

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Сентябрь. 02.09.2024-06.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
02.09.254	Задачи: Учить влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спускаться с нее; развивать умение прокатывания мяча между предметами.	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. Ходьба обычная в колонне по одному.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спускаться с нее • развивать умение прокатывания мяча между предметами. <p>Подвижная игра « Кто быстрее?»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
04.09.24	Задачи: Учить ходить, перешагивая кубики; продолжить учить умению влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спускаться с нее.	<p>I.Вводная часть Ходьба обычная в колонне по одному с остановкой по сигналу.</p> <p>II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 2) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Учить ходить, перешагивая кубики; 2) продолжить учить умению влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спускаться с нее. <p>Подвижная игра « Медведь и пчелы»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
05.09.24	Задачи: Познакомить с техникой прыжка на правой ноге между предметами; совершенствовать умение ходить, перешагивая кубики.	<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 № 1)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Познакомить с техникой прыжка на правой ноге между предметами;2) Совершенствовать умение ходить, перешагивая кубики <p>Подвижная игра « Мой веселый звонкий мяч»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Сентябрь. 09.09.2024-13.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
10.09.24	<p>Задачи. Учить катать мяч друг другу, сохраняя направление движения мяча. Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях.</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 1) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить катать мяч друг другу, сохраняя направление движения мяча. • Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях. <p>Подвижная игра «Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
11.09.24	<p>Задачи. Учить ползать на четвереньках, сохраняя направление движения. Закреплять умение катать мяч друг другу, развивать силу толчка мяча руками.</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 № 2) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ползать на четвереньках, сохраняя направление движения. • Закреплять умение катать мяч друг другу, развивать силу толчка мяча руками. <p>Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

12.09.24	<p>Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади.</p> <p>Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползание на четвереньках с опорой на руки и колени.</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 № 3) 2. ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади. • Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползание на четвереньках с опорой на руки и колени. <p>Подвижная игра « Аркан тарту»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Сентябрь. 16.09.2024-20.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
17.09.24	<p>Задачи. Учить останавливаться по сигналу, присесть, сохраняя равновесие, встать и продолжить бег.</p> <p>Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползании с опорой на ладони и колени.</p> <p>Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.</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"> • Учить останавливаться по сигналу, присесть, сохраняя равновесие, встать и продолжить бег. • Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. • Закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползании с опорой на ладони и колени. <p>Подвижная игра : Гуси лебеди</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
18.09.24	<p>Задачи. Учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед.</p> <p>Закреплять умение останавливаться по сигналу , сохранять равновесие при выполнении задания.</p> <p>Упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении.</p> <p>Развивать ловкость и координацию движений.</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"> • Учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед. • Упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении. • Развивать ловкость и координацию движений <p>3) Закреплять умение останавливаться по сигналу , сохранять равновесие при выполнении задания.</p> <p>Подвижная игра : Кто быстрее?</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

19.09.24	<p>Задачи. Учить катать мяч через ворота (ширина 60см), развивать глазомер. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног.</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 № 4) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить катать мяч через ворота (ширина 60см), развивать глазомер. • Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. <p>Подвижная игра :Солнышко и зонтик.</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Октябрь 23.09.2024-27.09.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
24.09.24	<p>Задачи. Хождение через линии (расстояние между ними 10 см) . Шаг боком. Ползание под канатом, расположенном на высоте 50 см, правым и левым боком.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 5) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Хождение через линии . • Развивать умение подлезать под шнур боком. <p>Подвижная игра « Перетягивание каната» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
25.09.24	<p>Задачи. Учить прыгать на двух ногах с мешочком, зажатым между колен по прямой; совершенствовать умение ходить на носках.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 5) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить прыгать на двух ногах с мешочком, зажатым между колен по прямой. • Совершенствовать умение ходить на носках. <p>Подвижная игра «Вот сидит лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
26.09.24	<p>Задачи. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока от пола; развивать технику прыжка на двух ногах с мешочком, зажатым между колен по прямой;</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть.</p>

		<p>1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 5)</p> <p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками после отскока от пола.• Развивать технику прыжка на двух ногах с мешочком, зажатым между колен по прямой. <p>Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Октябрь. 30.09.2024-04.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
01.10.24	<p>Задачи. Учить прыгать на двух ногах между предметами; совершенствовать умение ходить по скамейке.</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 прыгать на двух ногах между предметами; • Совершенствовать умение ходить по скамейке <p>Подвижная игра « Лохматый пес»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
02.10.24	<p>Задачи. Учить прокатывать мяч между предметами; развивать технику прыжка на двух ногах 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 № 6) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <p>1)Учить прокатывать мяч между предметами;</p> <p>2)Развивать технику прыжка на двух ногах между предметами.</p> <p>Подвижная игра « У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
03.10.24	<p>Задачи. Учить влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спускаться с нее; развивать умение прокатывания мяча между предметами.</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 № 6) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none">• Учить влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спускаться с нее• Развивать умение прокатывания мяча между предметами. <p>Подвижная игра « Сова» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Октябрь. 07.10.2024-11.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
08.10.24	<p>Задачи. Учить ходить по шнуру, сохраняя равновесие. Закреплять умение ползать с опорой на ладони и ступни по ограниченной площади опоры, согласовывая движения рук и ног.</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 № 7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по шнуру, сохраняя равновесие. • Закреплять умение ползать с опорой на ладони и ступни по ограниченной площади опоры, согласовывая движения рук и ног. <p>Подвижная игра « У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
09.10.24	<p>Задачи. Учить бегать по кругу, взявшись за руки, сохраняя один темп и ритм. Закреплять умение сохранять равновесие ограниченной площади. Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди, выпрямляя руки резким движением.</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 № 7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить бегать по кругу, взявшись за руки, сохраняя один темп и ритм. • Закреплять умение сохранять равновесие ограниченной площади. • Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди, выпрямляя руки резким движением. <p>Подвижная игра « Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

10.10.24	<p>Задачи. Учить прыгать в длину с места. Закреплять умение согласовывать темп бега и ритм шагов с другими детьми. Упражнять в ходьбе «змейкой» 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 № 7) 2. ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить прыгать в длину с места. • Закреплять умение согласовывать темп бега и ритм шагов с другими детьми. • Упражнять в ходьбе «змейкой» между предметами. <p>Подвижная игра «Сова»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Октябрь. 14.10.2024-18.10.2024

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
15.10.24	<p>Задачи. Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. Закреплять умение пролезать в обруч, не касаясь его. Упражнять в метании мешочка в горизонтальную цель.</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 № 5) 2. ОВД (основные виды движения):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. • Закреплять умение пролезать в обруч. • Упражнять в метании мешочка в цель. <p>Подвижная игра «Ловишки».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
16.10.24	<p>Задачи. Учить бегать с изменением направления по сигналу. Закреплять умение перепрыгивать через предметы. Упражнять в ловле мяча двумя руками.</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 № 6) 2. ОВД (основные виды движения):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить бегать с изменением направления по сигналу. • Закреплять умение перепрыгивать через предметы. • Упражнять в ловле мяча двумя руками. <p>Подвижная игра «Хитрая лиса».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

17.10.24	<p>Задачи. Учить прыгать через скакалку на месте. Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке. Упражнять в ходьбе «змейкой» между предметами.</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 № 8) 2. ОВД (основные виды движения):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить прыгать через скакалку на месте. • Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке. • Упражнять в ходьбе «змейкой» между предметами. <p>Подвижная игра «Самолёты».</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Октябрь

Период проведения: 21 – 25 октябрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
22.10.24	<p>Задачи: Учить ходить по шнуру, сохраняя равновесие. Закреплять умение ползать с опорой на ладони и ступни по ограниченной площади опоры, согласовывая движения рук и ног.</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 № 7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить ходить по шнуру, сохраняя равновесие. • Закреплять умение ползать с опорой на ладони и ступни по ограниченной площади опоры, согласовывая движения рук и ног. <p>Подвижная игра « У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
23.10.24	<p>Задачи: Учить бегать по кругу, взявшись за руки, сохраняя один темп и ритм. Закреплять умение сохранять равновесие ограниченной площади. Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди, выпрямляя руки резким движением.</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 № 7) 2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить бегать по кругу, взявшись за руки, сохраняя один темп и ритм. • Закреплять умение сохранять равновесие ограниченной площади. • Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди, выпрямляя руки резким движением. <p>Подвижная игра « Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

24.10.24	<p>Задачи: Учить прыгать в длину с места. Закреплять умение согласовывать темп бега и ритм шагов с другими детьми. Упражнять в ходьбе «змейкой» 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 № 7) 2. ОВД: (Основные виды движения)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Учить прыгать в длину с места. • Закреплять умение согласовывать темп бега и ритм шагов с другими детьми. • Упражнять в ходьбе «змейкой» между предметами. <p>Подвижная игра «Сова»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Октябрь

Период проведения: 28.10.24-01.11.24

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
29.10.24	<p>Задачи : Учить отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию: вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. Закреплять умение согласовывать энергичный толчок ног с движением рук.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 8) 2.ОВД: (Основные виды движения) <ul style="list-style-type: none"> • Учить отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию: вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. • Закреплять умение согласовывать энергичный толчок ног с движением рук. Подвижная игра « Перетягивание каната» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
30.10.24	<p>Задачи: Учить проползать под дугой , не касаясь ее; закреплять умение придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 8) 2.ОВД: (Основные виды движения) <ul style="list-style-type: none"> • Учить проползать под дугой , не касаясь ее; закреплять умение придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук Подвижная игра « Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

31.10.24	<p>Задачи: Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади. Закреплять умение ползать на четвереньках последовательно под 3 дугами.</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"> • Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади. • Закреплять умение ползать на четвереньках последовательно под 3 дугами. <p>Подвижная игра « У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Ноябрь

Период проведения: 04–08 ноябрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
05.11.24	Задачи: Учить бросать мяч о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола; развивать технику прыжка на правой ноге между предметами.	<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) 1) Учить бросать мяч о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола. 2) Развивать технику прыжка на правой ноге между предметами. Подвижная игра «У медведя во бору»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
06.11..24	Задачи: Учить влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек; совершенствовать умение бросать мяч о стену и ловить двумя руками после отскока от пола.	<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) 1) Учить влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек. 2) Совершенствовать умение бросать мяч о стену и ловить двумя руками после отскока от пола. Подвижная игра «Колпачек»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

07.11.24	<p>Задачи: Учить ходить по канату боком; продолжить учить умению влезать на наклонную лесенку не пропуская реек.</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) 1) Учить ходить по канату боком. 2) Продолжить учить умению влезать на наклонную лесенку не пропуская реек. Подвижная игра « Кто быстрее?»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Ноябрь

Период проведения: 11–15 ноябрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
12.11.24	<p>Задача. Ведение мяча Учить вести мяч между предметами двумя руками; совершенствовать упражнения в перепрыгивании через шнуры, линии.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить вести мяч между предметами двумя руками. 2) Совершенствовать упражнения в перепрыгивании через шнуры, линии. Подвижная игра «Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
13.11..24	<p>Задача. Переползание через препятствие Учить переползать через препятствие и подлезать под дугу, не касаясь руками пола; развивать умение вести мяч между предметами двумя руками.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить переползать через препятствие и подлезать под дугу, не касаясь руками пола. 2) Развивать умение вести мяч между предметами двумя руками. Подвижная игра « Кто быстрее?» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
14.11.24	<p>Задача. Прыжки. Учить прыгать попеременно на правой и левой ноге; совершенствовать упражнения в ходьбе по скамейке с</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть.</p>

	перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку за спиной.	1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 11) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать попеременно на правой и левой ноге. 2) Совершенствовать упражнения в ходьбе по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку за спиной Подвижная игра « Перетягивание каната» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.
--	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Ноябрь

Период проведения: 18-22 ноябрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
19.11.24	<p>Задача. Ведение мяча Учить вести мяч между предметами двумя руками; совершенствовать упражнения в перепрыгивании через шнуры, линии.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 12) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить вести мяч между предметами двумя руками. 2) Совершенствовать упражнения в перепрыгивании через шнуры, линии. Подвижная игра « У медведя во бору» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
20.11.24	<p>Задача. Переползание через препятствие Учить переползать через препятствие и подлезать под дугу, не касаясь руками пола; развивать умение вести мяч между предметами двумя руками.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения) школа малого мяча (карточка № 12) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить переползать через препятствие и подлезать под дугу, не касаясь руками пола. 2) Развивать умение вести мяч между предметами двумя руками Подвижная игра « Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

21.11.24	<p>Задача. Прыжки Учить прыгать попеременно на правой и левой ноге; совершенствовать упражнения в ходьбе по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку за спиной.</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) 1) Учить прыгать попеременно на правой и левой ноге. 2) Совершенствовать упражнения в ходьбе по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку за спиной Подвижная игра «Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физической культуре для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Ноябрь

Период проведения: 25-29 ноябрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
26.11.24	<p>Задача. Бросание и ловля мяча Учить бросать мяч и ловить его двумя руками с продвижением вперед; продолжить учить прыгать попеременно на правой и левой ноге.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 13) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить бросать мяч и ловить его двумя руками с продвижением вперед. 2) продолжить учить прыгать попеременно на правой и левой ноге. Подвижная игра «Светофор» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
27.11..24	<p>Задача. Ходение и бег на намеченном расстоянии Ходение и бег на намеченном расстоянии. Побрасывание мяча друг другу и ловля свободными движениями. Побрасывание предмета правой, левой рукой прямо (высота 1,5 м) на расстоянии 1,5–2 м.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 13) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Побрасывание мяча друг другу и ловля свободными движениями. 2) Побрасывание предмета правой, левой рукой прямо (высота 1,5 м) на расстоянии 1,5–2 м. Подвижная игра «Кот и мыши» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

28.11.24	<p>Задача. Пролезание в обруч Учить пролезать в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола; развивать технику бросания мяча и ловли его двумя руками с продвижением вперед</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 № 13) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить пролезать в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. 2) Развивать технику бросания мяча и ловли его двумя руками с продвижением вперед. Подвижная игра « Кто быстрее»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Декабрь

Период проведения: 02-06 декабрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
03.12.24	<p>Задача. Построение строя Ходьба и легкий бег. Встать в строй по двое, по трое, возобновление строя. Прыжок двумя ногами через доску, расположенному на полу.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 14) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Встать в строй по двое, по трое, возобновление строя. 2) Прыжок двумя ногами через доску, расположенному на полу. Подвижная игра «Колпачок» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
04.12..24	<p>Задача. Равномерные ходьба и бег с руками на поясе Равномерные ходьба и бег с руками на поясе. Подбрасывание мяча друг другу и ловля двумя руками. Прыжки двумя ногами через доску на полу.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 14) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Подбрасывание мяча друг другу и ловля двумя руками. 2) Прыжки двумя ногами через доску на полу Подвижная игра «Вот сидит лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
05.12.24	<p>Задача. Равномерная ходьба и бег Равномерная ходьба и бег, держа руки на поясе. Перепрыгивание с одного круга на другой поочередно. Лазание по</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть.</p>

	гимнастической стенке вверх-вниз с переменным шагом.	1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 14) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перепрыгивание с одного круга на другой поочередно. 2) Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз с переменным шагом. Подвижная игра «Кто быстрее?» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Декабрь

Период проведения: 09-13 декабрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
10.12.24	<p>Задача. Прыжки с короткой скакалкой Хожение и бег по сигналу на носках. Прыжки с короткой скакалкой (с паузами для отдыха 2-3 раза 10 раз). Хлопки через голову с расстановкой ног вместе, врозь.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 15) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки с короткой скакалкой (с паузами для отдыха 2-3 раза 10 раз). 2) Хлопки через голову с расстановкой ног вместе, врозь. Подвижная игра «У медведя во бору» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
11.12..24	<p>Задача. Отталкивание мяча силой Ходьба и бег между предметами. Отталкивание мяча силой и сохранение движения мяча. Ходьба с мешочком на голове по натянутой нити, сохраняя правильное положение головы.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 15) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Отталкивание мяча силой и сохранение движения мяча. 2) Ходьба с мешочком на голове по натянутой нити, сохраняя правильное положение головы. Подвижная игра « Лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
12.12.24	<p>Задача. Ритмичная ходьба под музыкальное сопровождение Ритмичная ходьба под музыкальное сопровождение, руки держим свободно, бег</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть.</p>

	<p>вперед и назад. При прыжке высоко двумя ногами сохранять соответствие движений ног и рук. Проползание между предметами на ладонях и стопах.</p>	<p>1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 15) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) При прыжке высоко двумя ногами сохранять соответствие движений ног и рук. 2) Проползание между предметами на ладонях и стопах. Подвижная игра «Перетягивание каната» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Декабрь

Период проведения: 16-20 декабрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
17.12.24	<p>Задачи: Учить пролезать в обруч, не касаясь верхнего края обода в группировке; продолжить учить бросать мяч и ловить его двумя руками с продвижением вперед.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить пролезать в обруч, не касаясь верхнего края обода в группировке. 2) Учить бросать мяч и ловить его двумя руками с продвижением вперед. Подвижная игра «У медведя во бору» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
18.12.24	<p>Задачи: Учить ходить по канату с мешочком на голове боком; совершенствовать упражнение по умению пролезать в обруч, не касаясь верхнего края обода в группировке.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ходить по канату. 2) Учим пролезать в обруч, не касаясь верхнего края обода в группировке. Подвижная игра «Веселый огородник» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
19.12.24	<p>Задачи: Лазание по гимнастической стенке попеременным шагом Легкий бег, на носках, с подниманием высоко колен.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Лазание по гимнастической стенке попеременным шагом.2) Легкий бег, на носках, с подниманием высоко колен. <p>Подвижная игра « Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Декабрь

Период проведения: 23-27 декабрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
24.12.24	<p>Задачи: Катание мяча по заданному направлению Выполнение заданий в строю, ходьба и бег. Прошагнуть через надутые поставленные далеко друг от друга 5-6 шаров. Катание мяча по заданному направлению, прокатывание в ворота.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прошагнуть через надутые поставленные далеко друг от друга 5-6 шаров. 2) Катание мяча по заданному направлению, прокатывание в ворота. Подвижная игра «У медведя во бору» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
25.12.24	<p>Задачи: Катание мяча по заданному направлению Ходьба меня направление, переход на бег. Катание мяча по заданному направлению, прокатывание в ворота. Прохождение по канату с мешочком по голове.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Катание мяча по заданному направлению. 2) Прохождение по канату с мешочком по голове. Подвижная игра « Веселый огородник» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

26.12.24	<p>Задачи: Ходьба и бег со средним усилением Ходьба и бег со средним усилением. Прыжок двумя ногами через доску, расположенному на полу. В исходном положении бросание мяча в разном направлении.</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 № 16) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжок двумя ногами через доску, расположенному на полу. 2) В исходном положении бросание мяча в разном направлении. Подвижная игра «Гуси лебеди»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Декабрь

Период проведения: 30-31 декабрь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
31.12.24	<p>Задачи: Ходьба и бег с переменной направления Ходьба и бег с изменением усиления. В исходном положении бросание мяча в разном направлении. В процессе построения равнение по направлению, повороты направо, налево, кругом.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16 2.ОБД: (Основные виды движения) 1) . В исходном положении бросание мяча в разном направлении. 2) Ходьба и бег с переменной направления Подвижная игра « Хвост дракона» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Январь

Период проведения: 06-10 январь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
08.01.25	<p>Задачи Ходьба и бег через препятствия Ходьба и бег через препятствия. В процессе построения равнение по направлению, повороты направо, налево, кругом. Приставной шаг боком.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . В процессе построения равнение по направлению, повороты направо, налево, кругом 2) Приставной шаг боком. Подвижная игра « Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
09.01.25	<p>Задачи Хождение через линии Хождение через линии (расстояние между ними 10 см) . Шаг боком. Ползание под канатом, расположенном на высоте 50 см, правым и левым боком.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Хождение через линии . 2) Ползание под канатом. Подвижная игра «Колпачек» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Январь

Период проведения: 13-17 январь

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
14.01.25	<p>Задачи: Ходьба и бег враспынную. Побрасывание предмета правой, левой рукой прямо (высота 1,5 м) на расстоянии 1,5–2 м. оң, сол қолмен лақтыру. Ползание подтягиваясь на животе, захватывая руками края, по гимнастической скамейке.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Побрасывание предмета правой, левой рукой прямо. 2) . Ползание подтягиваясь на животе. Подвижная игра «Лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
15.01.25	<p>Задачи: Ползание на гимнастической скамейке Непрерывный легкий бег. Ползание подтягиваясь на животе, захватывая руками края, по гимнастической скамейке. Подбрасывание мяча, сохраняя направление мяча развитие нацеленности.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание на гимнастической скамейке . 2) Подбрасывание мяча, сохраняя направление мяча развитие нацеленности. . Подвижная игра «Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

16.01.25	<p>Задачи: Ходжение по бревну сохраняя равновесие. Подбрасывание мяча, сохраняя направление мяча развитие нацеленности. Подпрыгивание высоко вверх.</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 № 16 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходжение по бревну. 2) Побрасывание мяча сохраняя направление мяча. Подвижная игра « Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Январь 20.01.2025-24.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
21.01.25	<p>Задачи. Ходьба и бег врассыпную Ходьба и бег врассыпную. Побрасывание предмета правой, левой рукой прямо (высота 1,5 м) на расстоянии 1,5–2 м. оң, сол қолмен лақтыру. Ползание подтягиваясь на животе, захватывая руками края, по гимнастической скамейке.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Побрасывание предмета правой, левой рукой прямо. 2) . Ползание подтягиваясь на животе. Подвижная игра «Лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
22.01.25	<p>Задачи. Ползание на гимнастической скамейке Непрерывный легкий бег. Ползание подтягиваясь на животе, захватывая руками края, по гимнастической скамейке. Подбрасывание мяча, сохраняя направление мяча развитие нацеленности.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание на гимнастической скамейке . 2) Подбрасывание мяча, сохраняя направление мяча развитие нацеленности. . Подвижная игра «Гуси лебеди» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
23.01.25	<p>Задачи. Хождение по бревну Хождение по бревну сохраняя равновесие. Подбрасывание мяча, сохраняя направление мяча развитие нацеленности. Подпрыгивание высоко вверх.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Хождение по бревну.2) Побрасывание мяча сохраняя направление мяча. <p>Подвижная игра « Перетягивание каната»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Январь.27.01.2025-31.01.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
28.01.25	<p>Задачи. Ходьба и легкий бег группой. Подпрыгивание высоко вверх. Ползание по лестнице сохраняя равновесие. Перешагивание через предметы.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . Ползание по лестнице сохраняя равновесие. 2) Перешагивание через предметы. Подвижная игра «У медведя во бору» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
29.01.25	<p>Задачи. Хожение одинаковым шагом по прямому направлению и равномерный бег Хожение одинаковым шагом по прямому направлению и равномерный бег. Ползание по лестнице сохраняя равновесие. Перешагивание через предметы. Подбрасывание мяча друг другу и ловля двумя руками.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание по лестнице сохраняя равновесие 2) Перешагивание через предметы. Подвижная игра «День и ночь» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
30.01.25	<p>Задачи. Быстрый бег широкими шагами, соответствие движений рук темпу бега. Прыжки двумя ногами через доску на полу. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16)</p>

		<p>2.ОВД: (Основные виды движения)</p> <ol style="list-style-type: none">1) Прыжки двумя ногами через доску на полу.2) Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. <p>Подвижная игра « кто быстрее?»</p> <p>III. Заключительная часть:</p> <p>Организованный выход из зала.</p>
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Февраль.03.02.2025-07.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
04.02.25	<p>Задачи. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Прыжки из одного круга в другой, соответствие движений рук вниз-вперед с отталкиванием ног, легкое приземление на носках согнутых ног.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки двумя ногами 2) Ходжение и бег на носках. Подвижная игра «Лохматый пес» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
05.02.25	<p>Задачи. Прыжки из одного круга в другой, соответствие движений рук вниз-вперед с отталкиванием ног, легкое приземление на носках согнутых ног. Перестроение по двое, трое, перестроение в строй, равнение по направлению.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки из одного круга в другой 2) Перестроение по двое, трое, перестроение в строй, равнение по направлению Подвижная игра «Перетягивание каната» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>

06.02.25	<p>Задачи. Ходьба через линии (на расстоянии 10 см). Перестроение по двое, трое, перестроение в строй, равнение по направлению. Забрасывание мяча вдаль.</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 № 16 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба через линии 2) Забрасывание мяча вдаль. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»</p> <p>III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
----------	--	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Февраль 10.02.2025-14.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
11.02.25	<p>Задачи. Ходьба и бег меняя темп. Забрасывание мяча вдаль. Перепрыгивание с одного круга на другой поочередно.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Забрасывание мяча вдаль. 2) Перепрыгивание с одного круга на другой поочередно Подвижная игра «Бездомный зайчик» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
12.02.25	<p>Задачи. Равномерные ходьба и бег группой. Лазание по гимнастической стенке вверх-вниз с переменным шагом. Забрасывание мяча через голову вдаль в положении сидя.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Лазание по гимнастической стенке 2) Забрасывание мяча через голову вдаль в положении сидя. Подвижная игра «Кто быстрее?» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.</p>
13.02.25	<p>Задачи. Ходьба с выполнением заданий по доске, расположенном на полу — ходьба от начала доски, дойдя до середины поворачиваемся и идем назад. Забрасывание мяча через голову вдаль в положении сидя.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 16)</p>

	Соответствие движений рук и ног при ползании на доске.	2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба с выполнением заданий по доске. 2) Забрасывание мяча через голову вдаль. Подвижная игра «У медведя во бору» III. Заключительная часть: Организованный выход из зала.
--	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Февраль 17.02.2025-21.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
18.02.25	<p>Задачи. Ползание на доске Равномерная ходьба и бег, держа руки на поясе. Соответствие движений рук и ног при ползании на доске. Прыжки одновременно двумя ногами с одного круга в другой, легкое приземление на согнутых ногах.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание на доске(2 раза) 2) Прыжки одновременно двумя ногами.(2 раза) Подвижная игра «Гуси лебеди» карточка № 12 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
19.02.25	<p>Задачи. Прыжки из круга в круг Ходьба и бег на носках. Прыжки одновременно двумя ногами с одного круга в другой, легкое приземление на согнутых ногах. Забрасывание мелких предметов одной рукой вдаль.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжки из круга в круг (2 раза). 2) Забрасывание мелких предметов одной рукой вдаль(2 раза). Подвижная игра «Совушка» карточка № 2 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
20.02.25	<p>Задачи. Бросание мелких предметов вдаль Ходьба и бег между предметами. Забрасывание мелких предметов одной рукой</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть.</p>

	вдаль. Прыжки с короткой скакалкой (с паузами для отдыха 2-3 раза 10 раз.	1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 7, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Бросание мелких предметов вдаль (2 раза). 2) Прыжки с короткой скакалкой (2 раза) Подвижная игра «Мы веселые ребята» карточка № 3(3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.
--	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Февраль. 24.02.2025-28.02.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
25.02.25	<p>Задачи. Бег по одному в строю, сохраняя направление. Хлопки через голову с расстановкой ног вместе, врозь. Отталкивание мяча силой, сохраняя направление мяча.</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 № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Хлопки через голову с расстановкой ног вместе, врозь. (2 раза) 2) Отталкивание мяча силой, сохраняя направление мяча (2 раза) Подвижная игра «Светофор» карточка № 12 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
26.02.25	<p>Задачи. Ходьба и бег медленным темпом. Отталкивание мяча силой, сохраняя направление мяча. При прыжке менять расположение ног.</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, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Отталкивание мяча силой, сохраняя направление мяча. (2 раза). 2) При прыжке менять расположение ног. (2 раза). Подвижная игра «Колпачек» карточка № 2 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

27.02.25	<p>Задачи. Ходьба и бег по сигналу. При прыжке менять расположение ног. Проползти под канат не задевая головой.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) При прыжке менять расположение ног (2 раза). 2) Проползти под канат не задевая головой (2 раза) Подвижная игра «День и ночь» карточка № 3(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	--	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Март.03.03.2025-07.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
04.03.25	<p>Задачи. Свободное хождение по нити зигзагом. Проползти под канат не задевая головой. Подпрыгивание с поворотом налево, направо.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Свободное хождение по нити зигзагом. 2) Проползти под канат не задевая головой. Подвижная игра «Гуси лебеди» карточка № 12 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
05.03.25	<p>Задачи. Ходьба и бег в строю по двое, держась за руки. Подпрыгивание с поворотом налево, направо. Отталкивание мяча силой и сохранение движения мяча.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Подпрыгивание с поворотом налево, направо . 2) Отталкивание мяча силой и сохранение движения мяча. Подвижная игра «Совушка» карточка № 2 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

06.03.25	<p>Задачи. Ходьба и бег медленным темпом. Ходьба с мешочком на голове по натянутой нити, сохраняя правильное положение головы. Забрасывание мелких предметов через голову вдаль.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба с мешочком на голове по натянутой нити 2) Забрасывание мелких предметов через голову вдаль. Подвижная игра «Мы веселые ребята» карточка № 3(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Март 10.03.2025-14.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
11.03.25	<p>Задачи. Учить катать мяч через ворота (ширина 60см), развивать глазомер. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Катаем мяч через ворота. 2) Отталкивания двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног. Подвижная игра « У медведя во бору» карточка №7 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
12.03.25	<p>Задачи. Равномерные ходьба и бег с руками на поясе Равномерные ходьба и бег с руками на поясе. Подбрасывание мяча друг другу и ловля двумя руками. Прыжки двумя ногами через доску на полу.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Подбрасывание мяча друг другу. 2) Прыжки двумя ногами. Подвижная игра «Кто быстрее??» карточка №8 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

13.03.25	<p>Задачи. Ходьба и легкий бег Ходьба и легкий бег. Ударив мяч об пол закинуть высоко, а затем словить двумя руками. Ползание между предметами меняя направление, не задевая предметы.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Ударив мяч об пол закинуть высоко, а затем словить двумя руками. 2) Ползание между предметами меняя направление, не задевая предметы. Подвижная игра «Мы веселые ребята» карточка № 3(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Март 17.03.2025-21.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
18.03.25	<p>Задачи. Легкая ходьба и бег попарно. Забрасывание мелких предметов через голову вдаль. Перекатывание мяча друг другу.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Забрасывание предметов вдаль 2) Перекатывание мяча друг другу. Подвижная игра «Мы веселые ребята» карточка № (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
19.03.25	<p>Задачи. Хождение под музыкальное сопровождение в разном темпе, держа руки свободно бег вперед и назад. Перекатывание мяча друг другу. Ударив мяч об пол закинуть высоко, а затем словить двумя руками.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перекатывание мяча друг другу. 2) Ударив мяч об пол закинуть высоко, а затем словить двумя руками. Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

20.03.25	<p>Задачи. Ходьба и легкий бег. Ударив мяч об пол закинуть высоко, а затем словить двумя руками. Ползание между предметами меняя направление, не задевая предметы.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Ударив мяч об пол закинуть высоко, а затем словить двумя руками. 2) Ползание между предметами меняя направление, не задевая предметы. Подвижная игра «Затейники» карточка № 8(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	--

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Март.24.03.2025-28.03.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
26.03.25	<p>Задачи. Ходьба с мешочком на голове по натянутой нити, сохраняя правильное положение головы. Ползание между предметами меняя направление, не задевая предметы. При прыжке высоко двумя ногами сохранять соответствие движений ног и рук.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ползание между предметами меняя направление 2) Ходьба с мешочком на голове по натянутой нити, сохраняя правильное положение головы. Подвижная игра «Мы веселые ребята» карточка № (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
27.03.25	<p>Задачи. Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. Закреплять умение прыгать в длину с места. Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди, выпрямляя руки резким движением.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы: на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра; бег в среднем темпе; подскоки. II. Основная часть 1. ОРУ (общеразвивающие упражнения, карточка № 6). 2. ОВД (основные виды движения): • Учить ходить по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие. • Закреплять умение прыгать в длину с места. • Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Ловишки». III. Заключительная часть: Бег в медленном темпе, ходьба. Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Апрель .31.03.2025-04.04.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
01.04.25	<p>Задачи. Свободное хождение по зигзагообразно расположенной нити. Проползание между предметами на ладонях и стопах. Построение в строй по одному, разбежаться по залу и ориентируясь в пространстве, быстро найти свое место и встать в строй.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Проползание между предметами на ладонях и стопах. 2) Свободное хождение по зигзагообразно расположенной нити. Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
02.04.25	<p>Задачи. Перешагивание и перебежка через предметы. Построение в строй по одному, разбежаться по залу и ориентируясь в пространстве, быстро найти свое место и встать в строй. Забрасывание мяча силой и сохранение движения мяча.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 7, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Перешагивание через предметы 2) Забрасывание мяча силой и сохранение движения мяча. Подвижная игра «Затейники» карточка № 8(3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

03.04.25	<p>Задачи. Ходьба и легкий бег. На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу, наблюдать за направлением мяча и подхватывание летящего мяча легким движением согнутых рук. Хождение по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу 2) . Хождение по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку Подвижная игра «Светофор» карточка № 8(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Апрель.07.04.2025-11.04.2025

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
08.04.25	Задачи. Ходьба и медленный бег. Забрасывание мяча силой и сохранение движения мяча. Прыжок с места в длину.	<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 № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) . Забрасывание мяча силой 2) Прыжок с места в длину. Подвижная игра «Лиса в курятнике» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
09.04.25	Задачи. Ходьба и бег меняя темп. Прыжок с места в длину. На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу, наблюдать за направлением мяча и подхватывание летящего мяча легким движением согнутых рук.	<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 с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Прыжок с места в длину. 2) На расстоянии двух метров бросание мяча Подвижная игра «Гуси лебеди» карточка № 12 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

10.04.25	<p>Задачи. Ходьба и легкий бег. На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу, наблюдать за направлением мяча и подхватывание летящего мяча легким движением согнутых рук. Хождение по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу 2) . Хождение по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку Подвижная игра «Светофор» карточка № 8(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Апрель 14.04.25-18.04.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
15.04.25	<p>Задачи. Учить ползать под дугами на ладонях и носках, не касаясь коленями пола, сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке, прыгивать со скамейке в обозначенное место.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ползать под дугами на ладонях. 2) Сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке, прыгивать со скамейке в обозначенное место. Подвижная игра «Гуси лебеди» (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
16.04.25	<p>Задачи. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе и беге по ограниченной поверхности шагом, на носках Бросание мешочка в обруч одной рукой снизу, метание в цель. Сбей кеглю»</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Бросание мешочка в обруч. 2) Метание в цель. Сбей кеглю» Подвижная игра «Совушка» карточка № 2 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

17.04.25	<p>Задачи. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком</p> <p>Бросать мяч вверх двумя руками, ловля после хлопка.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком 2) Бросать мяч вверх двумя руками, ловля после хлопка. Подвижная игра «Школа мяча» карточка № 7(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Апрель 21.04.25-25.04.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
22.04.25	<p>Задачи. Учить ползать под дугами на ладонях и носках, не касаясь коленями пола, сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке, прыгивать со скамейке в обозначенное место.</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 № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить ползать под дугами на ладонях. 2) Сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке, прыгивать со скамейке в обозначенное место. Подвижная игра «Гуси лебеди» (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
23.04.25	<p>Задачи. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе и беге по ограниченной поверхности шагом, на носках Бросание мешочка в обруч одной рукой снизу, метание в цель. Сбей кеглю»</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 с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Бросание мешочка в обруч. 2) Метание в цель. Сбей кеглю» Подвижная игра «Совушка» карточка № 2 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

24.04.25	<p>Задачи. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком</p> <p>Бросать мяч вверх двумя руками, ловля после хлопка.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком 2) Бросать мяч вверх двумя руками, ловля после хлопка. Подвижная игра «Школа мяча» карточка № 7(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Апрель 28.04.25-02.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
29.04.25	<p>Задачи. Учить прыгать через длинную скакалку. Закрепить умение сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Упражнять в умении выполнять вис на гимнастических кольцах.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить прыгать через длинную скакалку. 2) Закрепить умение сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Подвижная игра «Совушка» карточка № 2 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
30.04.25	<p>Задачи. Продолжать учить выполнять метание мешочка вертикальную цель правой и левой рукой от плеча с расстояния 4метр. Закрепить умение прыгать через длинную скакалку. Упражнять в умении сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Продолжать учить выполнять метание мешочка вертикальную цель правой и левой 2) Закрепить умение прыгать через длинную скакалку. Подвижная игра «Попрыгунчики» карточка № 4 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Май 05.05.25-09.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
06.05.25	<p>Задачи. Продолжать учить метать мешочек в даль правой и левой рукой.. Совершенствовать умение бегать «Змейкой» без ориентира; Упражнять в умении, выполнять упражнение</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Продолжать учить метать мешочек в даль правой и левой рукой.. 2) Совершенствовать умение бегать «Змейкой» без ориентира; Подвижная игра «Попрыгунчики» карточка № 4 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
08.05.25	<p>Задачи. Ходьба и бег по пересеченной местности, прыжки в длину с места, катание на самокатах.</p>	<p>I.Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 7, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба и бег по пересеченной местности 2) Прыжки в длину с места Подвижная игра «Совушка » карточка №2 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»
Месяц: Май 12.05.25-16.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
13.05.25	<p>Задачи. Свободное хождение по зигзагообразно расположенной нити. Проползание между предметами на ладонях и стопах. Построение в строй по одному, разбежаться по залу и ориентируясь в пространстве, быстро найти свое место и встать в строй.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1. ОРУ (Общеразвивающие упражнения с мячом карточка № 8, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Проползание между предметами на ладонях и стопах. 2) Свободное хождение по зигзагообразно расположенной нити. Подвижная игра «Перелет птиц» карточка № 5 (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
14.05.25	<p>Задачи. Учить лазать по гимн. стенке до верха, не пропуская реек, с переходом на др. пролет и спускаться вниз по верёвочной лестнице. Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким подниманием бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1. ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить лазать по гимн. Стенке. 2) Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Подвижная игра «Ровным кругом» (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

15.05.25	<p>Задачи. Ходьба и легкий бег. На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу, наблюдать за направлением мяча и подхватывание летящего мяча легким движением согнутых рук. Хождение по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку.</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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) На расстоянии двух метров бросание мяча друг другу 2) . Хождение по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку Подвижная игра «Светофор» карточка № 8(3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	---	---

Методист _____

Циклограмма деятельности детей по физическому воспитанию для дошкольной группы № 5 «Почемучки»

Месяц: Май 19.05.25-23.05.25

Дата проведения	Задачи ОД	Ход ОД
20.05.25	<p>Задачи. Учить, лазать по веревочной лестнице разноименным способом; вести мяч двумя руками шагом. Упражнять в попеременном беге с ходьбой.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1.ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить, лазать по веревочной лестнице разноименным способом. 2) Упражнять в попеременном беге с ходьбой. Подвижная игра «У медведя во бору» (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
21.05.25	<p>Задачи. Учить лазать по гимн. стенке до верха, не пропуская реек, с переходом на др. пролет и спускаться вниз по верёвочной лестнице. Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.</p>	<p>I. Вводная часть Виды ходьбы на носочках, на пятках, с высоким поднимаем бедра, бег, подскоки. II. Основная часть. 1. ОРУ (Общеразвивающие упражнения карточка № 1, 6-8 повторов) 2.ОВД: (Основные виды движения) 1) Учить лазать по гимн. Стенке. 2) Закрепить прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Подвижная игра «Ровным кргом» (3 повтора) III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>

22.05.25	<p>Задачи. Ходьба и бег по пересеченной местности, метание мешочков 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, 6-8 повторов) 2. ОВД: (Основные виды движения) 1) Ходьба и бег по пересеченной местности. 2) Метание мешочков на дальность. Подвижная игра «Лохматый пес » карточка №2 (3 повтора)</p> <p>III. Заключительная часть: Дыхательная гимнастика. Организованный выход из зала.</p>
----------	--	--

Методист _____