**Месяц     сентябрь   1 неделя         Тема недели «Здравствуй – детский сад!»**

**ранний возраст (2-3 года) группа**

**Занятие 1**

**Программное содержание:** упражнять в ходьбе и беге, учить прыжкам на месте. Упражнять в ползании в заданном направлении, в прокатывании мяча. Развивать координацию движений, мышцы ног, глазомер. Способствовать развитию двигательной активности детей. Воспитывать уважительное отношение к сотрудникам детского сада.

**Игровое упражнение** **«Бегите ко мне»:** упражнять в беге в прямом направлении, одновременно всей группой. Развивать умение детей действовать по сигналу. Воспитывать такие качеств как доброта, дружелюбие.

**Оборудование:**скамейки 2 шт., два шнура, ориентиры 4 шт., мячи среднего диаметра по количеству детей, колокольчик.

**Индивидуальная работа:**обратить внимание на толчок при прокатывании мяча \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Словарная работа:**бег в прямом направлении.

**1часть**. Ходьба и бег «стайкой» (в чередовании) за инструктором.

**2часть**. **Общеразвивающие упражнения на скамейках**

**1. И. п**.: сед на скамейке, руки на коленях.

1, 3 — руки через стороны вверх;

2, 4 — и. п.(4-5раз).

**2. И. п.:** сед на скамейке, руки хватом за сиденье.

1, 3— поднять правую (левую) прямую ногу вперед;

2, 4— и. п. (4 раза).

**3. И. п.:** узкая стойка ноги врозь, стопы параллельно, за скамейкой, руки внизу.

1, 3— присед (спрятаться);

2, 4— и. п. (4 раза)

**4.И. п.:** тоже, руки на пояс.

   Прыжки на двух ногах 8-10 раз, в чередовании с ходьбой вокруг скамейки (3-4 раза)

**5.**Спокойная ходьба с выполнением дыхательных упражнений, в течении 10 с.

**Основные виды движений**

1. Прыжки на двух ногах на месте.
2. Проползание заданного расстояния.
3. Прокатывание мяча в прямом направлении.

**Игровое упражнение «Бегите ко мне».**По сигналу (хлопок в ладоши) – бежать к педагогу, по сигналу (звенит колокольчик) – от педагога. (2 раза)

3 **часть.**Спокойная ходьба, сопровождающаяся дыхательными упражнениям, в течении 1,5 мин.  .