

Сетка ООД СП детский сад ГБОУ СОШ с.Кашпир

День недели	Младшая разновозрастная подгруппа 2-4 года	Задания
<p>Четверг 09.04.</p>	<p>1.Физическое развитие 9.10-9.25</p>	<p>1-я часть. Ходьба в колонне по одному; по сигналу: "Жуки полетели!" – ребёнок бегает по залу. На сигнал: "Жуки отдыхают!" – ребёнок ложится на спину и двигает руками и ногами, как бы шевелит лапками. Затем повтор упражнения (можно использовать музыкальное сопровождение).</p> <p>2-я часть. <i>Общеразвивающие упражнения с косичкой (короткий шнур).</i></p> <p>1. И. п. – стойка ноги врозь, косичка внизу. Поднять косичку вперед, косичку вверх, вперед, вернуться в исходное положение (5 раз).</p> <p>2. И. п. – стойка ноги на ширине ступни, косичка внизу. Поднять косичку вперед; присесть, косичку вынести вперед; подняться, косичку вперед, вернуться в исходное положение (4 раза).</p> <p>3. И. п. – ноги на ширине плеч, косичка внизу. Поворот вправо (влево), косичку вправо (влево); выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза).</p> <p>4. И. п. – ноги на ширине плеч, косичка у груди. Наклониться, коснуться косичкой пола. Выпрямиться, вернуться в исходное положение (4 раза).</p>
	<p>2.Художественно-эстетическое развитие (Музыка) 9.35-9.50</p>	<p>https://yandex.ru/?win=426&clid=2351896-1&from=dist_bookmark</p>
<p>Пятница 10.04.</p>	<p>1. Художественно-эстетическое развитие (Лепка/аппликация)9.10-9.25</p>	<p>Лепка «Птичка» https://www.youtube.com/watch?v=Ej9VUcSfARM</p>
	<p>2.Физическое развитие (На прогулке)10.00-10.15</p>	<p>Ходьба. По сигналу родителя: "Великаны!" – ходьба на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: "Гномы!" – присед, руки положить на колени. Повторить 2 раза.</p> <p>2-я часть. <i>Общеразвивающие упражнения.</i></p> <p>1. И. п. – ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Поднять руки в стороны, помахать кистями, опустить руки, вернуться в исходное положение (5 раз).</p> <p>2. И. п. – ноги на ширине ступни, руки за спиной. Присесть, вынести руки вперед,</p>

		<p>подняться, вернуться в исходное положение (4–5 раз).</p> <p>3. И. п. – стойка на коленях, руки на поясе. Наклониться вправо (влево), выпрямиться, вернуться в исходное положение (по 3 раза).</p> <p>4. И. п. – лежа на спине. Попеременное сгибание и разгибание ног – "велосипед" (между серией движений ногами небольшая пауза).</p> <p>5. И. п. – ноги слегка расставлены, руки на поясе. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (кругом), в чередовании с ходьбой на месте.</p> <p><i>Основные виды движений.</i></p> <p>Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Родитель показывает упражнение и объясняет, что бросать надо перед собой невысоко и при этом смотреть на мяч. Предлагается занять исходное положение: ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках перед собой. По сигналу: "Бросили!" – дети подбрасывают мяч вверх и ловят его каждый в своем темпе. Упавший мяч не поднимают, пока не будет дана команда взять его. Построение для упражнений с мячом может быть различным.</p> <p>Подвижная игра "Мы топаем ногами". Родитель вместе с детьми становится в круг на расстоянии выпрямленных в сторону рук. В соответствии с произносимым текстом ребёнок выполняет упражнения:</p> <p>Мы топаем ногами, Мы хлопаем руками, Киваем головой. Мы руки поднимаем, Мы руки опускаем, Мы руки подаем.</p> <p>С этими словами ребёнок со взрослым дают друг другу руки, образуя круг, и продолжают: И бегаем кругом, И бегаем кругом.</p>
--	--	--