку, выполняя отталкивание двумя ногами. Закреплять умение ползать на четвереньках, согласовывая движения рук и ног. Развивать координацию, выносливость и ориентировку в пространстве.</p>	<p>I. Вводная часть: ходьба, бег, подскоки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения), прыжки через скакалку на месте; ползание на четвереньках по прямой. Подвижная игра «Кто быстрее».</p> <p>III. Заключительная часть: ходьба, дыхательные упражнения.</p>
02.05.25	<p>Задачи. Развивать общую выносливость и быстроту реакции. Закреплять бег с преодолением препятствий, соблюдая технику безопасности. Воспитывать настойчивость и стремление к достижению результата.</p>	<p>I. Вводная часть: организованное построение, ходьба различными способами, бег в среднем темпе, подскоки.</p> <p>II. Основная часть: 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения), бег с преодолением препятствий; подвижная игра-эстафета.</p> <p>III. Заключительная часть: спокойная ходьба, дыхательные упражнения, организованный выход.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Май. 05.05.25-09.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
06.05.25	<p>Задачи. Формировать умение перестраиваться и действовать согласованно в парах. Совершенствовать прыжки в высоту, обращая внимание на мягкое приземление. Развивать координацию движений и чувство равновесия.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов), карточка № 14 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) прыжки в высоту с места; перестроение в пары. 2) Подвижная игра «Найди пару».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Май. 12.05.25-16.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
13.05.25	<p>Задачи. Закреплять ранее изученные основные движения, выполняя их уверенно и технически правильно. Развивать ловкость, координацию и выносливость. Формировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) повторение основных видов движений (прыжки, бег, метание); 2) Подвижная игра «Самолёты» карточка № 16</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
14.05.25	<p>Задачи. Прыжки вверх Познакомить с техникой прыжка вверх с места. Развивать умение ходить по бревну. Совершенствовать умение пролезать в обруч правым и левым боком вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Познакомить с техникой прыжка вверх с места. 2) Развивать умение ходить по бревну. Подвижная игра «Гуси лебеди» карточка № (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
16.05.25	<p>Задачи. Метание в мишень Учить метать правой и левой рукой (высота центра мишени 1,5 метра). Развивать технику прыжка вверх с места. Закрепить умение ходить по бревну.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p>

		<p>1) Перешагивание через рейки лестницы 2) Развивать умение ползать на четвереньках по горизонтальной скамейке. Подвижная игра «Медведь и пчелы » Карточка №6 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для старшей группы № 3 «Веселые человечки»

Месяц: Май. 19.05.25-23.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
20.05.25	<p>Задачи. Подлезание под палку Учить подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см. от пола. Продолжить учить метать правой и левой рукой (высота центра мишени 1,5 метра). Совершенствовать технику прыжка вверх с места.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Подлезание под палку. 2) Продолжить учить метать правой и левой рукой (высота центра мишени 1,5 метра). Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала. Дыхательная гимнастика</p>
21 .05.25	<p>Задачи. Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз Учить ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Развивать умение подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см. от пола. Закрепить умение метать правой и левой рукой (высота центра мишени 1,5 метра).</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11, 5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз 2) Развивать умение подлезать под палку Подвижная игра «Гуси лебеди» карточка № (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.</p>
23.05.25	<p>Задачи. Прыжки с поворотами Учить прыгать на месте с поворотами направо, налево. Закрепить умение ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Совершенствовать</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки, боковые прыжки.</p> <p>II. Основная часть.</p>

	умение подлезать под палку, поднятую на высоту 50 см. от пола.	1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 10,5-6 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать на месте с поворотами направо, налево 2) Закрепить умение ходить и бегать по наклонной доске вверх и вниз. Подвижная игра «Два мороза » Карточка №12 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика Организованный выход из зала.
--	--	---

Методист _____