

Проверено
методист ГККП «Балапан»
 Байдавлетова С.Х.

Циклограмма воспитательной образовательного процесса
разновозрастной группы «Жұлдыздар»
2023-2024 учебный год

Инструктор по физической культуры: Мурзабеков А.Т

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана 01 сентября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
		Физическая подготовка Вводная часть Выстраиваться, ходить в разные стороны, бегать по признаку воспитания, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе. Основная часть 1.общеразвивающие упражнения с мячом. Часть 4. 1.расставьте ноги, мяч внизу, мяч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.4-5 раз. 2.Держите мяч вперед обеими руками. Стоя сидя. 3.держать мяч обеими руками.Наклонитесь, пока не коснетесь пола.. 4.положите мяч на пол. Прыжки вокруг мяча, ходьба на месте с шагом, отскок назад. 2.двигательные упражнения. - Бросок мяча в Обруч обеими руками. 3. подвижная игра: "Цветные машины» 4. подведение итогов Выстраиваться, идти в разные стороны, стоять по длине.

		Вопрос-ответ. Хвалите детей.
--	--	---------------------------------

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 04-08 сентября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка /с мячом, с музыкой / тема: мой друг Цель: мой друг - научить ходить парами, пропускать кубики. Ход проведения НОК: 1.приветствие. 2. Введение Ходить за воспитателем, бегать. Встать в круг. 3.общеразвивающие упражнения. С мячом 1).БК:стоять прямо, держать мяч обеими руками. 1.вытягивание мяча вперед. 2.поднесите к груди. 3.прибытие в БК.(3-4лет) 2).Поднимите мяч вверх.Съемка. 2.прибытие в БК. (3-4лет) 3) держать мяч на груди обеими руками. Прыжки на двойных ногах с доппом. 4) дыхательное упражнение. Вдохните через нос и выдохните через рот. Прибытие в БК 4.основные двигательные упражнения. 1.перекатывание мяча друг к другу. Фиксация.	Физическая подготовка Тема« " звенящие погремушки Цель: научить ходить на гимнастическом стуле, держа в руках погремушку. Ход проведения НОК: 1.приветствие детей. Игра "поезд". Показать детям мячи в большой корзине. Забирать мячи у самих детей, водить один за другим и строить по кругу. 2. общеразвивающие упражнения: С погремушкой 1.БК: стоя, ноги вместе, погремушка на груди. Вытягивание штукатурки вперед. Подъем вверх. Вытягивание вперед. Прибытие в БК 2.упражнения для мышц тела: вытягивание погремушки вперед.. Сидеть, стоять. Прибытие в БК 3.упражнения для мышц ног: расстояние между ногами, равное размеру плеч, погремушка в области груди. Вытяните погремушку вперед. Наклонившись, дотроньтесь погремушкой до колен. Б. К.	Физическая подготовка Тип упражнения с палкой Тема: "мы растем цель: идти по кругу. Подняться на перевернутый ящик (высотой 10 см) и спуститься с него с помощью взрослых Ход проведения НОК: 1разведка. 2.ходьба по кругу,бег. Строительство аттракциона "лесные звери". 3.общеразвивающие упражнения. БК: "кошка проснулась » 1.растяжка, при которой ноги расставлены, держа палку за оба края, тянется вверх, вправо, влево. сказать «м-я-у» При каждом натяжении. (Повторение 3-4 раза.)

5. подвижная игра: "Кто быстрее собирает мячи?" Цель: воспитание ловкости, быстроты. 6.подведение итогов. Поощрение детей	прибытие. БК: стоять прямо, держать погремушку двойной рукой. 1.Прыжки на двух ногах. Б. К. прибытие. Дыхание:	
---	--	--

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 11-15 сентября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
1. Физическая активность 1. идем в лес Цель: ходить по кругу, держась за нитку. Проходя между двумя линиями. Привыкание сохранять равновесие. Наблюдение за правильным формированием телесных образований. Развитие мышц ног Ход проведения НОК: 1. приветствие. 2. Введение Ходить за воспитателем, бегать. Встать в круг. 3. общеразвивающие упражнения. 1. Упражнения для других: руки на талии, ноги стоят вместе, голова поворачивается вправо, влево 2. Упражнения для плеч: руки на талии, ноги стоят вместе, плечи поочередно поднимать 3. упражнения для рук: 1. 2 поднятие руки вверх	Физическая подготовка Тема: Дружба Цель: научить детей прыгать, передвигаясь по гимнастическому стулу. Закрепить умение детей бегать расслабленными руками. Дальнейшее обучение детей прыжкам с двойными ногами из круга в круг. I. ход проведения НОК: 1. приветствие. 2. Введение Ходить за воспитателем, бегать. Встать в круг. II. Общеразвивающие упражнения. 1. Упражнения для других: руки на талии, ноги стоят вместе, голова поворачивается вправо, влево 2. Упражнения для плеч: руки на талии, ноги стоят вместе, плечи поочередно поднимать 3. упражнения для рук: - поднятие руки вверх	Физическая подготовка Тема: "весело играть вместе цель: ходить по гимнастической доске с помощью взрослых. Игра "мы веселые". Бросание больших мячей. Ход проведения НОК: 1. приветствие. 2. Введение Ходить за воспитателем, бегать. Встать в круг. 3. общеразвивающие упражнения. С мячом 1). БК: стоять прямо, держать мяч обеими руками. 1. вытягивание мяча вперед. 2. поднесите к груди. 3. прибытие в БК. (3-4 рет) 2). Поднимите мяч вверх. Съемка. 2. прибытие в БК. (3-4 рет) 3) держать мяч на груди обеими руками. Прыжки на двойных ногах с доппом. 4) дыхательное упражнение. Вдохните через нос и выдохните через рот. Прибытие в БК 4. основные двигательные упражнения.

2. 2 руки перед собой 3. отведение 2 рук в сторону 4. упражнения для поясницы: 2 руки в пояснице, ноги врозь, поворот направо, налево 5. Упражнения для ног: 5 раз на правой ноге, 5 раз на левой ноге, 5 раз на обеих ногах 6. Сделайте глубокий вдох.	- руки перед собой - подтягивание рук 4. упражнения для поясницы: 2 руки на талии, ноги расставлены, поворот направо, налево 5. Упражнения для ног: - 5 раз правой ногой, 5 раз левой ногой, две ноги	Ходьба по доске с помощью взрослого. 5. подвижная игра. "Белый кролик» Цель: воспитание у детей ловкости, годовалости, организованности. 6. подведение итогов. Поощрение детей
---	--	---

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 18-22 сентября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
2. физическая активность Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свои места и правильно стоять. Учить правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения. 3. вводная часть 4.выстраиваться, ходить в разных направлениях, разбегаться по знаку воспитателя, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе. Общеразвивающие упражнения. С ниткой. Часть 5. Общеразвивающие упражнения: 1.расставьте ноги.Удерживая нить в груди, вытягивая вперед, поднимая вверх, забивая вперед, исходная поза. 5рет. 2.сидеть и стоять. Удерживая нить в груди, сидя, вытягивая нить вперед, стоя исходная поза. 4-5 раз.	Физическая культура. фиксация. Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свои места и правильно стоять. Учить правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения. 6. вводная часть 7.выстраиваться, ходить в разных направлениях, разбегаться по знаку воспитателя, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе. Общеразвивающие упражнения. С ниткой. Часть 5. Общеразвивающие упражнения: 1.расставьте ноги.Удерживая нить в груди, вытягивая вперед, поднимая вверх, забивая вперед, исходная поза. 5рет. 2.сидеть и стоять. Удерживая нить в груди, сидя, вытягивая нить вперед, стоя исходная поза. 4-5 раз. 3.сидеть. Расставьте ноги. Удерживая струну вперед, наклонитесь, чтобы	Физическая подготовка Тема: любим играть Цель: сделать круг, держа нить. Трудиться вчетвером. Учить проявлять осторожность при выполнении упражнений.Воспитание у детей сообразительности. Ход проведения НОК: Ход проведения НОК: 1.следовать за воспитателем по кругу. 2. приветствие детей »Лесные звери" 1.»медведь" Держа руки за талию (корбандап), твердо наступайте на ноги. 2.»Лиса" Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии. 3. " Кужек» Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью. 4.»Волк" Медленный бег, быстрый бег.

	коснуться кончика правой ноги, так к левой ноге. 5-раз 4.лежа на спине. Удерживая струну над головой, коснитесь струны кончиком ноги, приподняв ногу.Правая нога, левая нога. 5-раз. 8. 5. нить на земле. Прыгайте с веревки, держа руки за талию.	3. общеразвивающие упражнения: Б. К.: "Тик-так» 1.Ноги расставлены , руки на талии. Наклонить голову вправо, произнеся слово "Тик», держать голову прямо, произнеся слово "ТИК", повторить наклон головы влево. (6 повторений)
--	---	--

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 25-29 сентября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
9. физическая активность / с флагом, мелодией/ Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. поднимая два флажка из корзины, стоя по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения БК: "развевающийся флаг» 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/ БК:»качели" 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. /5рет/ БК:»кто быстрее" 3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.	Физическая подготовка / с флагом, мелодией/ Вводная часть: утверждение Выстраиваться друг за другом. Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. поднимая два флажка из корзины, стоя по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения БК: "развевающийся флаг» 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/ БК:»качели" 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Устанавливайте флаги взад и вперед	Физическая подготовка Вводная часть Выстраиваться, ходить в разные стороны, бегать по признаку воспитания, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе. Основная часть 1.общеразвивающие упражнения с мячом. Часть 4. 1.расставьте ноги, мяч внизу, мяч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.4-5 раз. 2.Держите мяч вперед обеими руками. Стоя сидя. 3.держат мяч обеими руками.Наклонитесь, пока не коснетесь пола.. 4.положите мяч на пол. Прыжки вокруг мяча, ходьба на месте с шагом, отскок назад. 2.двигательные упражнения. - Бросок мяча в Обруч обеими руками. 3. подвижная игра: "Цветные машины»

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 02-06 октября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
физическая активность / с флагом, мелодией / учить Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. поднимая два флажка из корзины, стоя по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения БК: "развевающийся флаг» 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/ БК:»качели" 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 5 раз/ БК:»кто быстрее" 3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.	Физическая подготовка / с флагом, мелодией/ Вводная часть: утверждение Выстраиваться друг за другом. Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. поднимая два флажка из корзины, стоя по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения БК: "развевающийся флаг» 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. 4 раза БК:»качели" 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 5 раз/ БК:»кто быстрее" 3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг	Физическая подготовка Вводная часть Выстраиваться, ходить в разные стороны, бегать по признаку воспитания, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе. Основная часть 1.общеразвивающие упражнения с мячом. Часть 4. 1.расставьте ноги, мяч внизу, мяч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.4-5 раз. 2.Держите мяч вперед обеими руками. Стоя сидя. 3.держат мяч обеими руками. Наклонитесь, пока не коснетесь пола.. 4.положите мяч на пол. Прыжки вокруг мяча, ходьба на месте с шагом, отскок назад. 2.двигательные упражнения. - Бросок мяча в Обруч обеими руками. 3. подвижная игра: "Цветные машины»

	вперед, стоя поднимите вверх. Б. К.: "Звездочка» 4.держать ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте	
--	--	--

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 9-13 октября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Ходить группами. Цель: продолжать учить детей ходить всей группой, бегать дальше. Обучение упражнениям на ходьбу по доске длиной 2,5-2 м, шириной 25 см (2 года), 20 см (3 года), переходу с веревки или палки. Развитие мышц ног, подошв. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1.ходить по доске длиной 2,5-2 м, шириной 25 см (2 года), 20 см (3 года), перепрыгивать через веревку или палку. Игра: "что идет?"играть в игру.	Основные жесты: Ходить. Цель: ходить по кругу в разные стороны и в заданном направлении, держа руки в разных положениях, держась друг за друга за руки, на цыпочках, останавливаясь на отметке и двигаясь по зигзагообразной ленте, меняя темп небольшой группой и всей группой. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1. плавный бег, брызги, бег в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног	Ходьба, бег. Цель: следовать за педагогом, ходить парами, держаться за руки по кругу, ходить с изменением темпа, ходить с изменением направления, переходить от ходьбы к бегу, упираться в ладони и колени, ползать в прямом направлении. Приучать к сосредоточению внимания на заданном знаке. Укрепление мышц стопы, колена. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 16-20 октября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Тема: мы друзья. (Утверждение) Цель: научить забивать мяч (маленькие шарики) в корзину одной рукой. Привыкайте бегать, держась за руки на одном и другом конце поля. Ход проведения НОК: 1.приветствие. 2. Введение Ходить по кругу. Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. Давать детям палочки, бегать друг за другом и строить по кругу. 3.общеразвивающие упражнения. С палочкой - Ноги расставлены, держа палку за оба конца, вытянув ее вверх, вправо, влево. сказать «м-я-у» При каждом натяжении.(3-4 повторения.)	Ходьба, бег. Цель: формирование у детей навыков ходьбы,бега. Опирайтесь на ладони и колени, повторяя и закрепляя движения в прямом направлении. Потренируйтесь сосредотачиваться на заданном знаке. Обучение прыжкам вперед с двойным финишем. Развитие размера глаз и укрепление мышц стопы. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.двойной прыжок вперед. 2.3-4 прохождение палочек.	Физическая подготовка Тема: мы вместе. (Утверждение) Цель: научить детей работать вместе. "Дождь прекратился, - говорит педагог, - светило солнце, но вокруг лужа. Мы идем только по дороге, чтобы не намочить ноги» (показывает). Ход проведения НОК: 1.приветствие. 2. Введение Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. 3.общеразвивающие упражнения. Без инструментов. Б. К. пятка застегнута, рука опущена. Вытяните руку вперед, хлопните, вернитесь в исходное положение (5 раз).

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 23-27 октября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Тема:»погремушка-погремушка". (с музыкой) Цель : Бег с небольшой группой, не мешая друг другу; бег. Учить пропускать ленту, лежащую на полу. Ход проведения НОК: 1разведка. 2.ходьба по кругу,бег. »Лесные звери" 1.»медведь" Держа руки за талию (корбандап), твердо наступайте на ноги. 2.»Лиса" Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии. 3. " Кужек» Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью. 4.»Волк" Медленный бег, быстрый бег. Дайте детям по два кубика каждого цвета, проведите один за другим и постройте	Физическая культура. Тема:»погремушка-погремушка". (Утверждение) Цель : Бег с небольшой группой, не мешая друг другу; бег. Учить пропускать ленту, лежащую на полу. Ход проведения НОК: 1разведка. 2.ходьба по кругу,бег. »Лесные звери" 1.»медведь" Держа руки за талию (корбандап), твердо наступайте на ноги. 2.»Лиса" Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии. 3. " Кужек» Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью. 4.»Волк" Медленный бег, быстрый бег. Дайте детям по два кубика каждого цвета, проведите один за другим и постройте круг	Ходить по кругу. Цель: следовать за педагогом, ходить парами, держаться за руки по кругу, ходить с изменением темпа, ходить с изменением направления, переходить от ходьбы к бегу, упираться в ладони и колени, ползать в прямом направлении. Приучать к сосредоточению внимания на заданном знаке. Укрепление мышц стопы, колена. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.опирайтесь на ладони и колени, двигайтесь в прямом направлении. Игра: игра» Зайка, зайка стой". Вывод: дыхательное упражнение "Бокс"

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 30 октября-03 ноябрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
12. Физическая культура Цель: (ПК) Обучение ходьбе в ряд, ходьбе на цыпочках, пятках, неторопливому бегу, остановке и повторному бегу, целенаправленному катанию мяча. Правильно выполнять общеразвивающие упражнения, развивать основные виды движений. Ход проведения НОК: 1. приветствие детей 2. ходить по кругу за воспитателем. »Лесные звери" 1.» медведь", положив руки на талию (корбандап), твердо наступил на лапу. 2.» Лисица", держа руку на душе, (хитро) идет одной линией. 3.Прыжки на двух ногах, сгибая руки перед грудью. 4.» Волк " медленный бег, быстрый бег. 3. общеразвивающие упражнения: (С мячами).	Физическая подготовка Цель: (СП) Обучение ходьбе в ряд, ходьбе на цыпочках, пятках, неторопливому бегу, остановке и повторному бегу, целенаправленному катанию мяча. Правильно выполнять общеразвивающие упражнения, развивать основные виды движений. Ход проведения НОК: 1. приветствие детей 2. ходить по кругу за воспитателем. »Лесные звери" 1.» медведь", положив руки на талию (корбандап), твердо наступил на лапу. 2.» Лисица", держа руку на душе, (хитро) идет одной линией. 3.Прыжки на двух ногах, сгибая руки перед грудью. 4.» Волк " медленный бег, быстрый бег.	Физическая подготовка Цель: (ПК) Учить ходить, бегать друг за другом по строю, между предметами. Продолжать учить выполнять общеразвивающие движения рук и ног. Разъяснение необходимости соблюдения правил игры в процессе игры. Ход проведения НОК: 1.разведка. 2. Основная часть: Ходьба по кругу, бег. 3. общеразвивающие упражнения Флагамаен 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 6 повторений/ 3.расставьте ноги, флаги на земле с обеих сторон. Руки внизу. » Ну«,» овца " - надо быстро взять и поставить. /6/

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 06-10 ноябрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
14. Физическая культура Цель: (СП) Учить ходить, бегать друг за другом по строю, между предметами. Продолжать учить выполнять общеразвивающие упражнения, повышать координацию движений рук и ног. Разъяснение необходимости соблюдения правил игры в процессе игры. Ход проведения НОК: 1.разведка. 2. Основная часть: Ходьба по кругу, бег. 3. общеразвивающие упражнения Флагамаен 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 6 повторений/ 3.расставьте ноги, флаги на земле с обеих сторон. Руки внизу. » Ну«,» овца " - надо быстро взять и поставить. /6/	Физическая культура (ПК) Учить ходить в строю, держась за руки, бегать разрозненно и ходить из круга в круг. Учить правильно выполнять общеразвивающие упражнения, тренировать координацию движений рук и ног. Разъяснение необходимости соблюдения правил игры в процессе игры Ход проведения НОК: 1.приветствие. 2. Введение Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. 3.общеразвивающие упражнения. Без инструментов. Б. К. пятка застегнута, рука опущена. Вытяните руку вперед, хлопните, вернитесь в исходное положение (5 раз). 2.Б. К. сидя, расставив ноги, держа руки вперед. Приседания, касание руками кончиков ног, выпрямление, удержание рук на спине, возвращение в исходное положение (4 раза)	Физическая культура(БК) Учить ходить в строю, держась за руки, бегать разрозненно и ходить из круга в круг. Учить правильно выполнять общеразвивающие упражнения, тренировать координацию движений рук и ног. Разъяснение необходимости соблюдения правил игры в процессе игры Ход проведения НОК: 1.приветствие. 2. Введение Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. 3.общеразвивающие упражнения. Без инструментов. Б. К. пятка застегнута, рука опущена. Вытяните руку вперед, хлопните, вернитесь в исходное положение (5 раз). 2.Б. К. сидя, расставив ноги, держа руки вперед. Приседания, касание руками кончиков ног, выпрямление, удержание рук на спине, возвращение в исходное положение (4 раза) 3.Б. К. ноги слегка раздвинуты, руки на

		тали. Прыжки на одном месте с двумя ногами, чередуя ходьбу (2 раза) 4.дыхательные упражнения: нарисовать звук «Петуха», сказать «ку-ка-ре-ку». Вдохните через нос и выдохните через рот.
--	--	---

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 13-17 ноябрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Упражнения на равновесие. Назначение: ходить по прямой, ограниченной линиями (ширина 20-25 см, длина 2-2,5 м) по нитке, по гимнастической скамейке. Подвижные игры. Побуждать детей вместе со взрослыми играть в подвижные игры с легкими, простыми по содержанию движениями.	Катание, метание. Цель: держать мяч одной рукой и двумя руками, собирать мячи и шары разного размера, самостоятельно класть их в корзину (ящик), скатывать шарики, бросать мяч вперед обеими руками, катать мяч вперед (сидя, стоя), бросать мяч (диаметром 6-8 см) вниз, на расстояние. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1. плавно бегать, плескаться, в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног.	Катание, метание. Цель: держать мяч одной рукой и двумя руками, собирать мячи и шары разного размера, самостоятельно класть их в корзину (ящик), скатывать шарики, бросать мяч вперед обеими руками, катать мяч вперед (сидя, стоя), бросать мяч (диаметром 6-8 см) вниз, на расстояние. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1. опирайтесь на ладони и колени, двигайтесь в прямом направлении. Игра: игра «Зайка, зайка стой».

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана 20-24:ноябрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Цель: (СП) Бег до флага в заданном направлении. Двойной бросок мяча. Ход проведения НОК: 1.разведка. 2. Основная часть: Ходьба по кругу, бег. 3. общеразвивающие упражнения Флагамаен 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 6 повторений/ 3.расставьте ноги, флаги на земле с обеих сторон. Руки внизу. - надо быстро взять и поставить. /6/	Упражнения на равновесие. Назначение: ходить по прямой, ограниченной линиями (ширина 20-25 см, длина 2-2,5 м) по нитке, по гимнастической скамейке. Подвижные игры. Побуждать детей вместе со взрослыми играть в подвижные игры с легкими, простыми по содержанию движениями. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Физическая культура. Цель: (ПК) Ходьба прямо на гимнастическом стуле, держа руки за талию. Бросьте мешок с песком прямо в корзину. Ход проведения НОК: 1.приветствие.2. Введение Ходить за воспитателем, бегать.Встать в круг. 3.общеразвивающие упражнения. Без инструментов 1.Ноги расставлены, руки внизу. Положив голову на правое, левое плечо. 6 р 2.Ноги расставлены , руки по бокам.1-наклонитесь вперед и поднимите руки к ногам. 3.расставим ноги, вытянем руки вперед. Сидеть и стоять. 6 раз 4.ноги расставлены , руки по бокам. 1-прыгать, хлопая руками над головой и держа ногу на расстоянии . Дыхательные упражнения: вдохните через нос и выдохните через рот. Возвращение к исходной форме

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 27ноябрь01 декабрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
15. физическая активность Цель: (ПК) Ходьба с изменением направления, бег в разные стороны. Ходьба по тонкой веревке, сохраняя равновесие ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК: Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. Рука выше, ходьба на цыпочках. Рука в душе, ходьба на каблучках. Лететь самолетом. Свободно ходить по кругу. 1 выстраивание. / снятие двух флажков из корзины в строю/ Встать с 1-го ряда на 4 звена.	Упражнения на равновесие. Цель: ходить по зигзагообразной ленте, останавливаясь на отметке, меняя темп небольшой группой и всей группой. Подвижные игры. Совершенствовать основные движения (ходьба, бег, метание, катание), способствуя развитию интереса детей к игре. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1. плавно бегать, плескаться, в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног.	Физическая подготовка Цель: (ПК) Прыжки с высоты 15 см стоя на месте. Ползание под веревкой. I. вводная часть. Ряд за ряд. Приветствие. (следуя инструкциям) .Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: без инструментов. Б. К рука вниз 1.поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз) Б. К., рука на талии 2.шаг вправо, аплодисменты. - Б. К. шаг влево, аплодисменты. 3.сидя обнять колени. Удар головой о колено. Стоять. 4. Б. К. широко расставьте ноги, руки на талии - Вперед, руки вверх за спиной. (5-6 раз)

		5. Б. К. рука на талии. Прыжки на двух ногах. (6 раз)
--	--	--

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 04-08 декабрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
16. Физическая культура Цель: (СП) Прыжки с высоты 15 см стоя на месте. Ползание под веревкой I. вводная часть. Ряд за ряд. Приветствие. (следуя инструкциям) .Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: без инструментов. Б. К рука вниз 1.поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз) Б. К., рука на талии 2.шаг вправо, аплодисменты. - Б. К. шаг влево, аплодисменты. 3.сидя обнять колени. Удар головой о колено. Стоять.	Постепенно приучайте ребенка к распорядку дня. Цель: осуществлять закаливание детей воздушными, водными мероприятиями, воздействием ультрафиолетовых лучей во время прогулки, ходить босиком по теплему песку в течение 2-3 минут, применять воздушные ванны несколько раз в день при одевании-раздевании (продлить продолжительность воздушных ванн с 2-3 минут до 6-10 минут). ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Постепенно приучайте ребенка к распорядку дня. Цель: мыть руки перед едой и когда они грязные, 1 год 1й - 1 год 3 месяца учить самостоятельно есть густую пищу ложкой, а 1 год 6 месяцев – есть суп (пить хлеб вместе с супом, есть только на собственной тарелке), пользоваться салфеткой с помощью взрослого, проявлять внимательность к взрослым после еды. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.опирайтесь на ладони и колени, двигайтесь в прямом направлении. Игра: игра» Зайка, зайка стой".

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 11-15 декабрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Упражнения на равновесие. Цель: ходить по зигзагообразной ленте, останавливаясь на отметке, меняя темп небольшой группой и всей группой. Подвижные игры. Совершенствовать основные движения (ходьба, бег, метание, катание), способствуя развитию интереса детей к игре. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Ходить по кругу. Цель: ходьба рука об руку по кругу, ходьба с изменением темпа, ходьба с изменением направления, переход от ходьбы к бегу, ходьба по маршруту (по ковру-я, до нитки), преодоление препятствий. Обучение катанию мяча через ворота. Развитие размеров глаз и укрепление мышц рук, плеч, тела. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Постепенно приучайте ребенка к распорядку дня. Цель: мыть руки перед едой и когда они грязные, 1 год 1й - 1 год 3 месяца учить самостоятельно есть густую пищу ложкой, а 1 год 6 месяцев – есть суп (пить хлеб вместе с супом, есть только на собственной тарелке), пользоваться салфеткой с помощью взрослого, проявлять внимательность к взрослым после еды. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 18-22 декабрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
Поддерживать стремление ребенка к самостоятельности, постепенно приучать каждого ребенка к распорядку дня. Цель: мыть руки перед едой и когда они грязные, 1 год 1й - 1 год 3 месяца учить самостоятельно есть густую пищу ложкой, а 1 год 6 месяцев – есть суп (пить хлеб вместе с супом, есть только на собственной тарелке), пользоваться салфеткой с помощью взрослого, проявлять внимательность к взрослым после еды.	Закаливающие мероприятия Цель: осуществлять закаливание детей воздушными, водными мероприятиями, воздействием ультрафиолетовых лучей во время прогулки, ходить босиком по теплему песку в течение 2-3 минут, применять воздушные ванны несколько раз в день при одевании-раздевании (продлить продолжительность воздушных ванн с 2-3 минут до 6-10 минут).	Ходить Цель: уметь координировать движения рук и ног при ходьбе, парной ходьбе, рукопожатии по кругу, ходьбе с изменением темпа, ходьбе с изменением направления, переходе от ходьбы к бегу, ползании; сохранять равновесие на приподнятой (над предметом) опоре. Совершенствовать умение обращать внимание на данный знак, выполнять движения по знаку. Воспитывать дружеские отношения.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 25-30 декабрь 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
17. Физическая культура Цель: (СП) Прыжки с высоты 15 см стоя на месте. Ползание под веревкой I. вводная часть. Ряд за ряд. Приветствие. (следуя инструкциям) .Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: без инструментов. Б. К рука вниз 1.поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз) Б. К., рука на талии 2.шаг вправо, аплодисменты. - Б. К. шаг влево, аплодисменты. 3.сидя обнять колени. Удар головой о колено. Стоять.	Упражнения на ходьбу и равновесие. Цель: следовать за педагогом, ходить парами, держаться за руки по кругу, ходить с изменением темпа, ходить с изменением направления, переходить от ходьбы к бегу, упираться в ладони и колени, ползать в прямом направлении. Приучать к сосредоточению внимания на заданном знаке. Укрепление мышц стопы, колена. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Физическая подготовка Цель: (СП) Бег в небольшой группе. Балансировка на гимнастическом стуле. Бросок мешка с песком в цель. ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК: Общеразвивающее упражнение-лары. Часть 5 без инструментов. 1.расставьте ноги, рука внизу, вытяните руки рядом, опустите, исходная поза. 2.дойти до места. Лодки плывут по воде. 3.Лежа на спине. Велосипед на пинаем 4.Сидя с вытянутыми ногами, поддерживая руки,поднимая колени и подтягивая живот. 3. 5.Прыжки на двух ногах с руками на талии, ходьба стоя на одном месте, повторный прыжок. Дыхательные упражнения: надуть воздушный Шар вдохните через нос и выдохните через рот. Возвращение к исходной форме

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до«Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 08-12 января 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Упражнения на равновесие. Назначение: ходить по прямой, ограниченной линиями (ширина 20-25 см, длина 2-2,5 м) по нитке, по гимнастической скамейке, выходить на предметы (на гимнастическую скамейку, мягкий модуль и т.д.): стоять. Подвижные игры. Учить гармонично выполнять движения, передавать простые действия некоторых персонажей	Ползание, лазание. Цель: перепрыгнуть через бревно (диаметр 15-20 см), ползти под веревкой выше 35-40 см, ползать через обруч (диаметр 45 см). ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.катание мяча через ворота. 2.закрепление двойного прыжка вперед.	Катание, метание. Цель: перекатить мяч с небольшой горки; перекатить и бросить мяч воспитателю, ребенку; забросить мяч вперед, вверх, перекатить мяч с ленты, натянутой на уровне груди ребенка. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.ползание под несколькими дугами. 2.повторить перекачивание мяча через ворота.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 15-19 января 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Упражнения на ходьбу и равновесие. Назначение: ходить группами по доске (шириной 20 сантиметров, длиной 1,5–2 метра), поставленной на 15-20 см выше пола, между кубиками, кеглями, обручами, палками; ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Катание, метание. Цель: перекатить мяч с небольшой горки; перекатить и бросить мяч воспитателю, ребенку; забросить мяч вперед, вверх, перекатить мяч с ленты, натянутой на уровне груди ребенка. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.ползание под несколькими дугами. 2.повторить перекачивание мяча через ворота.	Ползание, лазание. Цель: перепрыгнуть через бревно (диаметр 15-20 см), ползти под веревкой выше 35-40 см, ползать через обруч (диаметр 45 см). ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.катание мяча через ворота. 2.закрепление двойного прыжка вперед. Игра: игра "дом Кужека". Вывод: выполнение дыхательного упражнения» надувание мяча".

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 22-26 января 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Цель: (СП) Бросаясь вперед, прыгайте на двух ногах. Ползание из-под дуги к цели. I. вводная часть. Ряд за ряд. Приветствие. (следуя инструкциям) Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: По. Поворот головы вправо (влево) на талии руки По. Рука на плече, плечо вперед (назад) По. Руки вперед ладонями вращаются внутрь (наружу). Поворот локтя, поворот руки вперед (назад).	Физическая культура (ПК) Цель: (ПК) Выполняйте различные позы руками по кругу. Скатывание мячей друг в друга. Приветствие детей. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Выстраиваться в 4 ряда. Общеразвивающие упражнения: Упражнение с мячом 1.расставьте ноги, мяч внизу, мяч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.5-6 раз. 2.Держите мяч вперед обеими руками. Перекатывание мяча на правую и левую ноги.Исходная поза. 3.держат мяч обеими руками.Наклонитесь, пока не коснетесь пола.. 4.Сидя на коленях. Вращение мяча вправо, влево. 5.положите мяч на пол. Прыжки вокруг мяча, ходьба на месте с шагом, отскок назад. Дыхание	Ползание, лазание. Цель: перепрыгнуть через бревно (диаметр 15-20 см), ползти под веревкой выше 35-40 см, ползать через обруч (диаметр 45 см). ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.катание мяча через ворота. 2.закрепление двойного прыжка вперед.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 29января-02 февраль 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Упражнения на равновесие. Цель: поднять руки вверх, спуститься; от предметов (высота 10-15см): перепрыгнуть через обруч к обручу; перепрыгнуть через несколько препятствий (ленты, кубики и т.д.), расположенных на расстоянии 20 см над доской, медленно вращаться на месте. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Ходьба на месте. Цель: согнуть колено левой (правой) ноги (держась за предмет), стоя в исходном положении. Держась за перила, встаньте на цыпочки и потянитесь. Наклон пятки стопы вперед. Двигать ногами (сидя). ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.катание мяча через ворота. 2.закрепление двойного прыжка вперед. Игра: игра "дом Кужека". Вывод: выполнение дыхательного упражнения "надувание мяча"	Спортивные тренировки. Цель: катание на санях: обучение катанию на санях с горки, буксировке саней с веревки, катанию игрушек на санках;. Катание по ледяным дорогам:катание детей с рук. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 05 -9 февраль 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Общеразвивающие упражнения: Цель: поднять и опустить руки, вытянуть руки вперед, положить руки на спину, согнуть и переписать, размахивать запястьями рук, вращать, ладонями рук вверх, вниз, закрывать и открывать пальцы, вывешивать пальцами мелкие предметы, поворачиваться вправо, влево, сидя и стоя, передавать предметы друг другу, наклонитесь вперед и встаньте прямо, держитесь за перила, ходите, прыгайте.	Общеразвивающие упражнения: Цель: поднять и опустить руки, вытянуть руки вперед, положить руки на спину, согнуть и переписать, размахивать запястьями рук, вращать, ладонями рук вверх, вниз, закрывать и открывать пальцы, вывешивать пальцами мелкие предметы, поворачиваться вправо, влево, сидя и стоя, передавать предметы друг другу, наклонитесь вперед и встаньте прямо, держитесь за перила, ходите, прыгайте. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки	Общеразвивающие упражнения: Цель: поднять и опустить руки, вытянуть руки вперед, положить руки на спину, согнуть и переписать, размахивать запястьями рук, вращать, ладонями рук вверх, вниз, закрывать и открывать пальцы, вывешивать пальцами мелкие предметы, поворачиваться вправо, влево, сидя и стоя, передавать предметы друг другу, наклонитесь вперед и встаньте прямо, держитесь за перила, ходите, прыгайте.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 12 -16 февраль 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
20. физическая активность Цель: (СП) Ходьба над гимнастическим стулом. Прыжки с трамплина. Ход проведения НОК Организационный этап. Приветствие детей Часть 1.Ходить по колонне один за другим. По указанию педагога « " мыши!" переход с шагом для измельчения, теперь постоянная прогулка. "Лошади!"- бег, поднятие колен вверх, переход на нормальный бег. Тренировки по ходьбе и бегу чередуются	Спортивные тренировки. Цель: катание на санях: обучение катанию на санях с горки, буксировке саней с веревки, катанию игрушек на санках;. Катание по ледяным дорогам:катание детей с рук. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Катание, метание. Цель: перекатить мяч с небольшой горки; перекатить и бросить мяч воспитателю, ребенку; забросить мяч вперед, вверх, перекатить мяч с ленты, натянутой на уровне груди ребенка. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.ползание под несколькими дугами. 2.повторить перекачивание мяча через ворота.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 19 -23 февраль 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Упражнения на равновесие. Цель: поднять руки вверх, спуститься; от предметов (высота 10-15см): перепрыгнуть через обруч к обручу; перепрыгнуть через несколько препятствий (лент, кубиков и т.д.), расположенных на расстоянии 20 см над доской, медленно вращаться на месте	Ходьба на месте. Цель: согнуть колено левой (правой) ноги (держась за предмет), стоя в исходном положении. Держась за перила, встаньте на цыпочки и потянитесь. Наклон пятки стопы вперед. Двигать ногами (сидя). ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1. плавно бегать, плескаться, в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног.	Физическая подготовка Цель: (ПК) Переход от ходьбы в разных направлениях к бегу. Из круга в круг. Организационный этап. Приветствие детей.. Ходить кругами. Вытянем руки вверх, Давай хлопнем. Сделать круг Общеразвивающие упражнения: (палки) «Мы сильные!» 1. вытяните обе руки вперед 2. поднесите палку к груди. «Мы разведчики!» БК: расстояние между ногами примерно равно размеру плеча, рука ниже. 1. поднятие двойной руки вверх. 2. поворот туловища-наклон вправо 3. поворот туловища – наклон влево. 4. Б. К. «Мы штангисты!» БК: расстояние между ногами, рука внизу. 1. прижмите палку к груди. 2. Поднимите палку вверх.

		3.согните локоть и коснитесь плеча. 4.Б. К. «Мы проворны!» БК: обе ноги вместе, рука внизу, палка лежит перед ребенком.
--	--	---

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 26 февраль-01 март 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Формирование культурно-гигиенических навыков. Цель: мытье рук (трение ладоней друг о друга) и лица ладонями во время купания, протирание лица-рук с помощью взрослых. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Ходьба на месте. Цель: согнуть колено левой (правой) ноги (держась за предмет), стоя в исходном положении. Держась за перила, встаньте на цыпочки и потянитесь. Наклон пятки стопы вперед. Двигать ногами (сидя). ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Физическая культура. Цель: (ПК) Перекатывать мяч вперед, догонять. Прыжки на двух ногах с одной линии. Организационный этап. 1. приветствие детей 2.ходить по кругу за воспитателем. »Лесные звери" 1.»медведь" Держа руки за талию (корбандап), твердо наступайте на ноги. 2.»Лиса" Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии. 3. " Кужек» Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью. 4.»Волк" Медленный бег, быстрый бег. 3. общеразвивающие упражнения: (С мячами). 1.БК: стоя, ноги вместе, мяч в груди. Вытягивание мяча вперед. Подъем вверх.

		Вытягивание вперед.
--	--	----------------------------

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 04-8 март 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Бег. Цель: плавно, рассеянно, в заданном направлении, в разных темпах, останавливаясь между предметами, на цыпочках, по знаку, один за другим (до 20м) разделяясь на небольшую группу и бегая всей группой; бегать без остановки в течение 30-40 секунд, переключаясь с ходьбы на бег и наоборот. ЖЖ: поворот (вправо-влево), скрещивание рук на груди и письмо с обеих сторон, хлопанье в ладоши; поднятие рук вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибание их и письмо,	21. Физическая культура Цель: (ПК) Ходьба на цыпочках по кругу. Ползание под веревкой до цели. Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Легкий бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. ходьба вверх и вниз по наклонной пластине . возьмите два флага и встаньте в круг. Основная часть: Общеразвивающие упражнения с флагом БК: "развешивающийся флаг» 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / 6 повторений/ Б. К.: "плавание в воде» 2.Ноги расставлены , флаги вытянуты в душу. Делать плавательные движения в воде, двигая плечами. / 6 повторений/	Оздоровительно-воспитательные мероприятия. Цель: научить детей легко одеваться в группе. Обеспечение продолжительности их пребывания на свежем воздухе в соответствии с повесткой дня. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.ползание под несколькими дугами. 2.повторить перекачивание мяча через ворота.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 11-15 март 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
3. Физическая активность Цель: (СП) Совершенствование навыков двойного прыжка, развитие координации движений Перекатывание мяча в ворота на расстоянии 1 м. / с платком, мелодией/ Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении. » Утиный птенец " - это ходьба с наклоном груди вперед. "Страус" - это ходьба с поднятыми коленями. Просто ходить по кругу . Стоять по кругу. / вынуть из корзины по одному платку, стоя по кругу / основная часть:	Физическая культура(БК) Цель: Развитие осознанности и внимания. Учите играть, соблюдая правила игры, чтобы продолжаться обходимо балансировать на перекладине. Цель: Развитие осознанности и внимания. Продолжать учить играть, соблюдая правила игры, сохраняя равновесие над плитой. Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении. Рука на боку, нога по кругу . Стоять по кругу. (брать палку за стол по одному)	Формирование культурно-гигиенических навыков. Цель: при предупреждении вынуть носовой платок из кармана и вытереть нос и вставить обратно. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1. опирайтесь на ладони и колени, двигайтесь в прямом направлении. Игра: игра» Зайка, зайка стой".

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 18-22 март 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Бег. Цель: плавно, рассеянно, в заданном направлении, в разных темпах, останавливаясь между предметами, на цыпочках, по знаку, один за другим (до 20м) разделяясь на небольшую группу и бегая всей группой; бегать без остановки в течение 30-40 секунд, переключаясь с ходьбы на бег и наоборот. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления мышц спины и сгибательных свойств позвоночника. Поворачивая направо-налево, давая стоящему (сидящему) рядом человеку предметы в руках. Наклонитесь вперед и в обе стороны. Поочередно сгибать и записывать ноги, сидя на полу. Подъем и опускание ног в положении лежа на спине. Встаньте на колени, встаньте и встаньте на пятки. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Катание, метание. Цель: перекатить мяч с небольшой горки; перекатить и бросить мяч воспитателю, ребенку; забросить мяч вперед, вверх, перекатить мяч с ленты, натянутой на уровне груди ребенка. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.ползание под несколькими дугами. 2.повторить перекачивание мяча через ворота.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: март 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Цель: (Д. К.) Ходьба на цыпочках между предметами, положив руки на талию. Площадь 50*50см, высота 10см восхождение на трибуну. / без инструмента, с погремушкой/ Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Рука на боку, ходьба на цыпочках. Нормальная, мягкая ходьба на подошвах ног. Стоять по кругу, соблюдать дистанцию Основная часть: Б. К. «" птицы летали» 1.расставляем ноги, руки вытянуты в душу, делаем крылья птицы, поворачиваем голову справа налево, вниз - вверх; произносим «Чип - чирик».	Бег. Цель: плавно, рассеянно, в заданном направлении, в разных темпах, останавливаясь между предметами, на цыпочках, по знаку, один за другим (до 20м) разделяясь на небольшую группу и бегая всей группой; бегать без остановки в течение 30-40 секунд, переключаясь с ходьбы на бег и наоборот. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Физическая подготовка Цель: (ПК) Повышение двигательной активности, развитие выносливости, внимания ходьба по доске, укладывая небольшой мешочек на крышу. Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Ходить по кругу, как "медведь". Рука выше, ходьба на цыпочках.рука в душе, ходьба на каблуках парная ходьба . Стоять по кругу. Держа руки вытянутыми и держась на расстоянии основная часть: Общеразвивающие упражнения. С погремушкой БК:»бабочка приземлилась" 1.Ноги размером с плечо. Руки позади. Увидеть бабочку, приземлившуюся на плечо. повернуть голову вправо, влево, сказать "приземлился". / 6 повторений/

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 01-05 апреля 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Цель:: (СП) Повышение двигательной активности, развитие выносливости, внимания ходьба по доске, укладывая небольшой мешочек на крышу. Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Ходить по кругу, как "медведь". Рука выше, ходьба на цыпочках.рука в душе, ходьба на каблуках парная ходьба . Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки	Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления предплечий рук, мышц плечевого пояса. Поднимите руки вперед, вверх, в обе стороны; скрестите руки на груди и напишите в обе стороны. Отведите руки назад; сгибайте и пишите их, хлопайте в ладоши, размахивайте руками вперед и назад, сгибайте и разгибайте пальцы. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Физическая подготовка Цель: (Д. К.) Ходьба на цыпочках между предметами, положив руки на талию. Площадь 50*50см, высота 10см восхождение на трибуну. / без инструмента, с погремушкой/ Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Рука на боку, ходьба на цыпочках. Нормальная, мягкая ходьба на подошвах ног. Стоять по кругу, соблюдать дистанцию Основная часть: Б. К. «" птицы летали» 1.расставляем ноги, руки вытянуты в душу, делаем крылья птицы, поворачиваем голову справа налево, вниз - вверх; произносим «Чип - чирик». Б. к.:»Мотор"

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 08 - 12 апреля 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
22. Физическая культура 23.1. Цель:(ус)идти одной цепью.Бегайте медленно, меняя темп. Ползти под веревкой к скамейке. Ход проведения НОК: 1.приветствие. 2. Введение Ходить по кругу. Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. Давать детям палочки, бегать друг за другом и строить по кругу. 3.общеразвивающие упражнения. С палочкой 1. Ноги расставлены, держа палку за оба конца,	Бег. Цель: плавно, рассеянно, в заданном направлении, в разных темпах, останавливаясь между предметами, на цыпочках, по знаку, один за другим (до 20м) разделяясь на небольшую группу и бегая всей группой; бегать без остановки в течение 30-40 секунд, переключаясь с ходьбы на бег и наоборот. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Физическая подготовка Цель: (ПК) Перекатывание мяча по дуге впереди. Прыжки на двух ногах между кеглями. Ход проведения НОК: 1разведка. 2. Основная часть: Ходьба по кругу, бег. 3. общеразвивающие упражнения Флагамаен 1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. 2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 6 повторений/

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 15 - 19 апреля 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления предплечий рук, мышц плечевого пояса. Поднимите руки вперед, вверх, в обе стороны; скрестите руки на груди и напишите в обе стороны. Отведите руки назад; сгибайте и пишите их, хлопайте в ладоши, размахивайте руками вперед и назад, сгибайте и разгибайте пальцы. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления мышц спины и сгибательных свойств позвоночника. Поворачивая направо-налево, давая стоящему (сидящему) рядом человеку предметы в руках. Наклонитесь вперед и в обе стороны. Поочередно сгибать и записывать ноги, сидя на полу. Подъем и опускание ног в положении лежа на спине. Встаньте на колени, встаньте и встаньте на пятки. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления мышц спины и сгибательных свойств позвоночника. Поворачивая направо-налево, давая стоящему (сидящему) рядом человеку предметы в руках. Наклонитесь вперед и в обе стороны. Поочередно сгибать и записывать ноги, сидя на полу. Подъем и опускание ног в положении лежа на спине. Встаньте на колени, встаньте и встаньте на пятки. Упражнения для развития и укрепления мышц живота и ног.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 22 - 26 апреля 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Оздоровительно-воспитательные мероприятия. Цель: научить детей легко одеваться в группе. Обеспечение продолжительности их пребывания на свежем воздухе в соответствии с повесткой дня. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1.ползание под несколькими дугами. 2.повторить перекатывание мяча через ворота.	Формирование культурно-гигиенических навыков. Цель: при одевании: снимать и надевать одежду в определенном порядке, правильно складывать ее. Спрашивать полуостров, знать место своего полуострова, просто сидеть на своем полуострове. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1.плавно бегать, плескаться, в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног. Игра: Игра "ко мне в труде".	Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления предплечий рук, мышц плечевого пояса. Поднимите руки вперед, вверх, в обе стороны; скрестите руки на груди и напишите в обе стороны. Отведите руки назад; сгибайте и пишите их, хлопайте в ладоши, размахивайте руками вперед и назад, сгибайте и разгибайте пальцы. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 29 апреля - 03 май 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая подготовка Цель: (СП) Бег с небольшим мячом между кегелями. Ходьба на гимнастическом стуле, руки на талии Ход проведения НОК: 1. приветствие. 2. Введение Ходить за воспитателем, бегать. Встать в круг. 3. общеразвивающие упражнения. Без инструментов 1. Ноги расставлены, руки внизу. Положив голову на правое, левое плечо. / 6 раз / 2. Ноги расставлены, руки по бокам. 1-наклонитесь вперед и поднимите руки к ногам. Б. К. / возвращайся 6 раз / 3. расставим ноги, вытянем руки вперед. Сидеть и стоять. 6 повторений	Оздоровительно-воспитательные мероприятия. Цель: осуществлять закаливание детей после сна и во время переодевания в течение дня. Организация прогулок каждый день с учетом погодных условий. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки. Основные упражнения на движение: 1. опирайтесь на ладони и колени, двигайтесь в прямом направлении. Игра: игра «Зайка, зайка стой».	Физическая подготовка Цель: (БК) Ходьба на цыпочках между предметами, положив руки на талию. Бросок маленького мяча правой рукой в корзину. Ход проведения НОК: 1. приветствие Детей 2. Ходить по кругу за воспитателем. Строительство аттракциона "лесные звери" 3. общеразвивающие упражнения: (выполнение с флажками): - Б. К.: стоять, слегка расставив ноги и опуская флаги. Поднимая флаги вверх, скрещивая их, стуча друг о друга, опуская вниз. - Б. К.: слегка расставив ноги, держа флаги на плечах сидя, вытягивая флаги вперед, стоя, возвращаясь

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 06-10 май 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Формирование культурно-гигиенических навыков. Цель: мытьё рук (трение ладоней друг о друга) и лица ладонями во время купания, протирание лица-рук с помощью взрослых. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки	24. Физическая культура Цель: (ПК) Ходьба с изменением направления, бег в разные стороны. Ходьба по тонкой веревке, сохраняя равновесие ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК: Вводная часть: Выстраиваться друг за другом. Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. Рука выше, ходьба на цыпочках. Рука в душе, ходьба на каблуках. Лететь самолетом. Свободно ходить по кругу. 1 выстраивание. / снятие двух флажков из корзины в строю/ Встать с 1-го ряда на 4 звена. 1. общеразвивающее упражнение-ланы. С флагом, часть 6. 1.Ноги размером с плечо-тоже. Поднесите флаг к груди. Вытягивание вперед, подъем вверх, вытягивание в обе стороны, опускание вниз.- повторить 4-5 раз	Физическая подготовка Цель: (ПК) Прыжки с высоты 15 см стоя на месте. Ползание под веревкой. I. вводная часть. Ряд за ряд. Приветствие. (следуя инструкциям) .Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: без инструментов. Б. К рука вниз 1.поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз) Б. К., рука на талии 2.шаг вправо, аплодисменты. - Б. К. шаг влево, аплодисменты. 3.сидя обнять колени. Удар головой о колено. Стоять. 4. Б. К. широко расставьте ноги, руки на талии - Вперед, руки вверх за спиной. (5-6 раз)

		5. Б. К. рука на талии. Прыжки на двух ногах. (6 раз
--	--	---

Организация образования Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 13 -17 май 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Оздоровительно-воспитательные мероприятия. Цель: проведение оздоровительно-оздоровительных мероприятий с использованием природных факторов (воздуха, солнца, воды). Поддержание постоянной температуры воздуха (+21-22°C) в помещениях группы. Одевание детей в легкую одежду в группе. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы.	Физическая культура Цель: (СП) Прыжки с высоты 15 см стоя на месте. Ползание под веревкой I. вводная часть. Ряд за ряд. Приветствие. (следуя инструкциям) .Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки. Основная часть: Общеразвивающие упражнения: без инструментов. Б. К рука вниз 1.поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз) Б. К., рука на талии 2.шаг вправо, аплодисменты. - Б. К. шаг влево, аплодисменты. 3.сидя обнять колени. Удар головой о колено. Стоять. 4. Б. К. широко расставьте ноги, руки на	Физическая подготовка Цель: (ПК) Бег в небольшой группе. Балансировка на гимнастическом стуле. Бросок мешка с песком в цель. Вводная часть: Выстраиваться, ходить в разные стороны, бегать по признаку воспитания, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе. ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК: Общеразвивающее упражнение-лары. Часть 5 без инструментов. 1.расставьте ноги, рука внизу, вытяните руки рядом, опустите, исходная поза. 2.дойти до места. Лодки плывут по воде. 3.Лежа на спине. Велосипед на пинаем 4.Сидя с вытянутыми ногами, поддерживая руки, поднимая колени и подтягивая живот. 4.5. Прыжки на двух ногах с руками на

	тали - Вперед, руки вверх за спиной. (5-6 раз) 5. Б. К. рука на тали. Прыжки на двух ногах. (6 раз)	тали, ходьба стоя на одном месте, повторный прыжок.
--	---	--

Организация образования Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 2-3 года

Период создания плана: 20-24 май 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
Перекатывание, метание цель: перекатывать мяч с небольшого горка; перекатывать и бросать мяч воспитателю, ребенку; бросать мяч вперед, вверх, перекатывать мяч с ленты, натянутой на уровне груди ребенка. Воспитывать дружеские отношения. ЖЖ: писать с согнутым коленом (стоя на втором), стоять на полу сидя, на цыпочках, держась за перила, делать шаги вперед, в сторону, назад, ставить ноги вперед, на пятки.	Упражнения на ходьбу и равновесие. Цель: научить переходить из обруча в обруч; научить подниматься и спускаться по модулю или гимнастической скамейке. Ходьба по веревке или палке, поднятой на 12-18 см над полом. ЖЖ: поворачиваться (вправо-влево), скрещивать руки на груди и писать в обе стороны, хлопать в ладоши; поднимать руки вперед, вверх, из стороны в сторону, сгибать их, писать, раскрывать пальцы. Основные упражнения на движение: 1. плавно бегать, плескаться, в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног.	Физическая подготовка Цель: (БК) Ходьба на цыпочках между предметами, положив руки на талию. Бросок маленького мяча правой рукой в корзину. Ход проведения НОК: 1. приветствие Детей 2. Ходить по кругу за воспитателем. Строительство аттракциона "лесные звери" 3. общеразвивающие упражнения: (выполнение с флажками): - Б. К.: стоять, слегка расставив ноги и опуская флаги. Поднимая флаги вверх, скрещивая их, стуча друг о друга, опуская вниз. - Б. К.: слегка расставив ноги, держа флаги на плечах сидя, вытягивая флаги вперед, стоя, возвращаясь в Б. К. - БК: стоя на коленях, опуская флаги.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 01.09.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель: подъем 50см может проходить под веревкой, двигаясь вперед с правой и левой стороны.

2.через 4-5 линий может прыгать в длину из ор - ны (расстояние между линиями 40-50см).

3.бревно может балансировать с верхом.

Ожидаемый результат: ползет вперед справа и слева под веревкой, прыгает в длину с места через 4-5 линий, балансирует над бревном.

Ресурсы: веревки, бревна.

Методы и приемы: модель 4К: работа в команде, критическое мышление, дифференциация: через процесс, контроль: прямой, косвенный,

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Вытянем руки вверх,

Давай хлопнем.

(хлопать в ладоши, вытянув руки вверх)

Давай напишем руку,

Давайте будем похожи на Ласточку

Хвала детям.

Давать детям палочки, бегать друг за другом и строить по кругу.

3.общеразвивающие упражнения.

1.Ноги расставлены, руки по бокам. Сгибание головы от правого плеча к левому плечу, слева направо. сказать "з-з-з". / Повторить 4 раза/

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 04-08.09. 2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Тема:ходить боком

Основные жесты:

Ходить по гимнастической скамейке, побритой душой.

Упражнения на сдвоенный прыжок над струнами, метание мяча из груди с двойной поддержкой.

Цель: тренировать детей на квадрицепсах, трансформируя упражнения на ходьбу на гимнастическом стуле.Прыжки на двойных ногах, обучение умению подбрасывать мяч из груди

Ресурсы: гимнастические палки, мячи,скамья гинаст,струны

Физическая культура.

Цель: подъем 50см может проходить под веревкой, двигаясь вперед с правой и левой стороны.

2.через 4-5 линий может прыгать в длину из ор - ны (расстояние между линиями 40-50см).

3.бревно может балансировать с верхом.

Ожидаемый результат: ползет вперед справа и слева под веревкой, прыгает в длину с места через 4-5 линий, балансирует над бревном.

Ресурсы: веревки, бревна.

Методы и приемы: модель 4К: работа в команде, критическое мышление, дифференциация: через процесс,

Физическая культура.

Цель:

Небольшой мешочек можно положить на крышу и пройтись по доске.

Ресурсы: погремушки,мешки, дуги.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Прямое наблюдение.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом.

Ходить по кругу, как "медведь".

Рука выше, ходьба на цыпочках.рука в душе, ходьба на каблуках парная ходьба .

Стоять по кругу. Держитесь на

Методы и приемы: модель 4К: работа в команде, критическое мышление, дифференциация: через процесс, контроль: прямой, косвенный,

- Приветствие детей.

- Дети выстраиваются в очередь по знаку.

Показывает, как сохранять направление в форсунке, не выходить из форсунки, уметь находить свое место.

Упражнения выполняются гимнастическими палочками

Выполнение общеразвивающих упражнений

для инструктирует разделить на три ряда

Называет знакомые упражнения.

Демонстрирует приемы выполнения упражнений, дает наглядный пример.

следить за правильными поступками.

контроль: прямой, косвенный,

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Вытянем руки вверх,

Давай хлопнем.

(хлопать в ладоши, вытянув руки вверх)

Давай напишем руку,

Давайте будем похожи на Ласточку

Хвала детям.

Давать детям палочки, бегать друг за другом и строить по кругу.

3.общеразвивающие упражнения.

расстоянии, вытянув руки

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.

С погремушкой

БК:»бабочка приземлилась"

1.Ноги размером с плечо. Руки позади. Увидеть бабочку, приземлившуюся на плечо. повернуть голову вправо, влево, сказать "приземлился". 6р

БК:»движение змеи"

2.ноги в объеме плеч, руки вытянуты в душу. Делать змеиные движения. перекачивание плеча. / 6 повторений/

БК:»ножницы"

3.ноги расставлены, руки расставлены, руки ножницами./ 6 раз /

Б. К.: "Звездочка»

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 11-15.09.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Физическая культура.

Физическая культура.

Цель: (БК)

Цель: развитие мышц плеч, рук и ног путем поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, выполнения новых видов движений. При выполнении упражнений умеет правильно держать тело и визуально ориентироваться.

Цель: развитие мышц плеч, рук и ног путем поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, выполнения новых видов движений. При выполнении упражнений умеет правильно держать тело и визуально ориентироваться.

Небольшой мешочек можно положить на крышу и пройтись по доске.

Ресурсы: погремушки, мешки, дуги.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Прямое наблюдение.

Вводная часть:

Ресурсы: обручи, кубики, мячи.

Ресурсы: обручи, кубики, мячи.

Методы: модель 4К: работа в команде, дифференциация.

Методы: модель 4К: работа в команде, дифференциация.

Выстраиваться друг за другом.

Вводная часть:выстраивание.

Вводная часть:выстраивание.

Ходить по кругу, как "медведь".

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.бег трусцой, держа тело в вертикальном положении .

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.бег трусцой, держа тело в вертикальном положении .

Рука выше, ходьба на цыпочках.рука в душе, ходьба на каблуках парная ходьба .

Стоять по кругу. Держитесь на

ходьба короткими и далькими шагами по

ходьба короткими и далькими шагами по

расстоянии, вытянув руки

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.

С погремушкой

БК:»бабочка приземлилась"

1.Ноги размером с плечо. Руки позади. Увидеть бабочку, приземлившуюся на плечо. повернуть голову вправо, влево, сказать "приземлился". 6р

БК:»движение змеи"

2.ноги в объеме плеч, руки вытянуты в душу. Делать змеиные движения. перекачивание плеча. / 6 повторений/

БК:»ножницы"

3.ноги расставлены, руки расставлены, руки ножницами./ 6 раз /

внутренней стороне стопы.

Размещение 4 колонн из строя.

Контроль через наводящие вопросы

Общеразвивающие упражнения

"День-ночь»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза. 6-р

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.

6 раз

внутренней стороне стопы.

Размещение 4 колонн из строя.

Контроль через наводящие вопросы

Общеразвивающие упражнения

"День-ночь»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза. 6-р

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.

6 раз

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 18-22.09. 2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Физическая культура.

Физическая культура.

Цель: (БК)

Цель: развитие мышц плеч, рук и ног путем поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, выполнения новых видов движений. При выполнении упражнений умеет правильно держать тело и визуально ориентироваться.

Цель: развитие мышц плеч, рук и ног путем поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, выполнения новых видов движений. При выполнении упражнений умеет правильно держать тело и визуально ориентироваться.

Небольшой мешочек можно положить на крышу и пройти по доске.

Ресурсы: погремушки, мешки, дуги.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Прямое наблюдение.

Вводная часть:

Ресурсы: обручи, кубики, мячи.

Ресурсы: обручи, кубики, мячи.

Методы: модель 4К: работа в команде, дифференциация.

Методы: модель 4К: работа в команде, дифференциация.

Выстраиваться друг за другом.

Вводная часть:выстраивание.

Вводная часть:выстраивание.

Ходить по кругу, как "медведь".

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.бег трусцой, держа тело в вертикальном положении .

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.бег трусцой, держа тело в вертикальном положении .

Рука выше, ходьба на цыпочках.рука в душе, ходьба на каблуках парная ходьба .

Стоять по кругу. Держитесь на

ходьба короткими и далькими шагами по

ходьба короткими и далькими шагами по

расстоянии, вытянув руки

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.

С погремушкой

БК:»бабочка приземлилась"

1.Ноги размером с плечо. Руки позади. Увидеть бабочку, приземлившуюся на плечо. повернуть голову вправо, влево, сказать "приземлился". 6р

БК:»движение змеи"

2.ноги в объеме плеч, руки вытянуты в душу. Делать змеиные движения. перекачивание плеча. / 6 повторений/

БК:»ножницы"

внутренней стороне стопы.

Размещение 4 колонн из строя.

Контроль через наводящие вопросы

Общеразвивающие упражнения

"День-ночь»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза. 6-р

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.

6 раз

внутренней стороне стопы.

Размещение 4 колонн из строя.

Контроль через наводящие вопросы

Общеразвивающие упражнения

"День-ночь»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза. 6-р

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.

6 раз

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 25-29.09.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура.

Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свое место и уметь правильно стоять, правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения.

Ресурсы: веревка, обруч

Методы: модель 4К: работа в команде,

Прямое наблюдение.

ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК

Вводная часть:

Выстраиваться.

Бег по кругу, хлопая коленями, держа тело

Физическая культура.

Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свое место и уметь правильно стоять, правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения.

Ресурсы: веревка, обруч

Методы: модель 4К: работа в команде,

Прямое наблюдение.

ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК

Вводная часть:

Выстраиваться.

Бег по кругу, хлопая коленями, держа тело

Физическая культура

Цель: владеет навыками ходьбы в разных направлениях, прыжков вперед и метания мяча правой и левой рукой.

Ресурсы: гимнастический стул, обручи.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Ход проведения НОК:

1.приветствие детей.

Игра "поезд".

Показать детям мячи в большой корзине.
Забирать мячи у самих детей, водить один

прямо .

Рука на боку, ходьба на цыпочках.ходьба на каблуках. ходьба с согнутыми коленями.

Выстраиваться. 4 колонна стоя.

Общеразвивающие упражнения:

1» "воробей полетел"

Расставляем ноги, руки вытянуты в душу, голову поворачиваем справа налево, вниз - вверх 2.«лестница»

Расставляем ноги, руки на душе, 1 – 2 руки на талии ,3-4 плеча, 5-6 вытянуты вверх, 7-8-хлопаем. Повторяем обратное. 5-6 р

прямо .

Рука на боку, ходьба на цыпочках.ходьба на каблуках. ходьба с согнутыми коленями.

Выстраиваться. 4 колонна стоя.

Общеразвивающие упражнения:

1» "воробей полетел"

Расставляем ноги, руки вытянуты в душу, голову поворачиваем справа налево, вниз - вверх 2.«лестница»

Расставляем ноги, руки на душе, 1 – 2 руки на талии ,3-4 плеча, 5-6 вытянуты вверх, 7-8-хлопаем. Повторяем обратное. 5-6 р

за другим и строить по кругу.

2. общеразвивающие упражнения:

1. Упражнения для других

1. вперед

2. вернуться в исходное положение

3. откидывание назад

4. возвращение в исходное положение (2 раза)

2. упражнения для плеч

1.поднятие правого плеча.

2. Исходная поза

3. Подъем левого плеча

4. возвращение в исходное положение (2 раза)

3. упражнения для рук

1. вытяните руки вперед

2. Высокая растяжка

3 растяжка души

4 Возвращение в исходное положение (2

раза)

4. упражнения для талии

1. изгиб вправо

2. вернуться в исходное положение

3. изгиб влево

4. вернуться в исходное положение

5. Упражнения для ног

1. Добавление ноги

2. сгибание колена

3. в исходное положение

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 02-06.10.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель: владеет навыками ходьбы в разных направлениях, прыжков вперед и метания мяча правой и левой рукой.

Ресурсы: гимнастический стул, обручи.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Ход проведения НОК:

1.приветствие детей.

Игра "поезд".

Показать детям мячи в большой корзине.
Забирать мячи у самих детей, водить один за другим и строить по кругу.

2. общеразвивающие упражнения:

Физическая культура

Цель: умеет ползать между предметами, лазить по гимнастической стене.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Общеразвивающие упражнения:

БК: слегка приоткрыта меж ног, держать детенышей на груди.

1.поднимите кубики в руке.

2.сгибание вправо кубами в двойной руке.

3.прибытие в БК.

Физическая культура

Цель: умеет ползать между предметами, лазить по гимнастической стене.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Общеразвивающие упражнения:

БК: слегка приоткрыта меж ног, держать детенышей на груди.

1.поднимите кубики в руке.

2.сгибание вправо кубами в двойной руке.

3.прибытие в БК.

1. Упражнения для других

1. вперед

2. вернуться в исходное положение

3. откидывание назад

**4. возвращение в исходное положение (2
раза)**

2. упражнения для плеч

1.поднятие правого плеча.

2. Исходная поза

3. Подъем левого плеча

**4. возвращение в исходное положение (2
раза)**

3. упражнения для рук

1. вытяните руки вперед

2. Высокая растяжка

3 растяжка души

**4 Возвращение в исходное положение (2
раза)**

4. упражнения для талии

4.изгиб влево кубами на двойную опору.

5.прибытие в БК.

БК: основная стойка, рука внизу.

**1.сидя с вытянутыми вперед кубиками в
руке.**

2.стоять.

3.прибытие в БК.

3. упражнения для мышц ног:

БК: ноги вместе, кубики на груди.

1.прыжки вперед на двух ногах.

2.Прыжки на двух ногах назад.

3.прибытие в БК.

Дыхание:

- стоять прямо;

**- расстояние между ногами размером с
плечо;**

**- поднятие кубиков вверх (глотание
воздуха);**

- выдувание (выдох) кубиков в двойных

4.изгиб влево кубами на двойную опору.

5.прибытие в БК.

БК: основная стойка, рука внизу.

**1.сидя с вытянутыми вперед кубиками в
руке.**

2.стоять.

3.прибытие в БК.

3. упражнения для мышц ног:

БК: ноги вместе, кубики на груди.

1.прыжки вперед на двух ногах.

2.Прыжки на двух ногах назад.

3.прибытие в БК.

Дыхание:

- стоять прямо;

**- расстояние между ногами размером с
плечо;**

**- поднятие кубиков вверх (глотание
воздуха);**

- выдувание (выдох) кубиков в двойных

1. изгиб вправо

руках.

руках.

2. вернуться в исходное положение

3. изгиб влево

4. вернуться в исходное положение

5. Упражнения для ног

1. Добавление ноги

2. сгибание колена

3. в исходное положение

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 09-13.10.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель: научиться метать по мишеням в мешке, визуально дозировать. Умеет подниматься по гимнастической лестнице.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Общеразвивающие упражнения:

БК: слегка приоткрыта меж ног, держать детенышей на груди.

1.поднимите кубики в руке.

2.сгибание вправо кубами в двойной руке.

Физическая культура

Цель: умеет сохранять равновесие в беге, останавливаясь во время бега, меняя направление.

Ресурсы: ленты, мяч, кубики.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Введение

Выстраиваться друг за другом. Прогулка по кругу с маршевым акцентом. Идти по кругу с резким поворотом в обе стороны. Свободно ходить по кругу.1 выстраивание. / снятие с корзины двух лент в строю /

Физическая культура

Цель: умеет сохранять равновесие в беге, останавливаясь во время бега, меняя направление.

Ресурсы: ленты, мяч, кубики.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Введение

Выстраиваться друг за другом. Прогулка по кругу с маршевым акцентом. Идти по кругу с резким поворотом в обе стороны. Свободно ходить по кругу.1 выстраивание. / снятие с корзины двух лент в строю /

3.прибытие в БК.

4.изгиб влево кубами на двойную опору.

5.прибытие в БК.

БК: основная стойка, рука внизу.

1.сидя с вытянутыми вперед кубиками в руке.

2.стоять.

3.прибытие в БК.

3. упражнения для мышц ног:

БК: ноги вместе, кубики на груди.

1.прыжки вперед на двух ногах.

2.Прыжки на двух ногах назад.

3.прибытие в БК.

Дыхание:

- стоять прямо;

- расстояние между ногами размером с плечо;

- поднятие кубиков вверх (глотание воздуха);

стояние от 1 до 4 Лек (колонн).Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения

1.Ноги размером с плечо. Держать тело в вертикальном положении. Лента внизу.

Поверните голову вправо, опустите подбородок на плечо и осторожно поднимите голову, сделав дугу подбородком, и опустите и поднимите. / Повторить 4 раза./

2.замена ленты в правой руке с расставленными ногами-вверх, в левой-вниз с размахом. / 5р/

3. ноги размером с плечо, ленточки в душе, стоя прямо, ноги держатся немного от уровня плеч, ладонями обхватив за талию, частично с телом

стояние от 1 до 4 Лек (колонн).Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения

1.Ноги размером с плечо. Держать тело в вертикальном положении. Лента внизу.

Поверните голову вправо, опустите подбородок на плечо и осторожно поднимите голову, сделав дугу подбородком, и опустите и поднимите. / Повторить 4 раза./

2.замена ленты в правой руке с расставленными ногами-вверх, в левой-вниз с размахом. / 5р/

3. ноги размером с плечо, ленточки в душе, стоя прямо, ноги держатся немного от уровня плеч, ладонями обхватив за талию, частично с телом

**- выдувание (выдох) кубиков в двойных
руках.**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 16-20.10.2023 год

Понедельник

Физическая культура

Цель: умеет махать мячом двойной рукой, бросая его высоко над полом, чередовать удары по полу двойной рукой.

Ресурсы: мячи, кегли.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2. Введение

Выстраиваться друг за другом.

Рука бежит по кругу сверху, кончиками ног.

Среда

Физическая культура

Цель: умеет махать мячом двойной рукой, бросая его высоко над полом, чередовать удары по полу двойной рукой.

Ресурсы: мячи, кегли.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2. Введение

Выстраиваться друг за другом.

Рука бежит по кругу сверху, кончиками ног.

Пятница

Физическая культура

Цель:

Умеет ходить по нарисованной линии, соблюдая интервал, не мешая друг другу.

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие. (следуя инструкциям)

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

1. Упражнения для рук и плеч:

БК: между ног далеко, рука внизу.

а) поднятие рук вверх.

б) раскачиваться в двух душах,

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Ходьба сменным шагом по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения

1. расставляем ноги, делаем красивый носик для Пиноккио. Пиноккио рисует носом «солнышко». / 5 повторений/

2. расставляем ноги, сжимаем кулаки и кладем руки на душу. Чередование правого и левого плеча вверх. / 5 повторений/

3. ноги расставлены. Рука внизу, стоя на цыпочках, вытянув руки вверх. (6 раз)

4. стоя на месте, руки на талии, ноги перед прыжок, чередуя.

5. объединение ног. Прыжки на месте с руками, похожими на кроличьи лапки. / 10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: "каша" с носом

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Ходьба сменным шагом по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения

1. расставляем ноги, делаем красивый носик для Пиноккио. Пиноккио рисует носом «солнышко». / 5 повторений/

2. расставляем ноги, сжимаем кулаки и кладем руки на душу. Чередование правого и левого плеча вверх. / 5 повторений/

3. ноги расставлены. Рука внизу, стоя на цыпочках, вытянув руки вверх. (6 раз)

4. стоя на месте, руки на талии, ноги перед прыжок, чередуя.

5. объединение ног. Прыжки на месте с руками, похожими на кроличьи лапки. / 10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: "каша" с носом

раскачиваться вправо.

б) качание влево.

2. Упражнения для тела:

БК: между ног далеко, рука внизу.

а) поднятие руки вверх.

б) вытягивание вперед.

б) разгрузка.

в) вытянуть обе руки в душу.

г) прибытие в Б. К.

3. БК для ног: стоя прямо, руки внизу.

а) сидя, слегка согнув колени, поднеси их к груди в обеих руках.

б) подпрыгнуть на месте и вытянуть руки в душу.

б) прибытие в Б. К.

Дыхательные упражнения: рисование звука чайника (ш-ш-ш). Сделайте глубокий вдох и выдохните.

Возвращение в исходное положение.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 23-27.10.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Физическая культура

Физическая культура

Цель:

Цель: прыжки в длину с одного места.

Цель: прыжки в длину с одного места.

Умеет ходить по нарисованной линии, соблюдая интервал, не мешая друг другу.

Ресурсы: did материалы

Ресурсы: фотографии, связанные с осенним сезоном..

I. вводная часть.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ряд за ряд.

I. вводная часть.

I. вводная часть.

Приветствие. (следуя инструкциям)

Ряд за ряд.

Ряд за ряд.

Основная часть:

Приветствие. (следуя инструкциям)

Приветствие. (следуя инструкциям)

Общеразвивающие упражнения:

Основная часть:

Основная часть:

1. Упражнения для рук и плеч:

Общеразвивающие упражнения

Общеразвивающие упражнения

БК: между ног далеко, рука внизу.

БК: "развевающийся флаг»

БК: "развевающийся флаг»

а) поднятие рук вверх.

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг

б) раскачиваться в двух душах,

раскачиваться вправо.

б) качание влево.

2. Упражнения для тела:

БК: между ног далеко, рука внизу.

а) поднятие руки вверх.

б) вытягивание вперед.

б) разгрузка.

в) вытянуть обе руки в душу.

г) прибытие в Б. К.

3.БК для ног: стоя прямо, руки внизу.

а) сидя, слегка согнув колени, поднеся их к груди в обеих руках.

б) подпрыгнуть на месте и вытянуть руки в душу.

б) прибытие в Б. К.

Дыхательные упражнения: рисование звука чайника (ш-ш-ш). Сделайте глубокий вдох и выдохните.

Возвращение в исходное положение.

голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/

БК:»качели"

2.Ноги расставлены, флаги внизу.

Размахивание флагами назад и вперед. / 5 раз/

БК:»кто быстрее"

3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.

Б. К.: "Звездочка»

4.держат ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте

БК:»веселый флаг"

5. расставьте ноги, поднимите флаги и прыгайте

вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/

БК:»качели"

2.Ноги расставлены, флаги внизу.

Размахивание флагами назад и вперед. / 5 раз/

БК:»кто быстрее"

3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.

Б. К.: "Звездочка»

4.держат ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте

БК:»веселый флаг"

5.расставьте ноги, поднимите флаги и прыгайте.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 30-03.11.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель. Ходьба по плоскости, может прыгать, двигаясь вперед. Умеет махать мячом двойной рукой в разных позах

Ресурс: гимнастическая стена, мячи.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль, работа с командой.

Ход проведения НОК.

Приветствие детей

Ходьба по кругу, бег.

Выстраивание 4 ряда.

Общеразвивающие упражнения:

1.руки на поясе, голова повернута вправо,

Физическая культура

Цель. Умеет ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие. В разных положениях мяч может перекачиваться двойной рукой.

Ресурс: мяч, короткая веревка, гимнастка скамейка, цветы.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль

Ход учебной деятельности:

Дети выстраиваются в один ряд.

Приветствие.

Мы дружные дети,

Будем как уланы.

Физическая подготовка

Цель. Умеет ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие. В разных положениях мяч может перекачиваться двойной рукой.

Ресурс: мяч, короткая веревка, гимнастка скамейка, цветы.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль

Ход учебной деятельности:

Дети выстраиваются в один ряд.

Приветствие.

Мы дружные дети,

Будем как уланы.

влево полный поворот.

2.ноги расставлены , руки на талии, плечи вверх-вниз.

3.ноги вместе, руки вверх, правая нога назад. Б. К прибытие.

4.ноги вместе, приседания на коленях, руки в поясице, спина к спине вернуться в исходное положение.

5.сидя ноги вместе, руки на земле,поднимая грудь.

6.не совмещать ноги, смотреть по очереди.

7.лежа на груди, поднимая руки и ноги. Сделайте птичий жест.

8.выполнение дыхательного упражнения.

Базовое двигательное упражнение .

1.лазание по гимнастической стене.

2. ударьте и поймайте мяч по полу.

(Ходьба с поднятыми коленями и руками в душе)

1,2,3-вытягиваем руки вверх,

Мы можем пойти одним путем. (Ходьба с поднятыми руками).

Цветок-цветочек,

Излучаем дневной свет (медленный бег)

Таксономия Блума,

косвенный контроль.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц рук и плеч:

»Качаться"

Встанет в исходное положение, ноги будут расставлены, рука будет внизу.

Поднимает руки вверх.

Качается на две души, вправо.

Качается влево. Б; К

Упражнения для мышц тела:

"Путеводитель»

(Ходьба с поднятыми коленями и руками в душе)

1,2,3-вытягиваем руки вверх,

Мы можем пойти одним путем. (Ходьба с поднятыми руками).

Цветок-цветочек,

Излучаем дневной свет (медленный бег)

Таксономия Блума,

косвенный контроль.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнения для мышц рук и плеч:

»Качаться"

Встанет в исходное положение, ноги будут расставлены, рука будет внизу.

Поднимает руки вверх.

Качается на две души, вправо.

Качается влево. Б; К

Упражнения для мышц тела:

"Путеводитель»

БК: основная стойка, рука внизу.

Поднятие цветов в руке вверх.

Вытягивание вперед.

"Сокращение-открытие»

БК: основная стойка, рука внизу.

Поднятие цветов в руке вверх.

Вытягивание вперед.

"Сокращение-открытие»

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 06-08.11.2023 год

Понедельник

Физическая культура

Цель: умеет перекатывать мяч, сидя на земле и сохраняя равновесие по ленте шириной 5-7см.

Ресурсы: мяч, лента

Способ-способ: 4К, тон ребенка, косвенный контроль, работа в команде.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Среда

Физическая культура

Цель: умеет перекатывать мяч, сидя на земле и сохраняя равновесие по ленте шириной 5-7см.

Ресурсы: мяч, лента

Способ-способ: 4К, тон ребенка, косвенный контроль, работа в команде.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Пятница

Физическая культура

Цель: кубики, научиться ходить между ними, бросать мяч вперед.

Ресурс: кубики, кирпичи, плитки.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход учебной деятельности. Приветствие детей.

1.стоять бок о бок.

2.приветствие.

(Следуя инструкциям)

Идем в яблоневый сад

(Идти в один ряд)

"Пингвин" - это ходьба короткими и далекими шагами по внутренней стороне стопы.

Марш по кругу .

Стоять по кругу. (поочередно снимать палочки со стола)

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения.

Палочка

БК:»часы"

**1.Ноги расставлены , палка на талии.
Двигайте головой вправо, влево,
произнося слово "Тик-так". / 6
повторений/**

Б. К.: "водовоз»

2.ноги расставлены, палка на плече, плечи подняты по очереди.

/ 6 повторений/

Б. К.: "водопады»

3.расставив ноги, вытяните палку вверх,

"Пингвин" - это ходьба короткими и далекими шагами по внутренней стороне стопы.

Марш по кругу .

Стоять по кругу. (поочередно снимать палочки со стола)

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения.

Палочка

БК:»часы"

**1.Ноги расставлены , палка на талии.
Двигайте головой вправо, влево,
произнося слово "Тик-так". / 6
повторений/**

Б. К.: "водовоз»

2.ноги расставлены, палка на плече, плечи подняты по очереди.

/ 6 повторений/

Б. К.: "водопады»

3.расставив ноги, вытяните палку вверх,

Собираем яблоки

(Поднимите руки вверх и положите их на талию)

**Входит одной цепью и встает в один ряд.
Беги медленно, быстро, (беги)**

Вдыхаем воздух и дышим.

**Вдыхая воздух через нос, выдыхая ртом,
поворачивая руки в стороны)**

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения:

(С шарами)

1.Упражнения для мышц рук и плеч.

**БК: стоять прямо, держать мяч двойной
рукой.**

1.вытяните мяч из руки вперед.

2.касание мяча правым плечом.

3.вытяните мяч из руки вперед.

4.удар шариком по левому плечу.

5. прибытие в БК.

согните справа – слева, слева - справа.

согните справа – слева, слева - справа.

2. упражнения для мышц тела:

**БК: между ног немного приоткрыта, рука
внизу.**

1.поднятие двойной руки вверх.

2.растяжка с наклоном вперед.

3. двойной

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 11-15.12.2023 год

Понедельник

Физическая культура

Цель: кубики, научиться ходить между ними, бросать мяч вперед.

Ресурс: кубики, кирпичи, плитки.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК

Приветствие детей.

1.стоять бок о бок.

2.приветствие.

(Следуя инструкциям)

Идем в яблоневый сад

(Идти в один ряд)

Среда

Физическая культура

Цель: научиться бросать мяч вперед обеими руками и перепрыгивать через лежащую на земле нить.

Ресурс: кубики, кирпичи, плитки.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Слушая знак воспитателя, он идет по кругу строем.

Пятница

Физическая культура

Цель: научиться бросать мяч вперед обеими руками и перепрыгивать через лежащую на земле нить.

Ресурс: кубики, кирпичи, плитки.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Слушая знак воспитателя, он идет по кругу строем.

Собираем яблоки

(Поднимите руки вверх и положите их на талию)

**Входит одной цепью и встает в один ряд.
Беги медленно, быстро, (беги)**

Вдыхаем воздух и дышим.

**Вдыхая воздух через нос, выдыхая ртом,
поворачивая руки в стороны)**

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Общеразвивающие упражнения:

(С шарами)

1.Упражнения для мышц рук и плеч.

**БК: стоять прямо, держать мяч двойной
рукой.**

1.вытяните мяч из руки вперед.

2.касание мяча правым плечом.

3.вытяните мяч из руки вперед.

4.удар шариком по левому плечу.

5. прибытие в БК.

Замена ходьбы легким бегом.

а) ходьба на цыпочках.

б) ходьба на каблуках.

б) ходьба по внешней стороне стопы.

в) ходьба на животе.

г) прыжки кроликом.

Прямое наблюдение, таксономия Блума

Общеразвивающие упражнения:

**1.Б. К рука на талии 1-4 вправо, 5-8 влево
поворот головы.**

**2.Б. К обе руки на плече 1-4 вперед, 4-8
назад.**

**3.Б. к правая рука вверх, левая рука вниз.
1-4 правой руки отведем назад, 5-8 левой
рукой.**

**4.Б. к правая рука вверх, левая рука на
тали. 1-2-3 владение телом слева - 4 п. л.
1-2-3 владение телом справа-4 п. л.**

**5.Б. к. обе руки на талии. 1-4 поворота
тали. вправо, 5-8 поворотов влево.**

Замена ходьбы легким бегом.

а) ходьба на цыпочках.

б) ходьба на каблуках.

б) ходьба по внешней стороне стопы.

в) ходьба на животе.

г) прыжки кроликом.

Прямое наблюдение, таксономия Блума

Общеразвивающие упражнения:

**1.Б. К рука на талии 1-4 вправо, 5-8 влево
поворот головы.**

**2.Б. К обе руки на плече 1-4 вперед, 4-8
назад.**

**3.Б. к правая рука вверх, левая рука вниз.
1-4 правой руки отведем назад, 5-8 левой
рукой.**

**4.Б. к правая рука вверх, левая рука на
тали. 1-2-3 владение телом слева - 4 п. л.
1-2-3 владение телом справа-4 п. л.**

**5.Б. к. обе руки на талии. 1-4 поворота
тали. вправо, 5-8 поворотов влево.**

2. упражнения для мышц тела:

6. Б. К обе руки на талии, ноги

6. Б. К обе руки на талии, ноги

**БК: между ног немного приоткрыта, рука
внизу.**

1.поднятие двойной руки вверх.

2.растяжка с наклоном вперед.

3. двойной

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 18-22.12.2023 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель. Умеет ходить прямо, положив руки на талию по тонкой веревке, и ходить по гимнастической доске.

Ресурс: веревки, гимнастические доски.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

/ с лентой, мелодией/

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Между предметами, помещенными по кругу, в разных ситуациях: держать руки за талию, отпускать из стороны в сторону,

Физическая культура

Цель. Умеет ходить прямо, положив руки на талию по тонкой веревке, и ходить по гимнастической доске.

Ресурс: веревки, гимнастические доски.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

/ с лентой, мелодией/

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Между предметами, помещенными по кругу, в разных ситуациях: держать руки за талию, отпускать из стороны в сторону,

Физическая культура.

Цель. Сидя на большом резиновом мяче, он может прыгать вперед на расстояние. Умеет метать мяч правой и левой рукой в вертикально поставленную цель с расстояния 2.3 м.

Ресурс: мяч, куб, кегли, флаги.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль

Ход проведения НОК:

1. приветствие детей.

Игра "поезд".

Показать детям мячи в большой корзине. Забирать мячи у самих детей, водить один за другим и строить по кругу.

держат спину.

Парный бег по кругу, держа тело прямо.

Свободно ходить по кругу.

1 выстраивание.

Встать с 1-го ряда на 4 звена. / снятие двух лент из корзины в строю/

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.
Лентамен

БК: "поворот головы»

1.Ноги размером с плечо. Держите тело прямо, лента внизу.стоя прямо, руки следует держать за талию, при счете 1-2-3-4 голову следует повернуть вправо, а затем в следующую сторону. / Повторить 5 раз./

держат спину.

Парный бег по кругу, держа тело прямо.

Свободно ходить по кругу.

1 выстраивание.

Встать с 1-го ряда на 4 звена. / снятие двух лент из корзины в строю/

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение, таксономия Блума.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.
Лентамен

БК: "поворот головы»

1.Ноги размером с плечо. Держите тело прямо, лента внизу.стоя прямо, руки следует держать за талию, при счете 1-2-3-4 голову следует повернуть вправо, а затем в следующую сторону. / Повторить 5 раз./

2. общеразвивающие упражнения:

С флагом.

1.флаг Б. к. н. т. ниже, флаг 1 впереди ; флаг 2 вверх; флаг 3 сбоку; 4 - флаг прибытие. (бег)

2.Б. к. н. т. флаг внизу; 1-сделать шаг вперед правой ногой, флаг сбоку; 2-Б. К. прибытие.Повторение левой ногой.(6-7 раз)

3. Б. К. сидя на полу, флаг перед грудью; 1 - шаг вперед и перенос флага на правую ,левую ногу; 2 - прибытие в Б. К. (6-8 раз)

4.п. п. встать на колени, флаг перед грудью, повернуть направо, налево, размять флаг в стороны; 2-п. п. прийти. (бег)

5. В. К. Н. Т. флаг ниже; 1-2-

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 25-29.2023 год

Понедельник

Физическая культура

Цель: выполнять работу вчетверо под веревкой до цели,

наклон может идти по доске.

Ресурсы: шар, дуга, корзина

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в команде.

Ход организованной учебной деятельности.

1.выстроитесь в ряд.

2.приветствие.

(Следуя инструкциям)

»Лесные звери"

Среда

Физическая культура

Цель: по кругу двигают руками по разным позам.

Ресурсы: дуга, круг 2

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в команде.

Ход организованной учебной деятельности.

Приветствие .

· Маршевая ходьба; * виды ходьбы: -

Ходьба на цыпочках; - ходьба на каблуках; - ходьба в прыжках; - ходьба на коленях; - бег. - Дыхательное упражнение. Деление на 3 колонии.

Группировка

Пятница

Физическая культура

Цель:

Бег с небольшим мячом между кегелями, гимнастический стул может ходить сверху, руки на талии.

Ресурсы: султанчик для каждого ребенка, гимнастический стул, небольшой мешок с песком.

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в команде.

Ход организованной учебной деятельности.

Приветствие.

* Маршировать;

1.«медведь»

Держа руки за талию (корбандап), твердо наступайте на ноги.

2.«Лиса»

Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии.

3. " Кужек»

Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью.

4.«Волк»

Медленный бег, быстрый бег.

Общеразвивающие упражнения:

1.Упражнения для мышц рук и плеч.

БК: стоять прямо, держать мяч двойной рукой.

1.вытяните мяч из руки вперед.

2.касание мяча правым плечом.

3.вытяните мяч из руки вперед.

4.удар шариком по левому плечу.

Дифференциация через продукт

Общеразвивающие упражнения:

1. Упражнения для других: руки на талии, ноги стоят вместе, голова поворачивается вправо, влево

2. Упражнения для плеч: руки на талии, ноги стоят вместе, плечи поочередно поднимать

3. упражнения для рук: 1. 2 поднятие руки вверх

2. 2 руки перед собой

3. поднесите 2 руки к себе

4. упражнения для талии: 2 руки на талии, ноги расставлены, поворот направо, налево

5. Упражнения для ног: 5 раз на правой ноге, 5 раз на левой ноге, 5 раз на обеих ногах

6. Сделайте глубокий вдох.

* Типы походки:

- Ходьба на цыпочках;

- Ходьба на каблуках;

- Прыжки;

- Ходьба на коленях;

- Беги.

- Дыхательное упражнение.

Метод группировки. Дифференциация.

Деление на 3 колонии.

Общеразвивающие упражнения:

(выполняется султанчиком) 1.б. п., держать руки за талию, расставлять ноги, вращать голову в правом и левом направлениях.

2. Б. К держать руки скрещенными пальцами на затылке, раздвинуть между ног, повернуть грудь вправо, влево.

3.Б. К. опускать руки, расставлять ноги, вытягивать руки в стороны, наклоняться к правой ноге, касаться руками кончиков ног, Б. К. приходить, повторять влево.

5. прибытие в БК.

2. упражнения для мышц тела:

**БК: между ног немного приоткрыта, рука
внизу.**

1.поднятие двойной руки вверх.

2.растяжка с наклоном вперед.

3.поднесите двойную руку к груди.

4. прибытие в БК.

**4. Б. К. включаем пятку, открываем конец
стопы и берем руку**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана:.. 08-12.12.2021 год

Понедельник

Физическая культура

Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свое место и уметь правильно стоять, правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения.

Ресурсы: мешок с песком, корзина для каждого ребенка

Метод-способ: работа в 4команде, тон ребенка, дифференциация, массовый контроль.

Ход организованной учебной деятельности.

Приветствие детей

»Лесные звери"

Среда

Физическая культура

Цель: бегать в разных темпах в заданном направлении, ходить на скамейке гимнастика и знать навыки медленного вращения на одном месте.

Ресурсы: гимнастический стул, палка для каждого ребенка, карман с песком

Метод-способ: 4К, тон ребенка, дифференциация, массовый контроль.

Ход организованной учебной деятельности.

Приветствие детей

Выполнение общеразвивающих упражнений

для инструктаж по делению на три ряда

Пятница

Физическая культура

Цель:

Кегли умеют поднимать мяч между собой, прыгать с высоты 15 см, стоя на месте.

Ресурсы: мяч, дуга для каждого ребенка

Метод-способ: 4К детский тон, дифференциация, массовый контроль.контроль

Ход организованной учебной деятельности.

Приветствие детей

Выполнение хода и пробега поочередно. Беги брызгами, держись за три круга.

1. общеразвивающие

1.«медведь"

Держа руки за талию (корбандап), твердо наступайте на ноги.

2.«Лиса"

Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии.

3. " Кужек»

Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью.

4.«Волк"

Медленный бег, быстрый бег.

Метод "группировки" выстраивание в 3 ряда.

Общеразвивающие упражнения:

Тип упражнения: мешок с песком. Часть 5

1.расставьте ноги, мешочек внизу, вытяните мешок вперед, поднимите его, опустите. от-поза.5-6 раз.

2.Держите обруч вперед обеими руками. Касание сумки правой и левой ногами первая поза.

1. общеразвивающие

упражнения:Упражнения с палочкой

1.расставьте ноги, палка внизу, палка

вытягивание вперед, подъем вверх, опускание. Б. К..5-6 раз.

2.Держите палку вперед обеими руками.Вытягивание вправо, удержание вперед ,вытягивание влево, удержание вперед.Б. К 5рет

3.Держите палку обеими руками.Наклонитесь, пока не коснетесь пола.Выпрямление.5-6рет

4.Сидя с вытянутыми ногами.

Растяжка палки касание кончика ноги

5.Положите палку на пол.

Прыжки, ходьба на месте в шагах, повторные прыжки.

Дыхание. Стоя прямо, ноги держатся на расстоянии друг от друга, руки поднимаются над головой и соединяются, как "хижина", втягивая дыхание внутрь,

упражнения:Упражнения с мячом

1.расставьте ноги, мяч внизу, мяч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.5-6 раз.

2.Держите мяч вперед обеими руками. Перекатывание мяча на правую и левую ноги.Исходная поза.

3.держать мяч обеими руками.Наклонитесь, пока не коснетесь пола..

4.Сидя на коленях.

Вращение мяча вправо, влево.

5.положите мяч на пол.

Прыжки вокруг мяча, ходьба на месте с шагом, отскок назад.

Контроль: не прямой, массивный, прямой 2основные упражнения на движение.

1.проход под дугой.

2. трехногий велосипед

3.держите сумку обеими руками.На пол

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 15-19.12.2021 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель: развитие мышц плеч, рук и ног путем поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, выполнения новых видов движений. При выполнении упражнений умеет правильно держать тело и визуально ориентироваться.

Ресурсы: гимнастический стул, кубик

Метод-способ: работа в 4ккоманде, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход организованной учебной деятельности. 1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Метод "группировки"

Физическая культура

Цель: овладевает навыками выполнения прыжков с предмета, лежащего на полу, бега с одной стороны площадки на другую до флажка.

Ресурсы: мяч, нить

Метод-способ: работа в 4ккоманде, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход организованной учебной деятельности. 1.приветствие.

2.ходить по кругу.

Следовать за воспитателем, бегать

Упражнения на подвижное письмо

- Ходьба на цыпочках, держа руки вверх.

Физическая культура

Цель. Умеет ходить в строю цепями, греметь змейкой и интенсивно менять по знаку.

Ресурсы: доска, нить

Способ-способ: 4К, детский тон, контроль: прямой, массовый

Ход организованной учебной деятельности. Ходить по кругу за воспитателем.

Приветствие детей

»Лесные звери"

1.»медведь"

Держа руки за талию (корбандап), твердо

Выстроиться в 4 ряда	- Обе руки на пятке на талии	наступайте на ноги.
Общеразвивающее упражнение-лары. Без инструментов	- Обе руки идут по внутренней и внешней стороне стопы на талии.	2.»Лиса"
1.расставьте ноги, рука внизу, вытяните руки рядом, опустите, исходная поза.	- Обычный легкий бег.	Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии.
2.дойти до места.	Метод "группировки"	3. " Кужек»
Лодки плывут по воде.	Встать на АП 4 ряда.	Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью.
3..Лежа на спине.	С нитью	4.»Волк"
Велосипед едет пинаем	1.расставьте ноги. Удерживая нить в груди, вытягивая вперед, поднимая вверх, забивая вперед, исходная поза. 5-6 раз	Медленный бег, быстрый бег.
4.Сидя с вытянутыми ногами, поддерживая руки,поднимая колени и подтягивая живот.	2.сидеть и стоять. Удерживая нить в груди, сидя, вытягивая нить вперед, стоя исходная поза. 4-5 раз.	Общеразвивающие упражнения: 1. растяжка.. Расставьте ноги, обруч внизу, вытяните обруч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.5-6 раз. 2.держать обруч на груди обеими руками. Поверните направо, налево и вытяните руки.
5.Прыжки на двух ногах с руками на талии, ходьба стоя на одном месте, повторный прыжок.	3.сидеть. Расставьте ноги. Удерживая струну вперед, наклонитесь, чтобы коснуться кончика правой ноги, так к левой ноге. 5-раз	3.сидя, обруч держать обеими руками вниз. Подтягивание обруча вверх, опускание вниз между двумя пятками, повторение.5-6 раз.
Дыхательные упражнения: надуть воздушный Шар вдохните через нос и выдохните через рот.	4.лежа на спине. Удерживая струну над головой, коснитесь струны кончиком ноги, приподняв ногу.Правая нога, левая нога. 5-6 раз.	4.сидение на ногах. Держать обруч в вертикальном положении, наклоняться вправо, влево.
Возвращение в исходное положение.	5. нить	

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 22-26.12.2021 год

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая культура	Физическая культура	Физическая культура
Цель: развитие мышц плеч, рук и ног путем поддержания равновесия и укрепления мышц рук и ног, выполнения новых видов движений. При выполнении упражнений умеет правильно держать тело и визуально ориентироваться.	Цель: Прыжки с предмета, лежащего на полу бег с одной стороны площадки на другую активизация движений, ползание по дороге к флагу. Ресурсы: вещи	Цель: поддерживать равновесие и укреплять мышцы рук и ног, создавая новые виды движений
Ресурсы: обруч на каждого ребенка, мяч	Способ-способ: 4К, тон ребенка, контроль	Ресурсы: гимнастический стул
Способ-способ: 4К, тон ребенка, контроль	Ход организованной учебной деятельности.	Способ-способ: 4К, тон ребенка, контроль
Ход организованной учебной деятельности.	Приветствие детей.	Ход организованной учебной деятельности.
Выстраиваться.	Упражнения на подвижное письмо	Выстраиваться.
Бег по кругу, хлопая коленями, держа тело прямо .	- Ходьба на цыпочках, держа руки вверх.	Бег по кругу, хлопая коленями, держа тело прямо .
		Рука на боку, ходьба на цыпочках.ходьба

Рука на боку, ходьба на цыпочках.ходьба на каблуках. ходьба с согнутыми коленями.

Метод» группировка " дифференциация

Выстраиваться. 4 колонна стоя.

Общеразвивающие упражнения:

1.расставьте ноги, обруч внизу,вытяните обруч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.5-6 раз.

2.держат обруч на груди обеими руками. Поверните направо, налево и вытяните руки.

3.сидя, обруч держать обеими руками вниз. Подтягивание обруча вверх, опускание вниз между двумя пятками, повторение.5-6р.

4.сидение на ногах. Держать обруч в вертикальном положении, наклоняться вправо, влево.

5.Лежа на спине.Обруч выше головы. Держа ногу прямо, прикоснись обручем к колену.

6. Обруч

- Обе руки на пятке на талии

- Обе руки идут по внутренней и внешней стороне стопы на талии.

- Обычный легкий бег.

Выстраиваться. 4 колонна стоя.

Общеразвивающие упражнения:

1» "воробей полетел"

Расставляем ноги, руки вытянуты в душу, голова справа налево, поворот вниз - вверх 5-6р

2.»лестница"

Расставляем ноги, руки на душе, 1 – 2 руки на талии ,3-4 плеча, 5-6 вытянуты вверх, 7-8-хлопаем. Повторяем обратное. 5-6 раз

3.»растяжка веревки"

Расставив ноги, кладем руки на грудную клетку, 1-правой рукой вверх, 2-левой рукой вниз. Сделайте 3-4 движения в обратном направлении.

/6

на каблуках. ходьба с согнутыми коленями.

Метод» группировка " дифференциация

Выстраиваться. 4 колонна стоя.

Выстраиваться.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.бег трусцой, держа тело в вертикальном положении .

ходьба короткими и далькими шагами по внутренней стороне стопы.

Размещение 4 колонн из строя.

Общеразвивающие упражнения

"День-ночь»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза. 6-р

»Сгибатели"

2. Ноги расставлены, руки в душе, 1-2-сгибаемся вправо, слегка согнув колено

правой ноги, 3-4

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 29.12-03.01.2023-2024 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель. Умеет правильно выполнять общеразвивающие упражнения, отбивать мяч, ходить на гимнастическом стуле.

Ресурсы: мяч, гимнастический стул

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в команде.

Ход учебной деятельности.

Приветствие детей

1.выстроитесь в ряд.

2.приветствие.

(Следуя инструкциям)

Общеразвивающие упражнения:

Физическая культура

Цель. Умеет ходить в строю, ходить на цыпочках. Двойной прыжок, и «змейка» может ползти по заданным предметам.

Ресурсы: нить, кубики.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка.

Ход проведения НОК

Приветствие детей

Общеразвивающие упражнения:

- ходьба на одной цепи с поднятыми руками;

- ходьба с руками на талии.

Физическая культура

Цель: умеет ходить на цыпочках, положив руки на талию между предметами.

Ресурсы: Флаги,

Мячи

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка.

Ход проведения НОК

Приветствие детей

Бег с поднятыми коленями;

- Брось пятку в бедро беги;

- Бег, указывая головой вперед;

- Бег по кругу правой, левой и рукой;

1) колы на талии, голова вперед, повернуть назад, вправо, влево: 2) повернуть обе руки 4-раз прямая рука вперед, 4-раз назад 3) правая рука вверх, левая кол ниже на 1,2 смахивание рук назад-вперед, на 3-4 смещения. 4) держать руки перед грудью: 1,2 отведения назад, 3,4 отведения вправо в сторону, 3,4 отведения влево. 5) ходьба с наклоном вперед на каждом шагу. 6) ходьба с частичным сгибанием колена: 7) Прыжки на правой ноге 8) Прыжки на левой ноге 9) 2-я ходьба на ногах	- медленный бег. Входит одной цепью и выстраивается в один ряд. 1. Упражнения для других: руки на талии, ноги стоят вместе, голова поворачивается вправо, влево 2. Упражнения для плеч: руки на талии, ноги стоят вместе, плечи поочередно поднимать 3. упражнения для рук: 1. 2 поднятие руки вверх 2. 2 руки перед собой 3. поднесите 2 руки к себе 4. упражнения для талии: 2 руки на талии, ноги расставлены, поворот направо, налево 5. Упражнения для ног: 5 раз на правой ноге, 5 раз на левой ноге, 5 раз на обеих ногах	- Бег с задом; - Просто беги; Критическое мышление, массовое наблюдение. Общеразвивающие упражнения: (выполнение с флажками): БК: стоять, слегка расставив ноги и опуская флаги. Поднимая флаги вверх, скрещивая их, стуча друг о друга, опуская вниз. БК: держать флаги на плечах, слегка расставив ноги. Сидя, вытянув флаги вперед, вставая, возвращаясь в БК. БК: стоя на коленях, опуская флаги. Поднятие флагов вверх, размахивание ими вправо и влево, назад к. БК: стоять, слегка расставив ноги и опуская флаги. Прыжки на двух ногах на одном месте с заменой ходьбой (2 раза).
--	--	---

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 03-07.01.2024 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель. Может ходить по тонкой веревке, сохраняя равновесие, ползая под арками..

Ресурсы: тонкая веревка, дуга.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Ходить по кругу на цыпочках, держа руки натянутыми, на плечах.

Бегайте по кругу, держась друг за друга за руки.

Свободно ходить по кругу.1 выстраивание.

Физическая культура

Цель. Может прыгать с одного конца зала.

Прохождение под дугой,

- Обруч умеет подбрасывать мяч обеими руками.

Ресурсы: нить,, дуга, обруч.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом.

Держать тело в вертикальном положении.

Между предметами, помещенными по кругу, в разных ситуациях: держать руки за талию, отпускать из стороны в сторону,

Физическая культура

Цель.Может перекатывать мяч друг на друга,ходить по доске, прыгать от обруча к обручу.

Ресурсы: тонкая веревка, дуга.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

/ палочкой, мелодией/

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Бег по кругу, держа тело в вертикальном

Встать с 1-го ряда на 4 звена. / получение одного мяча из корзины в строю/

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

/ с мячом, с музыкой/

БК: игра» Буратино"

1.расставим ноги, мяч рядом. Делаем красивый носик для Пиноккио.

Пиноккио пишет носом цифры "2,3". / Повторить 4 раза/

Б. К.: "стрейч»

2.ноги расставлены, мяч находится в руке, 1 - согнуть правую ногу, 2 - Согнуть вперед к согнутой ноге, повторяя то же движение с другой ногой.

/ Повторить 6 раз./

Б. К.: "баурсак»

3. ноги

держат спину.

Парный бег по кругу, держа тело прямо.

Свободно ходить по кругу.

1 выстраивание.

Встать с 1-го ряда на 4 звена. / снятие двух ниток из корзины в строю/

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения. Комплекс упражнений на шпагат часть 5 растяжка расставьте ноги. Держа нить на груди, вытягивая вперед, поднимая вверх, забивая вперед, начиная с позы. 5-6 раз. Сидеть. Расставьте ноги. Удерживая струну вперед, наклонитесь, чтобы коснуться кончика правой ноги, так к левой ноге. 5-раз сесть и встать. Удерживая нить в груди, сидя, вытягивая нить вперед, стоя исходная поза. 4-5 раз. Лежа на спине. Испытайте нить

положении

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Нормальная, мягкая походка со всей подошвой на боку.

Рука оживленнаяходя с наклоном тела вперед плавным шагом.

Просто ходить по кругу .

1 выстраивание.

Встать с 1-го ряда на 4 звена. (поочередно снимая палку со стола)

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Б. К. « " цыпленок пил воду»

1.Ноги размером с плечо. Палка позади. 1-4-медленно поднимайте палку вверх от спины, вытягивая голову вперед. / 6 повторений/

БК: "Танцующий кот »

2.Вытяните штанину вверх, вправо, влево, держа палку за оба конца, расставив ноги. «м-я-у " При каждом натяжении

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 10-14.01.2024 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Гимнастическая стена лазать по чередующимся ступеням вверх-вниз.

может положить другие маленькие мешочки и пропускать вещи.

Ресурсы: гимнастическая стена, мешок с песком, палки.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Среда

Физическая культура

Цель:

Двигательная активность увеличивается при поддержании равновесия, отбрасывает и отбивает мяч друг от друга снизу.

Ресурсы: бревно, мяч, флаги

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Прогулка по кругу с маршевым акцентом.

Бег по кругу, держа тело в вертикальном

Пятница

Физическая культура

Цель: правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения.

Ресурсы: гимнастический стул, мешок с песком, полотенце

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Прогулка по кругу с маршевым акцентом.

Бегите по кругу, держась друг за друга за руки.

Бег по кругу со скрещенными ногами .	положении.	Рука выше, ходьба на цыпочках.
Ходьба рука сбоку, нога снаружи.	Рука выше, ходьба на цыпочках.	Рука в душе, ходьба на каблуках.
Ходьба рукой по бокам, ногой по животу.	Рука в душе, ходьба на каблуках.	ходьба по кругу, держась за руки и сидя
Ходьба, чередующаяся с частыми и широкими шагами в руке.	Лететь самолетом.	Свободно ходить по кругу.
Марш по кругу .	Свободно ходить по кругу.	1 выстраивание.
1 выстраивание. (поочередно снимать палочки со стола)	1 выстраивание. / снятие двух флажков из корзины в строю/	Встать с 1-го ряда на 4 звена. / снятие с корзины одного платка в ряд/
Встать с 1-го ряда на 4 звена.	Встать с 1-го ряда на 4 звена. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	Держитесь на расстоянии, вытянув руки
Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	Основная часть:	Основная часть:
Основная часть:	Общеразвивающие упражнения.	Общеразвивающие упражнения:
Общеразвивающие упражнения	/ с флагом, мелодией/	/ с платком/
/ палочкой/	БК: "красно-зеленый»	Б. К:»дразнить"
БК:»часы"	1.Ноги размером с плечо. Поднесите флаг к груди. 1 - Когда мы говорим» красный«, мы поворачиваем шею к красному флагу, 2 - Когда мы говорим» зеленый", мы поворачиваем шею к зеленому флагу. / 6 повторений/	1.Ноги расставлены , полотенце под рукой. Положив голову на правое, левое плечо. Произнесение слова» А-я-я-Я-й". / 6 повторений/
1.Ноги расставлены , палка на талии. Двигайте головой вправо, влево, произнося слово "Тик-так".	Б. К. «»путеводитель"	Б. К.: "Маятник»
/ 6 повторений/	2.ноги вместе, флаги в душе. 1-локоть	2.Ноги расставлены , платок на талии. 1-руки вперед стоя, 2-в стороны,
БК: "Собери силы»		3-подъем вверх, поочередно 4-6
2.Ноги расставлены, палка находится на		

груди. Поднимите и опустите палку. /6

правой руки слева,

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 17-21.01.2024 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Может выполнять такие виды упражнений, как ходьба в строю, остановка по знаку и упражнения.

Ресурсы: корзина, полотенце.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Ходите прямо по кругу, держа туловище прямо и не сгибая ноги.

Бег по кругу, скрещивая ноги, держа туловище прямо.

Среда

Физическая культура

Цель. На полу прыгает на расстояние 10-20см, может ходить с подтягиванием живота над гимнастическим стулом.

Ресурсы: мешок, гимнастический стул

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении. Ходьба рука сбоку, нога снаружи. Ходьба короткими и дальними шагами по внутренней стороне стопы. Марш по кругу.

Пятница

Физическая культура

1. Цель:

Бег с небольшим мячом между кегелями, гимнастический стул может ходить сверху, руки на талии.

Ресурсы: мяч, кегли, гимнастический стул

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Приветствие детей

»Лесные звери"

1.»медведь"

Держа руки за талию (корбандап), твердо

Ходьба с внешней стороны ноги на боку.

Ходьба на боку руками по животу ног.

Просто ходить по кругу .

1 выстраивание.

Встать с 1-го ряда на 4 звена. / вынимая из корзины по одному платку, стоя в ряд/ держа руки вытянутыми и держась на расстоянии.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения

/ с платком, мелодией/

Б. К.:»легкие"

1.Ноги расставлены, полотенце сбоку.

Поворачивать голову вниз на носовой платок справа и слева. / 6 повторений/

БК: "подвижное плечо»

2.ноги в объеме плеч, носовой платок в плече, плечи назад –вперед, вверх – вниз. / 6 повторений/

БК: "удивительная Радуга»

3.ноги расставлены, платок на талии.

1 выстраивание. (брать палку за стол по одному)

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

1. общеразвивающие упражнения:

/ палкой, бубеном/

БК:»часы"

1.Ноги расставлены , палка на талии.

Двигайте головой вправо, влево, произнося слово "Тик-так". / 6 повторений/

Б. К.: "водовоз»

2.ноги расставлены, палка на плече, плечи подняты по очереди.

/ 6 повторений/

БК:»окно"

3.взяв палку в руку, расставив ноги, Встаньте, скрестив ноги, и поверните туловище вправо-влево./ 6 повторений/

наступайте на ноги.

2.»Лиса"

Держа руку в душе, (хитро) идти по одной линии.

3. " Кужек»

Прыгайте на двойных ногах, сгибая руки перед грудью.

4.»Волк"

Медленный бег, быстрый бег.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения: 1. растяжка.. Расставьте ноги, обруч внизу, вытяните обруч вперед, поднимите вверх, опустите. от-поза.5-6 раз. 2.держать обруч на груди обеими руками. Поверните направо, налево и вытяните руки.

3.сидя, обруч держать обеими руками вниз. Подтягивание обруча вверх, опускание вниз между двумя пятками, повторение.5-6рэт.

4.сидение на ногах. Держать обруч в вертикальном положении, наклоняться

носовой платок правый-левый

вправо, влево.

**5. Лежа на спине. Обруч выше головы.
Держа ногу прямо, прикоснись обручем к
колену.**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 24-28.01.2024 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Может ходить цепным строем, поднимать и опускать руки вверх, прыгать с предмета, лежащего на полу.

Ресурсы: мячи, гимнастическая стена

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Рука выше, ходя по кругу кончиками ног.

Бег по кругу.

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Среда

Физическая культура

Цель: умеет ходить по кругу, держась за нитку, соблюдать баланс между двумя линиями.

Ресурсы: нить, мяч

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Рука выше, ходя по кругу кончиками ног.

Бег по кругу.

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Пятница

Физическая культура

Цель. Ходьба на цыпочках и пятках, движение под веревкой к стулу и бег между кубиками.

Ресурсы: палки, веревки, кубики

Методы: модель 4К, наблюдение, дифференциация,

Вводная часть:

Один за другим. Держите тело прямо.

Двигайтесь по кругу, удерживая туловище в вертикальном положении.

Чередуйте частые и широкие шаги.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Ходьба руками по бокам, ногами на

Просто ходить по кругу

1 выстраивание. / получение одного мяча из корзины в строю/

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

Б. К.:»правое - левое"

1.Ноги размером с плечо. Мяч в руке. Переместите мяч вправо и положите голову на правое плечо. Сказать "правый". Переместите мяч влево и положите голову на левое плечо. Сказать "левый". / 6 повторений/

БК:»слон"

2. стоя прямо, держа ноги на расстоянии друг от друга, опуская руки вниз и скрещивая руки в области живота, одновременно поднимая обе руки вверх и наклоняясь вперед, опуская руки до плеч.,

Просто ходить по кругу

1 выстраивание. / получение одного мяча из корзины в строю/

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

Б. К.:»правое - левое"

1.Ноги размером с плечо. Мяч в руке. Переместите мяч вправо и положите голову на правое плечо. Сказать "правый". Переместите мяч влево и положите голову на левое плечо. Сказать "левый". / 6 повторений/

БК:»слон"

2. стоя прямо, держа ноги подальше друг от друга, опуская руки вниз и скрещивая их в области живота, одновременно поднимая обе руки вверх и наклоняясь вперед, опуская руки до плеч и поворачивая тело на 90 градусов,

животе.

Просто идите по кругу .

1 ряд. (возьмите палку на стол по одной)

Стояние от 1 до 4 потоков (столбец).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

(с палочкой)

СП: "кошка проснулась"

1.растяжка, при которой ноги расставлены, держа палку за оба края, вытягиваются вверх, вправо, влево. сказать "м-я-у" При каждом напряжении.

/ Повторить 6 раз./

Б. К." "стук ковра"

2.Ноги расставлены, палка держится руками внизу. Палка вверх

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 31.01-04.02.2024 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Может ходить цепным строем, поднимать и опускать руки вверх, прыгать с предмета, лежащего на полу.

Ресурсы: мячи, гимнастическая стена

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Рука выше, ходя по кругу кончиками ног.

Бег по кругу.

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Среда

Физическая культура

Цель: умеет ходить по кругу, держась за нитку, соблюдать баланс между двумя линиями.

Ресурсы: нить, мяч

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Рука выше, ходя по кругу кончиками ног.

Бег по кругу.

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Пятница

Физическая культура

Цель. Ходьба на цыпочках и пятках, ползание под веревкой к стулу и бег между кубиками.

Ресурсы: палки, веревки, кубики

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Чередуйте частые и широкие шаги.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Просто ходить по кругу

1 выстраивание. / получение одного мяча из корзины в строю/

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

Б. К.:»правое - левое"

1.Ноги размером с плечо. Мяч в руке. Переместите мяч вправо и положите голову на правое плечо. Сказать "правый". Переместите мяч влево и положите голову на левое плечо. Сказать "левый". / 6 повторений/

БК:»слон"

2. стоя прямо, держа ноги на расстоянии друг от друга, опуская руки вниз и скрещивая руки в области живота, одновременно поднимая обе руки вверх и наклоняясь вперед, опуская руки до плеч.,

Просто ходить по кругу

1 выстраивание. / получение одного мяча из корзины в строю/

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

Б. К.:»правое - левое"

1.Ноги размером с плечо. Мяч в руке. Переместите мяч вправо и положите голову на правое плечо. Сказать "правый". Переместите мяч влево и положите голову на левое плечо. Сказать "левый". / 6 повторений/

БК:»слон"

2. стоя прямо, держа ноги подальше друг от друга, опуская руки вниз и скрещивая их в области живота, одновременно поднимая обе руки вверх и наклоняясь вперед, опуская руки до плеч и поворачивая тело на 90 градусов,

Ходьба рукой по бокам, ногой по животу.

Просто ходить по кругу .

1 выстраивание. (брать палку за стол по одному)

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

(с палочкой)

БК: "кошка проснулась »

1.растяжка, при которой ноги расставлены, держа палку за оба края, тянется вверх, вправо, влево. сказать «м-я-у» При каждом натяжении.

/ Повторить 6 раз./

Б. К. «»стук ковра"

2.Ноги расставлены, палка держится руками внизу. Вытяните палку, подняв ее наверх,» постучите по коврику".

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 07-11.02.20224год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Физическая культура

Физическая культура

Повторить.

Цель.

Цель:прыгает на двойных ногах по доске, поставленной на пол, может ходить по гимнастическому стулу.

Цель.Цель.Ходьба на цыпочках и пятках, ползание под веревкой к стулу и бег между кубиками.

Тренирует навыки ходьбы по прямой полосе с ограниченными краями,прыжков в длину и бросков с одного места.

Ресурсы: гимнастический стул,доска, снежный ком.

Ресурсы: палки, веревки, кубики

Ресурсы: флаг, мяч, прыжок

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

I. вводная часть.

Вводная часть:

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Ряд за ряд.

Приветствие.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Приветствие. (следуя инструкциям)

(следуя инструкциям)

Основная часть:

.Стоять по кругу. Держитесь на

Чередуйте частые и широкие шаги.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Ходьба рукой по бокам, ногой по животу.

Просто ходить по кругу .

1 выстраивание. (брать палку за стол по одному)

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

(с палочкой)

БК: "кошка проснулась »

1.растяжка, при которой ноги расставлены, держа палку за оба края, тянется вверх, вправо, влево. сказать «м-я-у» При каждом натяжении.

/ Повторить 6 раз./

Б. К. «стук ковра»

2.Ноги расставлены, палка держится

Общеразвивающие упражнения. (С флагом)

БК: "развевающийся флаг»

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/

БК:»качели"

2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 5 раз/

БК:»кто быстрее"

3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.

Б. К.: "Звездочка»

4.держат ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте

БК:»веселый флаг"

5.расставьте ноги, поднимите флаги и прыгайте.

расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнение "снежный ком"

1 П. Л.: ноги слегка расставлены, руки опущены. Вытяните руку вперед и перенесите снежный ком из одной руки в другую. 4-5рет.

Б. К.: встаньте, положив руки рядом, расставив ноги, сидя на полу, снежный ком на полу.

2.БК: встаньте, положив руки рядом, расставив ноги и сидя на полу.

О: сжать снежный ком обеими ногами, поднять вверх, сказать: "снежный ком, вот он;

Б. К. вернуться. 5-6рет.

3. . Б. к.: н. к., подняв руки вверх, передавая снежный ком друг другу вперед и назад. 3-4рет.

4.БК: ноги слегка расставлены, руки опущены. Держа руку за спину, используйте снежный ком из одной руки в

руками внизу. Вытянуть палочку, подняв ее вверх « " ковер

Метод прямого контроля

другую

Дыхательные упражнения: "домик" -
Встаньте прямо, поставив ноги на одну -

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 14-18.02.2024 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Просто ходить и бегать в разные стороны, прыгать на двойных ногах по доске, поставленной на пол. может бросать мячи в корзину.

Ресурсы: доска, мяч, флаги

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

I. вводная часть.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Свободно ходить по кругу.

Легкий бег по кругу, держа тело в вертикальном положении.

"Канатоходец" - это ходьба вверх и вниз

Среда

Физическая культура

Цель. Мешочек с песком забрасывают вперед, вверх обеими руками над головой, могут лазить по гимнастической стене и спускаться с нее.

Ресурсы: мешок с песком, гимнастическая стенка, полотенце

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

I. вводная часть.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Прогулка по кругу с маршевым акцентом.

» Утиный птенец " - ходьба на каблуках с наклоном груди вперед.

Пятница

Физическая культура

Цель:

Бросившись вперед, он вскочил на две ноги.

может ползать из-под дуги к цели.

Ресурсы: Дуга, мяч,

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие.

Ходить по кругу.

Вытянем руки вверх,

по наклонной доске .

1 выстраивание. (получение двух флагов из корзины в строю)

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Вытянув руки, водка-держись подальше.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения: (с флагом)

Б. К.:»жест года"

1.Ноги размером с плечо. Держать тело в вертикальном положении. Лента внизу. Поверните голову вправо, опустите подбородок на плечо и осторожно поднимите голову, сделав дугу подбородком, и опустите и поднимите. Сказать «т-с-с-с» в каждом жесте. То же самое делается и с левым плечом. / 6-раз/

Б. К.: "стрейч»

2 .Ноги расставлены ,

"Страус" - это ходьба с поднятыми коленями.

"Клоун" - это поворот головы.

Свободно ходить по кругу.

1 выстраивание. / снятие с корзины одного полотенца в строю/

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

Б. К.:»дразнить"

1.Ноги расставлены , полотенце под рукой. Положив голову на правое, левое плечо. Произнесение слова» А-я-я-Я-й". / 6 раз какой/

БК:»качели"

2. - ноги расставлены , обхватив платок за талию, поворачивают туловище из стороны в сторону./ 6 повторений/

Давай хлопнем.

(хлопать в ладоши, вытянув руки вверх)

Давай напишем руку,

Давайте будем похожи на Ласточку

Просто беги.

Выстраиваться в 4-й ряд.

Массовое наблюдение.

Общеразвивающие упражнения:

Упражнение с мячом.

1 "Не снимай" Б.к., мяч в руках.1.поднять мяч вверх,согнуть руки и опустить голову.3.поднимите мяч вверх.4.Б: прибытие в К. Повторить 4-5 раз.

2"держат мяч над головой" Б:к стоя на коленях,мяч внизу,руки вперед.2. прибытие в Б-к.Повторить 3-4 раза.

3 "Падение" б-к ноги на ширине плеч, рука с мячом внизу.1 падение правой ногой, вытянув мяч вперед.2. прибытие в Б-к.

4»наклон " б-к сидя ноги расставлены,

**мяч удерживаетсягибание руки на
груди.Шаг вперед на правую(левую)
ногу,держа руки прямыми.**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 21-25.02.2014 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Умеет выполнять навыки простой ходьбы и бега, бросать предметы далеко, прыгать, бегать.

Ресурсы: Дуга, мяч

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

I. вводная часть.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

» Утиный птенец " - ходьба на каблуках с наклоном груди вперед.

"Страус" - это ходьба с поднятыми

Среда

Физическая культура

Цель. Подъем по лестнице

Навыки парной ходьбы и бега в строю, научатся прыгать с высоты 10-15см

Вводная часть. Ряд за ряд.

Приветствие.

(следуя инструкциям)

.Стоять по кругу. Поднимая руки вверх, он ходит на цыпочках, вытянув руки в стороны, и ходит на каблуках.

Медленный бег, быстрый бег

Массовое наблюдение.

Основная часть

Пятница

Физическая культура

Цель.

Ходьба, бег с изменением направления. Прыгает в высоту, может ходить по неровной доске, сохраняя равновесие.

Ресурсы: доска, бубен, гимнастик

Методы: модель 4К, контроль, дифференциация,

I. вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Держа тело прямо по кругу,

ходить по скользящей ступеньке рядом, назад .

коленями.

"Клоун" - это поворот головы.

Просто ходить по кругу .

1 выстраивание. / снятие с корзины одного полотенца в строю/

Проживание от 1 до 4 потоков (колонна).
Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

/ с платком, мелодией/

БК:»круглый"

1.Встаньте прямо, поставив ногу на уровень плеч, вытянув носовой платок вперед, закройте ладонь, сожмите запястье, локоть, плечо, поверните. / 6 повторений/

Общеразвивающие упражнения:

1. БК-расставьте ноги и опустите руки ниже,

1-вытяните руку вперед.

2-поднимаем руки вверх.

3-приходим к первому положению. (3 - 4 раза)

3. БК-расставьте ноги, руки на талии,

"Язык часов»

1-наклоняем вправо

2-наклоняем влево

Повторяем несколько раз.(5-6 раз)

4. Б. К. – сгибание ноги в сторону, руки вниз головой вправо, влево. (4-5 раз)

5. летаем "ласточкой"

6.прыгаем как» заяка".

Бег трусцой по кругу, направляя ногу назад.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.

Ходьба рукой по бокам, ногой по животу.

Просто ходить по кругу .

1 выстраивание.

Стоять 4 потока (колонна) из строя.
Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

/ с бубеном/

БК:»комар прилетел"

1.Ноги расставлены, руки по бокам.
Поверните шею справа налево, слева направо. сказать "з-з-з". / 6 повторений/

БК:»ворота"

2.ноги размером с плечо, руки над плечом.
1-разгибание локтя назад, 2-разгибание локтя. / 6 повторений/

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 28.02-04.03.2022 год

Понедельник

Физическая культура

Цель. Может выполнять упражнения по переходу между предметами, развитию двигательной активности

Ресурсы: мяч, кубики, палки

Способ-способ: 4К, тон ребенка, косвенный контроль, работа в команде.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Среда

Физическая культура

Цель.

Умеет ходить по гимнастическому стулу, перекатывать мяч под дугой.

Ресурс: гимнастический стул, ленте, дуга

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Между предметами, помещенными по кругу, в разных ситуациях: держать руки

Пятница

Физическая культура

Цель:

Кегли умеют ходить с мячом на пиле, прыгать с высоты 15 см стоя на месте.

Ресурс: мяч, короткая веревка, кегли.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль

Ход учебной деятельности:

Дети выстраиваются в один ряд.

Приветствие.

Мы дружные дети,

Будем как уланы.

Ходьба рука сбоку, нога снаружи.	за талию, отпускать из стороны в сторону, держать спину.	(Ходьба с поднятыми коленями и руками в душе)
"Пингвин" - это ходьба короткими и далекими шагами по внутренней стороне стопы.	Парный бег по кругу, держа тело прямо. Свободно ходить по кругу.	1,2,3-вытягиваем руки вверх,
Марш по кругу .	Встать с 1-го ряда на 4 звена. / снятие двух лент из корзины в строю/	Мы можем пойти одним путем. (Ходьба с поднятыми руками).
Стоять по кругу. (поочередно снимать палочки со стола)	Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	Цветок-цветочек,
Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	Прямое наблюдение, таксономия Блума.	Излучаем дневной свет (медленный бег)
Прямое наблюдение, таксономия Блума.	Основная часть:	Таксономия Блума,
Общеразвивающие упражнения.	Общее развитие	косвенный контроль.
Палочка	упражнения. Лентамаен	Общеразвивающие упражнения:
БК:»часы"	БК: "поворот головы»	Упражнения для мышц рук и плеч:
1.Ноги расставлены , палка на талии. Двигайте головой вправо, влево, произнося слово "Тик-так". / 6 повторений/	1.Ноги размером с плечо. Держите тело прямо, лента внизу. стоя прямо, руки следует держать за талию, при счете 1-2-3-4 голову следует повернуть вправо, а затем в следующую сторону. / Повторение 5 раз	»Качаться"
		Встанет в исходное положение, ноги будут расставлены, рука будет внизу.
		Поднимает руки вверх.
		Качается на две души, вправо.
		Качается влево

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 07-11.03.2022 год

Понедельник

Физическая культура

Цель:

Умеет бегать в заданном направлении до флага, забрасывать мяч двойной поддержкой.

Ресурсы: нить, флаг.

Методы: модель 4К, дифференциация, контроль.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении. Просто беги.

Стоять по кругу. Держитесь на

Среда

Физическая культура

Цель. Умеет сохранять равновесие по плоской доске.

Ресурсы: визуальные эффекты по теме

Метод-Способ: 4. группировка, работа в команде, тон ребенка, косвенный контроль

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Рука на боку, ходьба на цыпочках. Нормальная, мягкая ходьба на подошвах ног. Стоять по кругу, соблюдать дистанцию

Прямое наблюдение.

Основная часть:

Пятница

Физическая культура

Цель. Планка идет по верху и вдоль, может создать координацию движений.

Ресурсы: ленты, мяч, кубики.

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Введение

Выстраиваться друг за другом. Прогулка по кругу с маршевым акцентом. Идти по кругу с резким поворотом в обе стороны. Свободно ходить по кругу.1 выстраивание. / снятие с корзины двух лент в строю / стояние от 1 до 4 Лек (колонн).Держитесь

расстоянии, вытянув руки.

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения без инструментов

Б. К. « " наблюдение за полетом пчелы»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. Поверните шею справа налево, слева направо. сказать "з-з-з" / повторить 6 раз/

Б. К. « " Ласточка летела»

2.выполнять полетные движения птицы, расставив ноги, вытянув руки из стороны в сторону. Произнесение слова "лети-лети". / Повторить 6 раз./

БК:»дул ветер"

3.ноги расставлены, руки согнуты вверх, справа - влево, слева - вправо. / Повторить 6 раз./

Общеразвивающие упражнения

Б. К. «" птицы летали»

1.расставляем ноги, руки вытянуты в душу, делаем крылья птицы, поворачиваем голову справа налево, вниз - вверх; произносим «Чип - чирик».

Б. к.:»Мотор"

2.расставив ноги, кладем руки на грудь, приводим руки в круговое движение. сказать» р-р-р". / 6 повторений/

Б. К.:»открытие цветка"

3.ноги поставлены вместе. Сидеть. Удерживая ладонь вместе, при вставании откройте ладонь, вытянув руки вверх. (6 раз)

БК:»веселый пингвин"

4.показать походку пингвина, выравнивая пятки. Руки в душе сделать крыло пингвина.

на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения

1.Ноги размером с плечо. Держать тело в вертикальном положении. Лента внизу. Поверните голову вправо, опустите подбородок на плечо и осторожно поднимите голову, сделав дугу подбородком, и опустите и поднимите. / Повторить 4 раза./

2.замена ленты в правой руке с расставленными ногами-вверх, в левой-вниз с размахом. / 5р/

3.ноги размером с плечо, ленты в душе, стоя прямо, ноги держатся немного от уровня плеч, ладонями обхватив за талию, образуя полукруг с телом.5р

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 14-18.03.2022 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Назначение: может ходить по скамейке, с мешком с песком, поставленным на башку.

Ресурсы: Скамейка, флаг, мешок с песком.

Методы: модель 4К, дифференциация, контроль.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Легкий бег по кругу, держа тело в вертикальном положении. ходьба вверх и вниз по наклонной пластине .

возьмите два флага и встаньте в круг.

Массовое наблюдение.

Физическая культура

Цель.Большой мяч бросает далеко, кладет небольшой мешок на крышу и может ходить по доске.

Ресурсы: большой мяч, погремушка.

Методы: модель 4К, дифференциация, контроль

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом.

Ходить по кругу, как "медведь".

Рука выше, ходьба на цыпочках.рука в душе, ходьба на каблуках парная ходьба .

Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки

Физическая культура

Цель: перекатывать мяч друг к другу, выполнять основные двигательные упражнения.

Ресурсы: мяч, кубики

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

Ход проведения НОК:

1.приветствие.

Введение

Выстраиваться друг за другом. Прогулка по кругу с маршевым акцентом. Идти по кругу с резким поворотом в обе стороны. Свободно ходить по кругу.1 выстраивание. / снятие с корзины двух лент в строю /

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения с флагом

БК: "развевающийся флаг»

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / 6 повторений/

Б. К.: "плавание в воде»

2.Ноги расставлены , флаги вытянуты в душу. Делать плавательные движения в воде, двигая плечами. / 6 повторений/

Б. к.: "перекресток»

3.расставим ноги. Флаги внизу. Поднесите флаг правой руки к левому плечу, поднесите флаг левой руки к правому плечу. сказать "бой".

Массовое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.

С погремушкой

БК:»бабочка приземлилась"

1.Ноги размером с плечо. Руки позади. Увидеть бабочку, приземлившуюся на плечо. повернуть голову вправо, влево, сказать "приземлился". / 6 повторений/

БК:»движение змеи"

2.ноги в объеме плеч, руки вытянуты в душу. Делать змеиные движения. перекачивание плеча. / 6 повторений/

стояние от 1 до 4 Лек (колонн).Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения

1.Ноги размером с плечо. Держать тело в вертикальном положении. Лента внизу. Поверните голову вправо, опустите подбородок на плечо и осторожно поднимите голову, сделав дугу подбородком, и опустите и поднимите. / Повторить 4 раза./

2.замена ленты в правой руке с расставленными ногами-вверх, в левой-вниз с размахом. / 5р/

3.ноги размером с плечо, ленты в душе, стоя прямо, ноги держатся немного от уровня плеч, ладонями обхватив за талию, образуя полукруг с телом.5р

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 21-25.03.2022 год

Понедельник

Среда

Пятница

Физическая культура

Цель: умеет ползать под дугой, ходить цепью в строю, греметь змейкой.

Ресурсы: Дуга, необходимые инструменты.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Прямое наблюдение.

ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК

Вводная часть:

Выстраиваться.

Бег по кругу, хлопая коленями, держа тело прямо .

Рука на боку, ходьба на цыпочках. ходьба на каблучках. ходьба с согнутыми

Физическая культура

Цель.

Может выполнять ходьбу по наклонной доске, прыгать от обруча к обручу.

Ресурсы: обручи, кубики, мячи.

Методы: модель 4К: работа в команде, дифференциация.

Вводная часть: выстраивание.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении. бег трусцой, держа тело в вертикальном положении .

ходьба короткими и длинными шагами по внутренней стороне стопы.

Размещение 4 колонн из строя.

Физическая культура

Цель. Владеет навыками простой ходьбы и бега в строю, ходьбы в разных направлениях, прыжков вперед и метания мяча правой и левой рукой.

Ресурсы: гимнастический стул, обручи.

Методы: модель 4К: работа в команде,

Ход проведения НОК:

1. приветствие детей.

Игра "поезд".

Показать детям мячи в большой корзине. Забирать мячи у самих детей, водить один за другим и строить по кругу.

2. общеразвивающие упражнения:

коленями.

Выстраиваться. 4 колонна стоя.

Общеразвивающие упражнения:

1» "воробей полетел"

Расставляем ноги, руки вытянуты в душу, голову поворачиваем справа налево, вниз - вверх 2.«лестница»

Расставляем ноги, руки на душе, 1 – 2 руки на талии ,3-4 плеча, 5-6 вытянуты вверх, 7-8-хлопаем. Повторяем обратное. 5-6 р

3.»растяжка веревки"

Расставив ноги, кладем руки на грудную клетку, 1-правой рукой вверх, 2-левой рукой вниз. Сделайте 3-4 движения в обратном направлении.

/ 6 повторений/

Контроль через наводящие вопросы

Общеразвивающие упражнения

"День-ночь»

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза. 6-р

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.6 раз

"Цыпленок взмахнул крыльями»

3. соединяем ноги вместе, держа руки в области груди, 1-3 ладоней закрываем-открываем, 4-6-поднимаем локти вверх-вниз, 6-р

1. Упражнения для других

1. вперед

2. вернуться в исходное положение

3. откидывание назад

4. возвращение в исходное положение (2 раза)

2. упражнения для плеч

1.поднятие правого плеча.

2. Исходная поза

3. Подъем левого плеча

4. возвращение в исходное положение (2 раза)

3. упражнения для рук

1. вытяните руки вперед

2. Высокая растяжка

3 растяжка души

4 Возвращение в исходное положение (2 раза)

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 28.03-01.04.2022 год

Понедельник

Физическая культура.

Цель.

Умеет сохранять равновесие в ограниченном пространстве по тонкой ленте, прыгать с высоты на двойных ногах.

Ресурсы: тонкие ленты, кирпичи, мяч.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка.

Ход проведения НОК

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Ходьба по кругу на цыпочках, с

Среда

Физическая культура.

Цель: умеет сохранять равновесие в ограниченном пространстве по тонкой ленте, прыгать с высоты на двойных ногах.

Ресурсы: тонкие ленты, кирпичи, мяч.

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка.

Ход проведения НОК

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Ходьба по кругу на цыпочках, с вытянутыми руками.

Бегите по кругу, держась друг за друга за

Пятница

Физическая культура.

Цель: умеет ползать под дугой, ходить по прямой полосе с ограниченными краями.

Ресурсы: наклонная доска, дорожки, флаги.

Методы: модель 4К, дифференциация, контроль.

I. вводная часть. Ряд за ряд.

Приветствие. Стоять по кругу. Поднимая руки вверх, идет, вытянув руки в душу, идет.

Медленный бег, быстрый бег

Прямое наблюдение.

Основная часть: общеразвивающие

вытянутыми руками.	руки.	упражнения:
Бегайте по кругу, держась друг за друга за руки.	Свободно ходить по кругу.1 выстраивание.	(с флагом)
Свободно ходить по кругу.1 выстраивание.	Встать с 1-го ряда на 4 звена. / получение одного мяча из корзины в строю/	"Качание" Б. К.: между ног далеко, рука внизу.
Встать с 1-го ряда на 4 звена. / получение одного мяча из корзины в строю/	Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	а) поднятие рук вверх.
Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	Прямое наблюдение.	б) раскачиваться в двух душах, раскачиваться вправо.
Прямое наблюдение.	Основная часть:	б) качание влево.
Основная часть:	Общеразвивающие упражнения:	"Проводник" П. К.: между ногами далеко, рука внизу.
Общеразвивающие упражнения:	/ с мячом, с музыкой/	а) поднятие флагов на руках вверх, вытягивание вперед.
/ с мячом, с музыкой/	БК: игра» Буратино"	б) поднесите флаг на обеих руках к груди.
БК: игра» Буратино"	1.расставим ноги, мяч рядом. Делаем красивый носик для Пиноккио.	в) вытянуть обе руки в душу.
1.расставим ноги, мяч рядом. Делаем красивый носик для Пиноккио.	Пиноккио пишет носом цифры "2,3". / Повторить 4 раза/	г) прибытие в Б. К.
Пиноккио пишет носом цифры "2,3". / Повторить 4 раза/	Б. К.: "стрейч»	"Летим, приземляемся»
Б. К.: "стрейч»	2. Ноги расставлены, мяч находится в руке, 1 - сгибание правой ноги, 2 - сгибание вперед к согнутой ноге, то же движение следует выполнять другой ногой	митиуйфчв
2. Ноги расставлены, мяч находится в руке, 1-согнуть правую ногу, 2-Согнуть вперед к согнутой ноге, точно так же, как		БК: стоя прямо, рука внизу.
		а) поднесите флаг в обеих руках к груди и сядьте, слегка согнув колени.

второе движение

**б) подпрыгнуть на месте и вытянуть руки
в душу. б)**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана:04-08.04.2022 год

Понедельник

Физическая культура.

Цель: выполнить ползание под дугой, умеет ходить по прямой полосе с ограниченным краем.

Ресурсы: наклонная доска, дорожки, флаги.

Методы: модель 4К, дифференциация, контроль.

I. вводная часть. Ряд за ряд.

Приветствие. Стоять по кругу. Поднимая руки вверх, идет, вытянув руки в душу, идет.

Медленный бег, быстрый бег

Прямое наблюдение.

Среда

Физическая культура.

Цель: лазает вверх и вниз по гимнастической стене. В сидячем положении мяч может быть брошен дальше головы.

Ресурсы: гимнастическая стена, мячи.

Методы: модель 4К, дифференциация. Таксономия Блума, наблюдение

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие.

(следуя инструкциям)

Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Пятница

Физическая культура.

Цель: лазает вверх и вниз по гимнастической стене. В сидячем положении мяч может быть брошен дальше головы.Ресурсы: гимнастическая стена, мячи.Методы: модель 4К, дифференциация. Таксономия Блума, наблюдение

I. вводная часть. Ряд за ряд.

Приветствие (следуя инструкциям)

Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение.Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

- По. Поворот головы вправо (влево) на

Основная часть: общеразвивающие упражнения:

(с флагом)

"Качание" Б. К.: между ног далеко, рука внизу.

а) поднятие рук вверх.

б) раскачиваться в двух душах, раскачиваться вправо.

б) качание влево.

"Проводник" П. К.: между ногами далеко, рука внизу.

а) поднятие флагов на руках вверх, вытягивание вперед.

б) поднесите флаг на обеих руках к груди.

в) вытянуть обе руки в душу.

г) прибытие в Б. К.

"Летим, приземляемся»

митиуйфчв

БК: стоя прямо, рука внизу.

а) поднесите флаг в обеих руках к груди и

Прямое наблюдение.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения:

- По. Поворот головы вправо (влево) на талии руки

- По. Рука на плече, плечо вперед (назад)

- По. Руки вперед ладонями вращаются внутрь (наружу). Поворот локтя, поворот руки вперед (назад).

- По. Правый (левый) поворот талии на поясе

- По. Поворот колена внутрь (наружу) в колене руки

- По. Вращение колена вправо (влево) вместе

- По. Прыжки на месте правой ногой, левой ногой, двумя ногами.

Дыхательные упражнения:» спящая кошка «сказать»п-ы-р, п-ы-р". Вдохните через нос и выдохните через рот.

талии руки

- По. Рука на плече, плечо вперед (назад)

- По. Руки вперед ладонями вращаются внутрь (наружу). Поворот локтя, поворот руки вперед (назад).

- По. Правый (левый) поворот талии на поясе

- По. Поворот колена внутрь (наружу) в колене руки

- По. Вращение колена вправо (влево) вместе

- По. Прыжки на месте правой ногой, левой ногой, двумя ногами.

сядьте, слегка согнув колени.

**б) подпрыгнуть на месте и вытянуть руки
в душу. б) прибытие**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 11-15.04.2022 год

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая культура.	Физическая культура.	Физическая культура.
Цель. Умеет перекатывать мяч в ворота.	Цель. Умеет перекатывать мяч в ворота.	Цель. Прыгает с двойной ленты, лежащей рядом,
Двойник может перепрыгивать через препятствия.	Двойник может перепрыгивать через препятствия.	Может перекатывать мяч друг к другу.
Ресурсы: мячи, струны	Ресурсы: мячи, струны	Ресурсы: мячи, кегли.
Методы: модель 4К, дифференциация. Таксономия Блума, наблюдение	Методы: модель 4К, дифференциация. Таксономия Блума, наблюдение	Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.
Ход проведения НОК:	Ход проведения НОК:	Ход проведения НОК:
1.приветствие.	1.приветствие.	Вводная Часть.
2.ходить по кругу.	2.ходить по кругу.	Приветствие.
Следовать за воспитателем, бегать	Следовать за воспитателем, бегать	Выстраиваться друг за другом.
Общеразвивающие упражнения:	Общеразвивающие упражнения:	Рука бежит по кругу сверху, кончиками ног.
БК: слегка приоткрыта меж ног, держать	БК: слегка приоткрыта меж ног, держать	

детенышей на груди.

1.поднимите кубики в руке.

2.сгибание вправо кубами в двойной руке.

3.прибытие в БК.

4.изгиб влево кубами на двойную опору.

5.прибытие в БК.

БК: основная стойка, рука внизу.

1.сидя с вытянутыми вперед кубиками в руке.

2.стоять.

3.прибытие в БК.

3. упражнения для мышц ног:

БК: ноги вместе, кубики на груди.

1.прыжки вперед на двух ногах.

2.Прыжки на двух ногах назад.

3.прибытие в БК.

Дыхание:

- стоять прямо;

детенышей на груди.

1.поднимите кубики в руке.

2.сгибание вправо кубами в двойной руке.

3.прибытие в БК.

4.изгиб влево кубами на двойную опору.

5.прибытие в БК.

БК: основная стойка, рука внизу.

1.сидя с вытянутыми вперед кубиками в руке.

2.стоять.

3.прибытие в БК.

3. упражнения для мышц ног:

БК: ноги вместе, кубики на груди.

1.прыжки вперед на двух ногах.

2.Прыжки на двух ногах назад.

3.прибытие в БК.

Дыхание:

- стоять прямо;

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Ходьба сменным шагом по кругу.Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение.

Общеразвивающие упражнения

1.расставляем ноги, делаем красивый носик для Пиноккио. Пиноккио рисует носом «солнышко». / 5 повторений/

2.расставляем ноги, сжимаем кулаки и кладем руки на душу. Чередование правого и левого плеча вверх. / 5 повторений/

3.ноги расставлены. Рука внизу, стоя на цыпочках, вытянув руки вверх. (6 раз)

4.стоя на месте, руки на талии, ноги перед прыжок, чередуя.

5.объединение ног. Прыжки на месте с руками, похожими на кроличьи лапки. / 10-15секунд/

Дыхательные упражнения: "каша" дышала через нос и дышала через рот

- расстояние между ногами размером с плечо;

- поднятие кубиков вверх (глотание воздуха);

- выдувание (выдох) кубиков в двойных руках.

- расстояние между ногами размером с плечо;

- поднятие кубиков вверх (глотание воздуха);

- выдувание (выдох) кубиков в двойных руках.

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 18-22.04.2022 год

Понедельник	Среда	Пятница
Физическая культура.	Физическая культура.	Физическая культура.
Цель. Прыгает с двойной ленты, лежащей рядом,	Ресурсы: мяч, гимнастическая стена.	Ресурсы: мяч, гимнастическая стена.
Может перекатывать мяч друг к другу.	Методы: модель 4К, тон ребенка, контроль, дифференциация.	Методы: модель 4К, тон ребенка, контроль, дифференциация.
Ресурсы: мячи, кегли.	I. вводная часть.	I. вводная часть.
Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.	Ряд за ряд.	Ряд за ряд.
Ход проведения НОК:	Приветствие.	Приветствие. (следуя инструкциям)
Вводная Часть. Приветствие.	(следуя инструкциям)	Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.
Выстраиваться друг за другом.	Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.	Массовое наблюдение.
Рука бежит по кругу сверху, кончиками ног.	Массовое наблюдение.	Основная часть:
Рука в душе, ходьба на каблуках.	Основная часть:	Общеразвивающие упражнения:
	Общеразвивающие упражнения:	1) ходьба в поясице, с наклоном головы

Ходьба сменным шагом по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Прямое наблюдение.

Общеразвивающие упражнения

1. расставляем ноги, делаем красивый носик для Пинокио. Пинокио рисует носом «солнышко». / 5 повторений/

2. расставляем ноги, сжимаем кулаки и кладем руки на душу. Чередование правого и левого плеча вверх. / 5 повторений/

3. ноги расставлены. Рука внизу, стоя на цыпочках, вытянув руки вверх. (6 раз)

4. стоя на месте, руки на талии, ноги перед прыжок, чередуя.

5. объединение ног. Прыжки на месте с руками, похожими на кроличьи лапки. / 10-15 секунд/

Дыхательные упражнения: "каша" дышала через нос и дышала через рот

1) ходьба в поясице, с наклоном головы вперед, назад, вправо, влево:

2) вращать обе руки 4 раза вперед держать руки прямыми, 4 раза назад

3) правая рука вверх, левая кол ниже на 1,2 смахивание рук назад-вперед, на 3-4 смещения.

4) держать руки перед грудью: 1,2 отведения назад, 3,4 отведения вправо в сторону, 3,4 отведения влево.

5) ходьба с наклоном вперед на каждом шагу.

6) ходьба с частичным сгибанием колена:

7) Прыжки на правой ноге 8) Прыжки на левой ноге

9) 2-я ходьба на ногах

Дыхательное упражнение

рисование звука чайника. Сделайте глубокий вдох и выдохните.

Модель 4К, детский тон, массовый контроль,

вперед, назад, вправо, влево:

2) вращать обе руки 4 раза вперед держать руки прямыми, 4 раза назад

3) правая рука вверх, левая кол ниже на 1,2 смахивание рук назад-вперед, на 3-4 смещения.

4) держать руки перед грудью: 1,2 отведения назад, 3,4 отведения вправо в сторону, 3,4 отведения влево.

5) ходьба с наклоном вперед на каждом шагу.

6) ходьба с частичным сгибанием колена:

7) Прыжки на правой ноге 8) Прыжки на левой ноге

9) 2-я ходьба на ногах

Дыхательное упражнение

рисование звука чайника. Сделайте глубокий вдох и выдохните.

Модель 4К, детский тон, массовый контроль,

Основные упражнения:

1. мяч вверх

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 25-29.04.2024 год

Понедельник

Физическая культура.

Цель.Учится плавному легкому прыжку.
Гимнастическая скамейка держит
равновесие над головой,умеет ползать
через обручи.

Ресурсы: обруч, гимнастический стул

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в
команде.

Ход учебной деятельности.

Приветствие детей

1.выстроитесь в ряд.

2.приветствие.

(Следуя инструкциям)

Среда

Физическая культура.

Цель.Ползет по обручу, одной и двумя
руками может бить мяч по полу

Ресурсы: обруч, гимнастический стул

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в
команде.

Ход учебной деятельности.

Приветствие детей

1.выстроитесь в ряд.

2.приветствие.

(Следуя инструкциям)

Общеразвивающие упражнения:

1) туловище на талии, голова повернута

Пятница

Физическая культура.

Цель: бросить мяч вперед обеими руками
и может перепрыгнуть через лежащую на
земле веревку.

Ресурсы: веревки, веревки

Методы: модель 4К: работа в команде,

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие.

(следуя инструкциям)

.Стоять по кругу. Держитесь на
расстоянии, вытянув руки.

Метод "группировки" выстраивание в 3

Общеразвивающие упражнения:

1) туловище на талии, голова повернута вперед, назад, вправо, влево:

2) вращать обе руки

4 раза вперед держать руки прямыми, 4 раза назад

3) правая рука вверх, левая кол ниже на 1,2 см, сдвигание рук назад-вперед, на 3-4 см.

4) держать руки перед грудью: 1,2 отведения назад, 3,4 отведения вправо в сторону, 3,4 отведения влево.

5) ходьба с наклоном вперед на каждом шагу. 6) ходьба с частичным сгибанием колена:

7) Прыжки на правой ноге

8) Прыжки на левой ноге

9) 2-я ходьба на ногах

вперед, назад, вправо, влево:

2) вращать обе руки

4 раза вперед держать руки прямыми, 4 раза назад

3) правая рука вверх, левая кол ниже на 1,2 см, сдвигание рук назад-вперед, на 3-4 см.

4) держать руки перед грудью: 1,2 отведения назад, 3,4 отведения вправо в сторону, 3,4 отведения влево.

5) ходьба с наклоном вперед на каждом шагу. 6) ходьба с частичным сгибанием колена:

7) Прыжки на правой ноге

8) Прыжки на левой ноге

9) 2-я ходьба на ногах

ряда.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения: без инструментов.

Б. К. рука вниз

1. поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз)

Б. К., рука на талии

2. шаг вправо, аплодисменты.

- Б. К. шаг влево, аплодисменты.

3. сидя обнять колени.

Удар головой о колено. Стоять.

4. Б. К. широко расставьте ноги, руки на талии

- Вперед, руки вверх за спиной. (5-6 раз)

5. Б. К. рука на талии.

Прыжки на двух ногах. (6 раз)

Дыхательное упражнение "присоска" - держать руки на груди, включив ноги, стоя прямо; вдыхать и выдыхать, издавая

**звук вслух (СССС), двигая руками; стоять
прямо**

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 29.05-03.05.2024 год

Понедельник

Физическая культура.

Цель.Учится ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие.

Ресурсы: погремушки, тип строк по теме.

Методы и приемы. Модель 4К, тон ребенка, контроль, дифференциация.

Ход проведения НОК

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Рука на боку, ходьба на цыпочках.

Рука на боку, ходьба на каблуках.

"Лиса" - нормальная, мягкая походка

Среда

Физическая культура.

Цель.Учится ходить по ограниченной плоскости, сохраняя равновесие.

Ресурсы: погремушки, тип строк по теме.

Методы и приемы. Модель 4К, тон ребенка, контроль, дифференциация. вопросы и ответы, загадки

Ход проведения НОК

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Рука на боку, ходьба на цыпочках.

Рука на боку, ходьба на каблуках.

"Лиса" - нормальная, мягкая походка

Пятница

Физическая культура.

Цель. Умеет прыгать, двигаясь вперед. В разных положениях мяч может перекачиваться двойной рукой.

Ресурсы: палочки, кружочки, шарики.

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в команде.

Организационный этап.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Просто ходить по кругу

всей лапой по кругу.

Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки

II.Общеразвивающие упражнения. С погремушкой

Основная часть:

Б. К.:»воробей полетел"

1.расставляем ноги, вытянув руки в стороны, делаем крылья птицы, поворачиваем голову справа налево, вниз - вверх; произносим «Чик - чирик».

/ 5 повторений/

Б. к.:»Мотор"

2.расставив ноги, кладем руки на грудь, приводим руки в круговое движение. сказать» р-р-р". / 6 повторений/

всей лапой по кругу.

Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки

II.Общеразвивающие упражнения. С погремушкой

Основная часть:

Б. К.:»воробей полетел"

1.расставляем ноги, вытянув руки в стороны, делаем крылья птицы, поворачиваем голову справа налево, вниз - вверх; произносим «Чик - чирик».

/ 5 повторений/

Б. к.:»Мотор"

2.расставив ноги, кладем руки на грудь, приводим руки в круговое движение. сказать» р-р-р". / 6 повторений/

Стоять по кругу. (брать палку за стол по одному)

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения: (палки)

Основная часть:

БК: "кошка проснулась »

1.растяжка, при которой ноги расставлены, держа палку за оба края, тянется вверх, вправо, влево. сказать «м-я-у» При каждом натяжении. / 6 раз какой/

Б. К. «»стук ковра"

2.Ноги расставлены, палка держится руками внизу. Вытянуть палку вверх, сделать ударный жест "постучать по ковру» сказать " тук-тук-тук". / 6 раз /

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 06-10.05.2024 год

Понедельник

Физическая культура.

Цель. Умеет прыгать, двигаясь вперед. В разных положениях мяч может перекачиваться двойной рукой.

Ресурсы: палочки, кружочки, шарики.

Методы: модель 4К, тон ребенка, работа в команде.

Организационный этап.

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Шагайте по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Просто ходить по кругу

Среда

Физическая культура.

Цель.

Ходьба и бег в строю. понимает навыки лазания по доске и ходьбы по ней.

Ресурсы: бревно, мяч, флаги

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Прогулка по кругу с маршевым акцентом.

Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Пятница

Физическая культура.

Цель.

Ходьба и бег в строю. понимает навыки лазания по доске и ходьбы по ней.

Ресурсы: бревно, мяч, флаги

Методы: дифференциация, контроль, модель 4К, тон ребенка

Вводная часть:

Выстраиваться друг за другом. Держать тело в вертикальном положении.

Прогулка по кругу с маршевым акцентом.

Бег по кругу, держа тело в вертикальном положении.

Стоять по кругу. (брать палку за стол по одному)

Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Общеразвивающие упражнения: (палки)

Основная часть:

БК: "кошка проснулась »

1.растяжка, при которой ноги расставлены, держа палку за оба края, тянется вверх, вправо, влево. сказать «м-я-у» При каждом натяжении. / 6 раз какой/

Б. К. «»стук ковра"

2.Ноги расставлены, палка держится руками внизу. Вытянуть палку вверх, сделать ударный жест "постучать по ковру» сказать " тук-тук-тук". / 6 раз /

Рука выше, ходьба на цыпочках.

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Лететь самолетом.

Свободно ходить по кругу.

1 выстраивание. / снятие двух флажков из корзины в строю/

Встать с 1-го ряда на 4 звена. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.

/ с флагом, мелодией/

БК: "красно-зеленый»

1.Ноги размером с плечо. Поднесите флаг к груди. 1 - Когда мы говорим» красный«, мы поворачиваем шею к красному флагу, 2 - Когда мы говорим» зеленый", мы поворачиваем шею к зеленому флагу. / 6 повторений/

Б. К. «»путеводитель"

2.ноги вместе, флаги в душе. 1 - слегка согните локоть правой руки влево, 2-

Рука выше, ходьба на цыпочках.

Рука в душе, ходьба на каблуках.

Лететь самолетом.

Свободно ходить по кругу.

1 выстраивание. / снятие двух флажков из корзины в строю/

Встать с 1-го ряда на 4 звена. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.

Основная часть:

Общеразвивающие упражнения.

/ с флагом, мелодией/

БК: "красно-зеленый»

1.Ноги размером с плечо. Поднесите флаг к груди. 1 - Когда мы говорим» красный«, мы поворачиваем шею к красному флагу, 2 - Когда мы говорим» зеленый", мы поворачиваем шею к зеленому флагу. / 6 повторений/

локоть правой руки вперед. 3-

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 13-17.05 .2024 год

Понедельник

Физическая культура.

Цель.

Учится плавному легкому прыжку.

Гимнастическая скамейка может ходить по ней, сохраняя равновесие.

Ресурсы: гимнастический стул. прыжок, флаг

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие. (следуя инструкциям)

Основная часть:

Среда

Физическая культура.

Цель.

Учится плавному легкому прыжку.

Гимнастическая скамейка может ходить по ней, сохраняя равновесие.

Ресурсы: гимнастический стул. прыжок, флаг

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие. (следуя инструкциям)

Основная часть:

Пятница

Физическая культура.

Цель. Может перемещаться по ограниченной плоскости, сохраняя положение равновесия. Прыгая вперед, умеет махать мячом двойной рукой в разных позах.

Ресурсы: мячи, струны.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

I. вводная часть. Ряд за ряд.

Приветствие.

(следуя инструкциям)

Основная часть: общеразвивающие упражнения: "день-ночь»

Общеразвивающие упражнения

БК: "развевающийся флаг»

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/

БК:»качели"

2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 5 раз/

БК:»кто быстрее"

3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.

Б. К.: "Звездочка»

4.держать ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте

БК:»веселый флаг"

5.расставьте ноги, поднимите флаги и прыгайте.

Метод прямого контроля

Общеразвивающие упражнения

БК: "развевающийся флаг»

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/

БК:»качели"

2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 5 раз/

БК:»кто быстрее"

3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.

Б. К.: "Звездочка»

4.держать ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте

БК:»веселый флаг"

5.расставьте ноги, поднимите флаги и прыгайте.

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза.

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.

"Цыпленок взмахнул крыльями»

3. соединяем ноги вместе, держа руки в области груди, 1-3 ладоней закрываем-открываем, 4-6-поднимаем локти вверх-вниз,

"Протирание зеркала»

4. соединяем ноги, держа руки на груди, открывая 1-4 ладони-вытирая зеркало стоя

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до» Балапан"

Группа взрослая группа

Возраст детей 4 года

Период создания плана: 20-24.05.2024 год

Понедельник

физическая культура.

Цель.

Учится плавному легкому прыжку.

Гимнастическая скамейка может ходить по ней, сохраняя равновесие.

Ресурсы: гимнастический стул. прыжок, флаг

Метод-способ: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

I. вводная часть.

Ряд за ряд.

Приветствие. (следуя инструкциям)

Основная часть:

Среда

Физическая культура.

Цель. Может перемещаться по ограниченной плоскости, сохраняя положение равновесия. Прыгая вперед, умеет махать мячом двойной рукой в разных позах.

Ресурсы: мячи, струны.

Методы: модель 4К, тон ребенка, дифференциация, контроль.

I. вводная часть. Ряд за ряд.

Приветствие.

(следуя инструкциям)

Основная часть: общеразвивающие упражнения: "день-ночь»

Пятница

Общеразвивающие упражнения

БК: "развевающийся флаг»

1.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. / Повторить 4 раза/

БК:»качели"

2.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 5 раз/

БК:»кто быстрее"

3.расставьте ноги, сидя вытяните флаг вперед, стоя поднимите вверх.

Б. К.: "Звездочка»

4.держать ноги вместе, туловище в вертикальном положении. Флаг на талии. Вытянуть ноги и флаг в душу, прыгая на месте

БК:»веселый флаг"

5.расставьте ноги, поднимите флаги и прыгайте.

Метод прямого контроля

1.Ноги расставлены, руки по бокам. 1-закрываем глаза. 2-поворачиваем шею вправо, открываем глаза, 3-закрываем глаза, глядя вперед, 4-поворачиваем шею влево, открываем глаза.

»Сгибатели"

2.Ноги расставлены, руки в руках, 1-2 - сгибаемся вправо, слегка согнув колено правой ноги, 3-4 – сгибаемся влево, слегка согнув колено левой ноги.

"Цыпленок взмахнул крыльями»

3. соединяем ноги вместе, держа руки в области груди, 1-3 ладоней закрываем-открываем, 4-6-поднимаем локти вверх-вниз,

"Протирание зеркала»

4. соединяем ноги, держа руки на груди, открывая 1-4 ладони-вытирая зеркало стоя

Дыхательные упражнения: "домик" -
Встаньте прямо и расставьте ноги