

## Прогулки

### Вторая группа раннего возраста

Месяц	Дни недели	Оздоровительный бег и ходьба	Подвижные игры	Индивидуальная работа
Сентябрь	Понедельник	Ходьба обычная Бег обычный	<p>Подвижные игры (бег)  <b>«Бегите ко мне»</b>  Дети сидят на скамейке. Воспитатель отходит к противоположной стене и говорит: «Бегите ко мне!». Дети бегут к воспитателю. Воспитатель приветливо их встречает. Затем он переходит на другую сторону площадки и говорит: «Бегите ко мне!»  На слова воспитателя «Бегите домой!» дети садятся на скамейки и отдыхают.  <u>Правила:</u> бежать к воспитателю только после слов «Бегите ко мне!»  Дети бегут к скамейкам и садятся только после слов «Бегите домой!»  Варианты: Вначале дети могут занимать любое место, а затем находить именно свое место.</p>	По плану воспитателя
	Вторник	Ходьба обычная Бег обычный	<p>Подвижные игры (прыжки)  <b>«Мой веселый звонкий мяч»</b>  Взрослый читает стихи:  «Мой веселый, звонкий мяч,  Ты куда помчался вскачь?  Желтый, красный, голубой,  Не угнаться за тобой!»  (С. Маршак)  Дети имитируют движения мяча, прыгают на месте.  На слова «Не угнаться за тобой!» дети бегут от взрослого, который догоняет их. Дети, не умеющие прыгать, делают «пружинку».</p>	По плану воспитателя

	Среда	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бросание, ловля)</p> <p><b>«Мяч в кругу»</b></p> <p>Дети сидят в кругу на полу. Воспитатель дает мяч и предлагает катать его от одного к другому, отталкивая двумя руками.</p> <p>Можно произнести слова: «Колобок, колобок, У тебя румяный бок. Ты по полу катись И ... (имя) улыбнись».</p> <p>Кому прокатываем мяч, нужно называть по имени.</p>	По плану воспитателя
	Четверг	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ползание, лазание)</p> <p><b>«Мишка идет по мостику»</b></p> <p>На землю кладут доски (ширина 25 см, длина 2—2,5 м). За ними, на высоте поднятой руки ребенка, подвешивают на веревке ленточки. Соответственно количеству досок вызывают детей, они встают на четвереньки и по сигналу ползут до конца доски. Сходят с доски, подпрыгивают, снимают по одной ленточке — «медведи» достают ягодки.</p> <p>Когда все дети проползут, воспитатель предлагает побегать с ленточками по площадке.</p> <p>По сигналу все собираются, воспитатель вешает ленточки на веревку. Игра повторяется.</p>	По плану воспитателя

	Пятница	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание) «Найди, где спрятано»</p> <p>Дети встают в шеренгу вдоль одной из сторон участка. Педагог показывает им цветок (игрушку, флажок и т. п., говорит, что спрячет его). Участники игры поворачиваются к педагогу спиной. Педагог прячет предмет и произносит: «Раз, два, три, четыре, пять, вам пора цветок (флажок и т. д.) искать». Дети ищут спрятанный предмет. Тот из игроков, кто первым найдет его, несет его педагогу. Этот игрок будет прятать предмет при повторении игры. По окончании игры дети (по выбору педагога) рассказывают, как они искали предмет.</p>	По плану воспитателя
Октябрь	Понедельник	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бег) «Колокольчик»</p> <p>Взрослый привлекает внимание детей звучанием колокольчика, показывает его детям, звенит им и быстро прячет за спину (повторяет это несколько раз). Дети могут приговаривать: «Динь-динь».</p> <p>Затем взрослый бежит в противоположную сторону, звеня колокольчиком и напевая: «Я бегу, бегу, бегу, в колокольчик я звоню».</p>	По плану воспитателя

Октябрь	Понедельник		<p>Добежав до противоположной стороны комнаты, взрослый быстро поворачивается, садится на корточки, прячет колокольчик позади себя, широко разводит руки в стороны и говорит:</p> <p>«Все сюда ко мне бегите, колокольчик мой найдите».</p> <p>Ребенок, прибежавший раньше других и нашедший колокольчик, звонит и отдает его взрослому.</p> <p>Игра повторяется.</p> <p>Взрослый дает возможность всем позвонить в колокольчик</p>	
	Вторник	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (прыжки)</p> <p><b>«Серый зайка умывается»</b></p> <p>Дети становятся перед воспитателем полукругом, и все вместе произносят:</p> <p>«Зайка серый умывается, Зайка в гости собирается. Вымыл носик, вымыл хвостик, вымыл ухо, вытер сухо!».</p> <p>В соответствии с текстом стихотворения дети выполняют движения, прыгают на двух ногах, продвигаясь вперед – «направляются в гости»</p>	По плану воспитателя
	Среда	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бросание, ловля)</p> <p><b>«Попади в воротаки»</b></p> <p>Дети с помощью воспитателя распределяются парами и встают на расстоянии 4—6 шагов один от другого.</p> <p>Между каждой парой посередине установлены воротаки — из кубиков,</p>	По плану воспитателя

	Среда		кеглей или прутиков. Каждая пара получает один мяч и катает его друг другу через ворота. <u>Правила:</u> катать мяч, не задевая ворота; отталкивать энергично одной или двумя руками (по указанию воспитателя).	
	Четверг	Ходьба обычная Бег обычный	Подвижные игры (ползание, лазание) <b>«В воротики»</b> Дети располагаются на скамейке. Впереди на расстоянии 2,5 м стоит дуга – воротики. Дальше, еще на расстоянии 2 м, находится стойка с сеткой, у стойки на земле (полу) лежит мяч. Воспитатель вызывает кого-нибудь из детей и предлагает на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.	По плану воспитателя
	Пятница	Ходьба обычная Бег обычный	Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание) <b>«Парами на прогулку!»</b> На одной стороне площадки из шнуров (стульев, стоек) образуют ворота. Дети, держась за руки, встают парами (произвольно, кто с кем хочет), воспитатель помогает им в этом. На сигнал «Идем гулять» дети парами проходят через ворота, а затем расходятся по площадке.	По плану воспитателя

	Пятница		<p>Здесь они могут попрыгать, присесть — «Собираем ягоды, цветы».</p> <p>На сигнал «Идем домой» малыши снова встают парами и проходят через ворота.</p> <p><u>Правила:</u> идти парами, держась за руки; согласовывать свои движения, не отставать и не опережать; уступать дорогу, проходя ворота.</p> <p>Во время игры вводится кратковременное кружение на месте.</p>	
Ноябрь	Понедельник	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бег)</p> <p><b>«У медведя во бору»</b></p> <p>Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают «медведем». На площадке для игры очерчивают круг - это берлога «медведя».</p> <p>С противоположной стороны — черта - это дом, для всех остальных участников игры. Начинается игра, дети выходят из дома со словами:</p> <p>«У медведя во бору Грибы, ягоды беру. А медведь рычит, Он на нас сердит».</p> <p>После того, как дети произносят эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и «медведь» ловит его, тот сам становится «медведем».</p>	По плану воспитателя

	Вторник	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (прыжки) <b>«Не замочи ног»</b></p> <p>На площадке выкладывается из палок, камешков, шишек, веревочек ручеёк. Дети встают к ручейку и по сигналу перепрыгивают его, отталкиваясь двумя ногами, затем расходятся по площадке-«гуляют».</p> <p>На сигнал «Домой!» снова бегут к ручейку и перепрыгивают его.</p>	По плану воспитателя
	Среда	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бросание, ловля) <b>«Кто дальше бросит мешочек»</b></p> <p>Дети стоят на одной стороне зала (площадки) за начерченной линией или положенной веревкой. Каждый из играющих получает мешочек.</p> <p>По сигналу воспитателя все дети бросают мешочки вдалёк. Каждый внимательно следит за тем, куда упадет его мешочек.</p> <p>По следующему сигналу дети бегут за мешочками, поднимают их и становятся на то место, где лежал мешочек. Они поднимают двумя руками мешочек над головой.</p> <p>Воспитатель отмечает детей, которые бросили мешочек дальше всех. Дети возвращаются на исходные места.</p>	По плану воспитателя

	Четверг	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ползание, лазание)</p> <p><b>«Мыши в кладовой»</b></p> <p>Дети – «мышки» находятся на одной стороне площадки. На противоположной стороне протянута верёвка на высоте 50 см от уровня земли – это «кладовка». Сбоку от играющих находится «кошка» (её роль выполняет воспитатель).</p> <p>Кошка:</p> <p>«Напилась я молока, Спать прилягу я пока».</p> <p>«Кошка» засыпает, и «мышки» потихоньку бегут в «кладовую». Проникая в «кладовую», они нагибаются, чтобы не задеть верёвку. Там они присаживаются и как будто «грызут» сухари.</p> <p>«Кошка» просыпается, мяукает и говорит:</p> <p>«Как я сладко поспала. Кладовая – то целая?»</p> <p>Ох, мышей полна кладовка, Убегайте-ка плутовки!»</p> <p>После этих слов она бежит за «мышками». Они быстро убегают в свои норки. Игра возобновляется. В дальнейшем по мере усвоения правил игры, роль «кошки» может исполнять ребенок.</p>	По плану воспитателя
	Пятница	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание)</p> <p><b>«Цветные автомобили»</b></p> <p>У воспитателя три флажка разного цвета. Он поднимает один или все флажки сразу.</p>	По плану воспитателя



	Пятница		Дети, держащие такие же флажки, разбегаются по залу. Когда воспитатель опускает флажок, "автомобили" останавливаются и шагом возвращаются в "гараж".	
Декабрь	Понедельник	Ходьба обычная Бег обычный	Подвижные игры (бег) <b>«Кот и воробышки»</b> «Кот» располагается на одной стороне зала (площадки), а дети- «воробышки»- на другой. Дети- «воробышки» приближаются к «коту» вместе с воспитателем, который произносит: «Котя, котенька, коток, Котя- черненький хвосток, Он на брёвнышке лежит, Притворился, будто спит». На слова «Будто спит», «кот» восклицает: «Мяу!»- и начинает ловить «воробышков», которые убегают от него в свой домик (за черту).	По плану воспитателя
	Вторник	Ходьба обычная Бег обычный	Подвижные игры (прыжки) <b>«Лягушки - попрыгушки»</b> На одной стороне зала на полу лежит шнур – это «болотце». Дети – «лягушки – попрыгушки» становятся на другой стороне зала в одну шеренгу на исходную линию. Воспитатель говорит: «Вот лягушки по дорожке скачут, Вытянувши ножки, Ква-ква, ква – ква - ква, Скачут, вытянувши ножки». В соответствии с ритмом стихотворения дети	По плану воспитателя

	<b>Вторник</b>		<p>выполняют прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (примерно 16 прыжков) до «болотца» и прыгают через шнур, произнося: «Плюх!».</p> <p>После паузы игровое упражнение повторяется. Если группа детей большая, то построение производится в две шеренги и во избежание травм расстояние между шеренгами составляет примерно 1,5 – 2м. Дети второй шеренги вступают в игру чуть позже и только по сигналу воспитателя.</p>	
	<b>Среда</b>	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бросание, ловля)</p> <p><b>«Попади в круг»</b></p> <p>Дети стоят по кругу на расстоянии 2—3 шагов от лежащего в центре большого обруча или круга (из веревки или начерченного на полу, диаметр 1—1,5 м). В руках у детей мешочки с песком.</p> <p>По сигналу воспитателя «Бросай!» все дети бросают мешочки в круг.</p> <p>Затем воспитатель говорит: «Поднимите мешочки». Дети поднимают мешочки и становятся на место.</p>	По плану воспитателя
	<b>Четверг</b>	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ползание, лазание)</p> <p><b>«Наседка и цыплята»</b></p> <p>Дети, изображающие «цыплят», воспитатель – «наседка» - находятся за натянутой на высоте 35-40 см верёвкой – «домом». На противоположной стороне площадки сидит большая «птица».</p>	По плану воспитателя

	Четверг		<p>«Наседка» выходит из «дома» и отправляется на поиск корма, она зовёт «цыплят»: «Ко-ко-ко-ко».</p> <p>По её зову «цыплята» подлезают под верёвку, бегут к «наседке» и вместе с ней гуляют, ищут корм.</p> <p>По сигналу: «Большая птица!» - «цыплята» быстро убегают в дом. Когда «цыплята» возвращаются в «дом», убегая от большой «птицы», воспитатель может приподнять верёвку повыше, чтобы дети не задевали её.</p>	
	Пятница	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание)</p> <p><b>«Ворона и воробьи»</b></p> <p>С помощью считалочки выбрать ребёнка на роль "Вороны", остальные дети - "воробьи". Дети - "воробьи" бегают, клюют зёрнышки, ищут червячков.</p> <p>По сигналу воспитателя: "Прилетела ворона" дети- "воробьи" "разлетаются" по домикам, ребёнок - "ворона" догоняет их. Кого поймала "ворона", тот ребёнок становится "воробьём", игра продолжается.</p>	По плану воспитателя
Январь	Понедельник	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бег)</p> <p><b>«Найди свой домик»</b></p> <p>Каждый ребёнок выбирает свой домик- обруч, пенек, фанерка, камешек, начерченный на земле круг.</p> <p>По сигналу дети выбегают на площадку и бегают в разных направлениях.</p> <p>На сигнал «Найди свой домик!» занимают домики.</p>	По плану воспитателя

	<b>Вторник</b>	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (прыжки) «Птички в гнездах»</p> <p>На площадке располагаются плоские обручи, в каждый встает ребёнок. «Поднялось солнце, вылетели птички из гнезд».</p> <p>Дети выпрыгивают из обручей и разбегаются по площадке. «Вечер наступил, птички, домой!».</p> <p>Каждый быстро занимает обруч.</p> <p><u>Правила:</u> по сигналу выпрыгивать на двух ногах, задевший обруч, остаётся в нем до следующей игры. После бега можно занимать любой обруч. Усложнение: подбежав к обручу, надо впрыгнуть в него на двух ногах.</p>	По плану воспитателя
	<b>Среда</b>	<p>Ходьба обычная</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бросание, ловля) «Попади в цель»</p> <p>Воспитатель ставит или подвешивает 2—3 вертикальные цели—это может быть обруч с картонным кружком посередине, щит-мишень, снежная фигура с удобным для метания предметом (лиса с колобком, заяц с корзиной). Перед целями на расстоянии 1 метра обозначается полоса шириной 40 см. На ней напротив каждой цели стоят ведерки с мячами, шишками, мешочками с песком. 2—3 детей встают к ведеркам, берут предметы и метают их в цель одной и другой рукой.</p>	По плану воспитателя

	Среда		Собирают брошенные предметы в ведерки, выходят другие играющие. <u>Правила:</u> метать по сигналу одной рукой; собирать предметы после того, как все произвели метание; выполнять метание, не выходя за пределы полосы.	
	Четверг	Ходьба обычная Бег обычный	Подвижные игры (ползание, лазание) <b>«Проползи – не задень»</b> Дети располагаются в одной стороне участка. На расстоянии 1 метра от них кладется бревно. Дети по очереди должны переползти через бревно, а затем бегом возвратиться обратно.	По плану воспитателя
	Пятница	Ходьба обычная Бег обычный	Подвижные игры <b>«Лошадки»</b> Дети идут небольшой группой или колонной, высоко поднимая колени. После 4-5 мин. такой ходьбы идут обычным шагом.	По плану воспитателя
Февраль	Понедельник	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (бег) <b>«Кто скорее добежит до флажка»</b> 4-5 детей встают на одной стороне площадки. На противоположной стороне (расстояние 12-15 м) на скамейках, стульях) лежат флажки. По сигналу «Раз, два, три-беги!» дети бегут к флажкам поднимают их. Отмечается тот, кто сделал это первым. Затем дети идут на место, выходят следующие дети. Усложнение: в игру включить преодоление препятствий (обежать кеглю не задев ее).	По плану воспитателя

	Вторник	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (прыжки) <b>«Зайчата»</b> Все дети – «зайчики». Они располагаются на пригорке (им может служить горка на площадке или в комнате). Инструктор говорит: «В поле на пригорке Зайчики сидят, Свои лапки греют, Ими шевелят». Дети хлопают в ладоши, шевелят руками. Через некоторое время все говорят: «Крепче стал мороз никак, Мы замерзнем, сидя так. Чтоб согреться поскорей, Будем прыгать веселей». Дети начинают бегать, подпрыгивать, постукивать лапкой о лапку. По сигналу инструктора возвращаются на горку.	По плану воспитателя
	Среда	Ходьба по кругу Бег обычный	Подвижные игры (бросание, ловля) <b>«Поймай - прокати»</b> 1вар.: напротив ребёнка на расстоянии 50 см - 1 метра от него стоит воспитатель. Он бросает мяч ребёнку, а тот ловит его и катит обратно к воспитателю. 2 вар. Дети стоят в кругу, воспитатель в центре этого круга.	По плану воспитателя
	Четверг	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (ползание, лазание) <b>«Пробеги, как мышка, пройди, как мишка»</b> Дети располагаются у одной стены веранды. Инструктор ставит перед ними две дуги:	По плану воспитателя

	Четверг		<p>первая дуга высотой 50 см, за нею на расстоянии 2-3 м вторая, высотой 30-35 см. Инструктор вызывает одного ребенка и предлагает ему пройти под первой дугой на четвереньках, как «мишка», т. е. опираясь на ступни ног и на ладони. Под второй дугой – пробежать, как «мышка» (на ладонях и коленях, затем вернуться на свое место).</p>	
	Пятница	<p>Ходьба по кругу Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание) <b>«Не задень»</b> Дети идут друг за другом, обходя положенные в ряд предметы. Правила: обходить предметы, не задевая их, сохраняя интервал друг от друга.</p>	По плану воспитателя
	Понедельник	<p>Ходьба парами Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бег) <b>«Курочка - хохлатка»</b> «Вышла курочка – хохлатка, С нею жёлтые цыплятки», Воспитатель изображает «курицу», дети – «цыплят». Один ребёнок – «кошка». «Кошка» садится на стуле в сторонке. «Курочка» и «цыплята» ходят по площадке. Воспитатель говорит: «Ко-ко, не ходите далеко». Приближаясь к «кошке», воспитатель говорит: «На скамейке у дорожки Улеглась и дремлет кошка... Кошка глазки открывает И цыпляток догоняет».</p>	

Март	Понедельник		<p>«Кошка» открывает глаза, мяукает и бежит за «цыплятами», которые убегают в определённый угол площадки – «дом» - к курице-маме.</p> <p>Воспитатель («курица») защищает «цыплят», разводя руки в стороны, и говорит при этом: «Уходи, кошка, не дам тебе цыпляток!»</p> <p>При повторении игры роль «кошки» поручается другому ребёнку.</p>	По плану воспитателя
	Вторник	<p>Ходьба парами</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (прыжки)</p> <p><b>«Прыгай-хлопай»</b></p> <p>Дети стоят напротив друг друга, двумя шеренгами. По предложению воспитателя дети ритмично хлопают, другие прыгают на двух ногах на месте. После 12 - 16 прыжков меняются ролями.</p> <p><u>Правила:</u> прыгать ритмично на двух ногах указанным способом. (ноги вместе- ноги врозь).</p>	По плану воспитателя
	Среда	<p>Ходьба по кругу</p> <p>Бег обычный</p>	<p>Подвижные игры (бросание, ловля)</p> <p><b>«Целься точнее»</b></p> <p>Дети становятся в круг, у каждого ребенка маленький мяч или мешочек. В центре круга стоит большая корзина (расстояние до корзины не более 1 - 1,5 метров) по сигналу воспитателя дети бросают предметы; затем подходят к корзине, забирают, возвращают на место и играют вновь.</p> <p><u>Указания:</u> одновременно 8-10 человек. Одной рукой от плеча, другой снизу.</p>	По плану воспитателя



	<b>Четверг</b>	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (ползание, лазание) <b>«Кролики»</b> Дети- «кролики». Они встают в обруч по 3-4 человека. Это клетка, перед каждой клеткой дуга или обруч на подставке. Воспитатель поочередно подходит и выпускает «кроликов»- они подлезают под дугой, бегают, прыгают. На сигнал «Кролики в клетку!» возвращаются, пролезая в обруч (дугу).	По плану воспитателя
	<b>Пятница</b>	Ходьба по кругу Бег обычный	Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание) <b>«Найди свой домик»</b> Каждый ребёнок выбирает для себя "домик". Играет музыка (звонит бубен), дети бегают, прыгают, играют. По сигналу, когда воспитатель выключает музыку, дети должны быстро найти "свой домик" и занять его.	По плану воспитателя
	<b>Понедельник</b>	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (бег) <b>«Лохматый пес»</b> Один ребёнок изображает «пса». Он располагается в центре зала. Остальные играющие располагаются в домике, за чертой. По сигналу воспитателя играющие потихоньку приближаются к «псу» и произносят слова «Вот лежит лохматый пес, В лапы свой уткнул он нос. Тихо, смирно он лежит, Не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему, разбудим. И посмотрим, что-то будет».	По плану воспитателя

Апрель	Понедельник		После этих слов «пес» просыпается и гонится за ребятами и пытается кого-нибудь осалить (поймать). Когда все дети в свой дом, за черту, «пес» возвращается на своё место.	
	Вторник	Ходьба по кругу Бег обычный	Подвижные игры (прыжки) <b>«Зайцы и волк»</b> Дети-«зайцы» прячутся за кустами и деревьями. В стороне за кустом находится «волк». «Зайцы» выбегают на полянку, прыгают, щиплют травку, резвятся. По сигналу инструктора: «Волк идет!» — «зайцы» убегают и прячутся за кусты, под деревьями. «Волк» пытается догнать их. В игре можно использовать небольшой текст: «Зайки скачут: скок, скок, скок, На зеленый на лужок. Травку щиплют, кушают, Осторожно слушают, не идет ли волк?» Дети выполняют действия, о которых говорится в стихотворении. С окончанием текста появляется «волк» и начинает ловить «зайцев».	По плану воспитателя
	Среда	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (бросание, ловля) <b>«Сбей кеглю»</b> На полу или на земле начертить линия (положить веревку). На расстоянии 1- 1,5 м от нее поставить 2-3 булавы(расстояние между ними 15-20 см),	По плану воспитателя

	Среда		дети по очереди подходят к обозначенному месту, берут в руки мяч и катят его, стараясь сбить булаву.	
	Четверг	Ходьба по кругу Бег обычный	<p>Подвижные игры (ползание, лазание)  <b>«Мишка идет по мостику»</b>  На землю кладут доски (ширина 25 см, длина 2—2,5 м). За ними на высоте поднятой руки ребенка подвешивают на веревке ленточки. Соответственно количеству досок вызывают детей, они встают на четвереньки и по сигналу ползут до конца доски. Сходят с доски, подпрыгивают, снимают по одной ленточке — «медведи» достают ягоды.  Когда все дети проползут, воспитатель предлагает побегать с ленточками по площадке.  По сигналу все собираются, воспитатель вешает ленточки на веревку. Игра повторяется.</p>	По плану воспитателя
	Пятница	Ходьба парами Бег обычный	<p>Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание)  <b>«Самолеты»</b>  Дети сидят на скамейке на одной стороне зала.  По сигналу встают, заводят «моторы» (вращательные движения рук перед грудью).  «Внимание! К полёту приготовились! Заводим моторы... Полетели!»  Дети разводят руки в стороны (руки прямые) и начинают бегать по залу (площадке) враспынную.</p>	По плану воспитателя

	Пятница		После слов «На посадку!»- все дети возвращаются на свои места.	
Май	Понедельник	Ходьба по кругу Бег обычный	Подвижные игры (бег) <b>«Огуречик»</b> Один ребёнок- водящий- находится в стороне от всех. Играющие ритмично приседают и говорят: «Огуречик, огуречик, Не ходи на тот конечик, Там мышка живет, Тебе хвостик отгрызет». С окончанием слов дети разбегаются, водящий их ловит.	По плану воспитателя
	Вторник	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (прыжки) <b>«Поймай комара»</b> Дети стоят по кругу лицом к центру на расстоянии вытянутых рук. Воспитатель находится в середине круга. В руках у него прут (длина 1—1,5 метра) с привязанным на шнуре комаром из бумаги или материи. Воспитатель кружит шнур немного выше голов играющих. Когда «комар» пролетает над головой, дети подпрыгивают, стараясь поймать его обеими руками. Тот, кто поймает «комара», говорит: «Я поймал!».	По плану воспитателя
	Среда	Ходьба по кругу Бег обычный	Подвижные игры (бросание, ловля) <b>«Попади в воротики»</b> Дети с помощью воспитателя распределяются парами и встают на расстоянии 4—6 шагов один от другого. Между каждой парой посередине установлены воротики — из кубиков,	

	Среда		кеглей или прутиков. Каждая пара получает один мяч и катает его друг другу через ворота. <u>Правила:</u> катать мяч, не задевая ворота; отталкивать энергично одной или двумя руками (по указанию воспитателя).	По плану воспитателя
	Четверг	Ходьба парами Бег обычный	Подвижные игры (ползание, лазание) <b>«В воротики»</b> Дети располагаются на стульях. Впереди на расстоянии 2,5 м стоит дуга – воротики. Дальше, еще на расстоянии 2 м, находится стойка с сеткой, у стойки на полу лежит мяч. Воспитатель вызывает кого-нибудь из детей и предлагает на четвереньках доползти до дуги, подлезть под нее, подползти к мячу, затем встать, поднять мяч двумя руками и опустить его в сетку.	По плану воспитателя
	Пятница	Ходьба по кругу Бег обычный	Подвижные игры (ориентировка в пространстве и внимание) <b>«Шире шагай»</b> На площадке в два ряда раскладываются обручи. В каждом ряду 5-6 обручей. 2-3 ребенка по сигналу шагают из обруча в обруч. Дойдя до конца подпрыгивают, хлопают в ладоши, возвращаются. <u>Правила:</u> идти с промежуточным шагом в обруче, но не выходя за его края, не задевать обручи.	По плану воспитателя