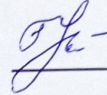


Тексерілді
«Балапан» МДҰ МКҚК

әдіскері
 Утешева А.А

Дене шынықтырудан тәрбиелеу-білім беру процесінің циклограммасы
«Жұлдыздар»аралас тобы
2024-2025 оқу жылы

Дене шынықтыру нұсқаушысы:Мурзабеков А.Т

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана 02-06 сентября 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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)</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 09-13 сентября 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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. (3-4 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. 1. перекачивание мяча друг к другу. Фиксация.</p>	<p>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.</p>	<p>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: 1. разведка. 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.)</p>

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

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 16-20 сентября 2024 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) 5) держать мяч на груди обеими руками. Прыжки на двойных ногах с доппом. 6) дыхательное упражнение. Вдохните через нос и выдохните через рот. Прибытие в БК 4. основные двигательные упражнения.

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

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 23-27 сентября 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>2. физическая активность Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свои места и правильно стоять. Учить правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения.</p> <p>3. вводная часть</p> <p>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. 5 рет. 2. сидеть и стоять. Удерживая нить в груди, сидя, вытягивая нить вперед, стоя исходная поза. 4-5 раз.</p>	<p>Физическая культура. фиксация. Цель: выстраиваться, ходить, бегать по залу, находить свои места и правильно стоять. Учить правильно выполнять общеразвивающие упражнения и основные двигательные упражнения.</p> <p>6. вводная часть</p> <p>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. 5 рет. 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</p>	<p>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.</p>

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

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 30-04 сентября-октябрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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</p>	<p>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»</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 07-11 октября 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>физическая активность / с флагом, мелодией / учить</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>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.</p> <p>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</p>	<p>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»</p>

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

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 14-18 октября 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 21-25 октября 2023 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.)</p>	<p>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.</p>	<p>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).</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 28-01 октября-ноябрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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"</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 04-08 ноябрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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).</p>	<p>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.</p>	<p>Физическая подготовка Цель: (ПК) 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/</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 11-15 ноября 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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/</p>	<p>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: 4.приветствие. 5. Введение Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. 6.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)</p>	<p>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</p>

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

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 18-22 ноябрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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.</p>	<p>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».</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 25-29 ноябрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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/</p>	<p>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.</p>	<p>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</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 02-06 декабря 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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 каблуках. Лететь самолетом. Свободно ходить по кругу. 1 выстраивание. / снятие двух флажков из корзины в строю/ Встать с 1-го ряда на 4 звена.</p>	<p>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.</p>	<p>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)</p>

		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: 3-4 года

Период создания плана: 09-13 декабрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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.</p>	<p>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".</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 18-20 декабрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
	<p>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.</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей 3-4 года

Период создания плана: 23-27 декабрь 2024 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 3-4 года
Период создания плана: 30- декабрь 2024 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>		

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до«Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей:3-4 года

Период создания плана: 06-10 января 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 13-17 января 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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.</p>	<p>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".</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 20-24 января 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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).</p>	<p>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. 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. Дыхание</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 27 - 31 января 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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"</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 03 - 07 февраль 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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, наклониться вперед и встаньте прямо, держитесь за перила, ходите, прыгайте.</p>	<p>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, наклониться 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</p>	<p>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, наклониться вперед и встаньте прямо, держитесь за перила, ходите, прыгайте.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 10-14 февраль 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 17 - 21 февраль 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>

		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: 3-4 года

Период создания плана: 24-28 февраль 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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.</p>	<p>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.</p>

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

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 03-07 март 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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,</p>	<p>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/</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 10-14 март 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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:</p>	<p>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)</p>	<p>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".</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 17-19 март 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибательных 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.</p>	

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 26-28 март 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
	<p>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.</p>	<p>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/</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 31-04 март-апреля 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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</p>	<p>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.</p>	<p>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"</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 07-11 апреля 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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,</p>	<p>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.</p>	<p>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/</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 14-18 апреля 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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 пишете 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.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибательных 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.</p>	<p>Общеразвивающие упражнения. Цель: упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибательных 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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 21-25 апреля 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p>	<p>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".</p>	<p>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.</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 28-02 апрель- май 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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</p>	<p>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».</p>	<p>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</p>

Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей:3-4 года

Период создания плана:05_май2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>Формирование культурно-гигиенических навыков.</p> <p>Цель: мытье рук (трение ладоней друг о друга) и лица ладонями во время купания, протирание лица-рук с помощью взрослых.</p> <p>Воспитывать дружеские отношения.</p> <p>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</p>		

Организация образования Циклограмма воспитательно-образовательного процесса

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 12-16 май 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>Оздоровительно-воспитательные мероприятия.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>Физическая культура</p> <p>Цель: (СП)</p> <p>Прыжки с высоты 15 см стоя на месте.</p> <p>Ползание под веревкой</p> <p>І. вводная часть.</p> <p>Ряд за ряд.</p> <p>Приветствие.</p> <p>(следуя инструкциям)</p> <p>.Стоять по кругу. Держитесь на расстоянии, вытянув руки.</p> <p>Основная часть:</p> <p>Общеразвивающие упражнения: без инструментов.</p> <p>Б. К рука вниз</p> <p>1. поднимите руку и хлопните в ладоши. (5-6 раз)</p> <p>Б. К., рука на талии</p> <p>2. шаг вправо, аплодисменты.</p> <p>- Б. К. шаг влево, аплодисменты.</p> <p>3. сидя обнять колени.</p> <p>Удар головой о колено. Стоять.</p> <p>4. Б. К. широко расставьте ноги, руки на</p>	<p>Физическая подготовка</p> <p>Цель: (ПК)</p> <p>Бег в небольшой группе.</p> <p>Балансировка на гимнастическом стуле.</p> <p>Бросок мешка с песком в цель.</p> <p>Вводная часть:</p> <p>Выстраиваться, ходить в разные стороны, бегать по признаку воспитания, вставать на свои места, переходя к обычной ходьбе.</p> <p>ХОД ПРОВЕДЕНИЯ НОК:</p> <p>Общеразвивающее упражнение-лары.</p> <p>Часть 5 без инструментов.</p> <p>1. расставьте ноги, рука внизу, вытяните руки рядом, опустите, исходная поза.</p> <p>2. дойти до места.</p> <p>Лодки плывут по воде.</p> <p>3. Лежа на спине.</p> <p>Велосипед на пинаем</p> <p>4. Сидя с вытянутыми ногами, поддерживая руки, поднимая колени и подтягивая живот.</p> <p>4.5. Прыжки на двух ногах с руками на</p>

	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: 3-4 года

Период создания плана: 19-23 май 2025 года

Понедельник	Среда	Пятница
<p>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.</p> <p>Воспитывать дружеские отношения.</p> <p>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.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>Основные упражнения на движение: 1. плавно бегать, плескаться, в заданном направлении, в разном темпе, по кругу между предметами, кончиками ног.</p>	<p>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.</p>

Организация образования до «Балапан»

Группа разновозрастная группа

Возраст детей: 3-4 года

Период создания плана: 26-30 май 2025 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: 4.приветствие. 5. Введение Ходить по кругу. Ходить,бегать за педагогом. Встать в круг. Давать детям палочки, бегать друг за другом и строить по кругу. 6.общеразвивающие упражнения. С палочкой 2. 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. 4. Основная часть: Ходьба по кругу, бег. 5. общеразвивающие упражнения Флагамаен 3.Ноги размером с плечо. Держит флаг вытянутым вверх. Наклоните флаг и голову вправо-влево. 4.Ноги расставлены, флаги внизу. Размахивание флагами взад и вперед. / 6 повторений/

