

**Индивидуальный образовательный маршрут воспитанника**

**МКДОУ Детский сад №7 «Улыбка»**

**на 2022-2023 учебный год**

**ФИО ребенка:** Мусаева Альфия Юсуповна

**Дата рождения:** 09.11.2019

**Цель ИОМ:** осуществление индивидуальной педагогической помощи ребенку; создание условий для усвоения ребенком образовательной программы дошкольного образования; обеспечение целенаправленного продвижения ребёнка относительно собственных возможностей; оказание помощи родителям в развитии ребёнка.

**Формы проведения:** игровая деятельность, упражнения, совместная деятельность, беседы, наблюдения.

**Формы взаимодействия с семьёй:** консультации, практикум, собеседование, обмен опытом.

*копия  
верна*

*Мусаева А.Ю.*

*Мусаева А.Ю.*

| Образовательные области                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Цели-результаты                                                                                                                                                                                                                                                                          | Задачи образовательного взаимодействия с семьёй                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Задачи образовательного взаимодействия в детском саду                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Используемые педагогические технологии и методики, методы, приёмы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Физическое развитие</b></p> <p><b>Проблема:</b><br/>Не знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня, о роли гигиены.</p> <p>Затрудняется самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, не проявляет</p> | <p>Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня, о роли гигиены.</p> <p>Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.</p> <p>Участвует в играх с</p> | <p>- Консультация для родителей на тему: «Особенные дети: Левша в мире праворуких».</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «Формирование двигательных навыков».</p> <p>- Рекомендации для родителей «Спортивный уголок дома».</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «Физическое развитие детей дошкольного возраста в условиях ФГОС».</p> | <p>- Воспитывать у детей ценности здорового образа жизни, способствовать развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью.</p> <p>- Развивать представления о своём теле и о своих физических возможностях.</p> <p>- Приобретать двигательный опыт и совершенствовать двигательную активность.</p> <p>- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладевать подвижными играми с правилами.</p> | <p>- Беседы, ситуативные разговоры на формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «Здоровый образ жизни – норма жизни», «Витамины и здоровый организм», «Я ребёнок. Мой образ жизни», «Как я буду заботиться о своём здоровье», «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья!», «Я живу в большом городе» и т.д.</p> <p>- Беседы: «Полезные и вредные привычки», «Режим дня», «Что я знаю о спорте», «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу!» и т.д.</p> <p>- Подвижные игры, направленные на ориентировку в пространстве: «Прятки», «Бег к реке», «Жмурки с колокольчиком», «Разведчики», «Найди клад», «Ловкие движения» и т.д.</p> |

МКДОУ Детский сад №7 «Улыбка»

на 2022-2023 учебный год

**ФИО ребенка:** Мусаева Альфия Юсуповна

**Дата рождения:** 09.11.2019

**Цель ИОМ:** осуществление индивидуальной педагогической помощи ребенку; создание условий для усвоения ребенком образовательной программы дошкольного образования; обеспечение целенаправленного продвижения ребёнка относительно собственных возможностей; оказание помощи родителям в развитии ребёнка.

**Формы проведения:** игровая деятельность, упражнения, совместная деятельность, беседы, наблюдения.

**Формы взаимодействия с семьёй:** консультации, практикум, собеседование, обмен опытом.

| Образовательные области                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Цели-результаты                                                                                                                                                                                                                                                                          | Задачи образовательного взаимодействия с семьёй                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Задачи образовательного взаимодействия в детском саду                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Используемые педагогические технологии и методики, методы, приёмы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Физическое развитие</b></p> <p><b>Проблема:</b><br/>Не знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня, о роли гигиены.</p> <p>Затрудняется самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, не проявляет</p> | <p>Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня, о роли гигиены.</p> <p>Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.</p> <p>Участвует в играх с</p> | <p>- Консультация для родителей на тему: «Особенные дети: Левша в мире праворуких».</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «Формирование двигательных навыков».</p> <p>- Рекомендации для родителей «Спортивный уголок дома».</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «Физическое развитие детей дошкольного возраста в условиях ФГОС».</p> | <p>- Воспитывать у детей ценности здорового образа жизни, способствовать развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью.</p> <p>- Развивать представления о своём теле и о своих физических возможностях.</p> <p>- Приобретать двигательный опыт и совершенствовать двигательную активность.</p> <p>- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладевать подвижными играми с правилами.</p> | <p>- Беседы, ситуативные разговоры на формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!», «Здоровый образ жизни – норма жизни», «Витамины и здоровый организм», «Я ребёнок. Мой образ жизни», «Как я буду заботиться о своём здоровье», «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья!», «Я живу в большом городе» и т.д.</p> <p>- Беседы: «Полезные и вредные привычки», «Режим дня», «Что я знаю о спорте», «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу!» и т.д.</p> <p>- Подвижные игры, направленные на ориентировку в пространстве: «Прятки», «Бег к реке», «Жмурки с колокольчиком», «Разведчики», «Найди клад», «Ловкие движения» и т.д.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>инициативу и творчество.</p> <p>Неохотно участвует в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, в спортивных играх и упражнениях.</p> <p>Испытывает затруднения в лазании по гимнастической стенке, прыжках в длину с места с разбега, в высоту с разбега, через скакалку.</p> <p>Испытывает затруднения в ориентировке в пространстве, перестроении в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне.</p> <p>Затрудняется метать правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивать и ловить мяч.</p> | <p>элементами соревнования, играх-эстафетах, в спортивных играх и упражнениях. Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места с разбега, в высоту с разбега, через скакалку.</p> <p>Умеет ориентироваться в пространстве, перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне.</p> <p>Умеет метать правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч.</p> | <p>- Консультация для родителей на тему: «В движении – жизнь!».</p> <p>- Беседы с родителями на тему: «Если ребёнок малоподвижен», «Двигательная активность и здоровье ребёнка».</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «Привлечение ребёнка к спорту и организация спортивных занятий».</p> <p>- Рекомендации для родителей «Одежда для прогулок»</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «А я хочу много двигаться!»</p> <p>- Консультация для родителей на тему: «Здоровый образ жизни и формирование двигательной активности ребёнка в семье»</p> | <p>- способствовать формированию полезных привычек и навыков, нацеленных на поддержание собственного здоровья. Формировать гигиенические навыки.</p> <p>- Поддерживать интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениях в беге, прыжках, лазании, метании и др. Способствовать развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.</p> <p>- Развивать у детей интерес к различным видам спорта, предоставлять детям возможность кататься на лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.</p> | <p>- Игры-эстафеты: «Солнышко», «Круговая эстафета», «С флажком», «Ловкие ребята», «Попади в цель», «Туристы», Переправа», «Донеси-не урони» и т.д.</p> <p>- Спортивные игры, направленные на развитие и интерес к различным видам спорта: «Лыжные гонки», «Большой теннис», «Велоспорт», «Плавание» и т.д.</p> <p>- Дидактические игры, направленные на ознакомление и закрепление видов спорта: «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта», Виды спорта», «Четвёртый лишний», «Сложи картинку», «Хорошо и плохо», «Спортивное домино», «Что к чему», «Мой режим» т.д.</p> <p>- Игры с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Классы» и т.д.</p> <p>- Игры- упражнения на метание: «Охотник и зайцы», «Брось до флажка», «Попади в обруч», «Сбей кеглю», «Серсо», «Сбей мяч!» и т.д.</p> <p>- Досуг «Спортивная викторина».</p> <p>- Вечер загадок и отгадок о спорте.</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

## Планирование индивидуальной работы

| Название<br>игры,<br>упражнения                                                           | Задачи                                                                                                                | Содержание работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Направление развития – подвижные игры, направленные на ориентировку в пространстве</b> |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 1<br>Игра «Вратарь»<br><br>03.10.2022                                                     | Закреплять навыки ориентировки ребенка относительно себя, развитие быстроты реакции, точности движения.               | Ход игры: взрослый бросает мяч ребенку, одновременно предупреждая ребенка, куда должен лететь мяч. Ребенок должен сделать вратарское движение в заданном направлении.                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 2<br>Подвижная игра<br>«Иди на звонок»<br>05.10.2022                                      | Развивать слуховое внимание; упражнять в ориентировке в пространстве; совершенствовать движения в необычных условиях. | Ход: играющие строятся в одну шеренгу и завязывают себе глаза. Воспитатель отходит от них на 15-20 м, звонит в колокольчик. Все играющие должны идти на этот звук. После второго сигнала колокольчика все останавливаются и снимают повязки. Выигрывает тот, кто ближе всех стоит к воспитателю.                                                                                                                                                                                |
| 3<br>Игра «Жмурки»<br>07.10.2022                                                          | Учить детей при помощи слуха определять направления движущихся предметов.                                             | Ход: среди детей выбирается водящий. Водящему надевают темную повязку. У остальных детей есть колокольчик, который они могут передавать друг другу. Ребенок с колокольчиком в процессе передвижения звонит им. Водящий идет на звук, пытаясь задеть того, у кого колокольчик.                                                                                                                                                                                                   |
| 4<br>Подвижная игра<br>«Раз тропинка,<br>два тропинка»<br>12.10.2022                      | Упражнять в ходьбе различными способами, в ориентировке в пространстве; знакомить со свойствами снега.                | Ход: каждый из детей рисует на снегу свою, непохожую на другие тропинку, используя разные способы ходьбы. После того как тропинки будут нарисованы, дети рассматривают их, пытаясь отгадать использованный при рисовании способ ходьбы, а затем проходят по ним соответствующим шагом. В конце игры все тропинки соединяются вместе-строится один большой дом.                                                                                                                  |
| 5<br>Игра «Повтори»<br>14.10.2022                                                         | Развивать быструю ориентировку в пространстве относительно себя и относительно другого предмета.                      | Ход: поднимите вверх, пожалуйста, правую руку, теперь левую, посмотрите назад, в левую сторону, в правую сторону, вперед, вверх, вниз.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 6<br>Игра:<br>«Разведчик»<br><br>19.10.2022                                               | Закреплять умение детей ориентироваться в пространстве детского сада в процессе передвижения, учить составлять        | Ход: Ребенку дается инструкция: «Ты-разведчик. Тебе нужно дойти до секретного объекта (кабинета медсестры, логопеда, психолога, кухни), запомнить свой путь и все что ты увидишь по пути, и вернуться обратно в штаб (группу)». Возвращаясь в группу, ребенок рассказывает где он шел (поднимался или спускался по лестнице, шел по коридору), какие объекты встречались на его пути, что находилось справа от него, слева от него. В последующем ребенок с моей помощью рисует |

|                                             |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                             | маршрут своего пути, развивать память.                                                                                                                                             | маршрут своего пути.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 7<br>"Прятки"<br>21.10.2022                 | Развивать внимание, быстроту реакции, умение ориентироваться в открытом пространстве.                                                                                              | Содержание: Все играющие делятся на две команды, которые возглавляют капитаны. По жребию определяют, кто будет прятаться, а кто - разыскивать. Для игры устанавливают место (дерево, стену, дверь и т. п.) - "город", куда должны прибежать игроки. Тех, кто должен прятаться, уводит капитан команды, указывает им места для укрытия, а сам возвращается к команде, которая должна разыскивать спрятавшихся. Капитан ходит, все время выкрикивая: "Мы находимся... (называет местонахождение)!". Это помогает его команде ориентироваться: оставаться в укрытии или бежать завоевывать "город". Если те, кто ищет, заметят хотя бы одного из спрятавшихся, они громко называют его имя и место укрытия, а сами группой бегут в "город". Команда, прибежавшая в "город" раньше другой, получает очко. Команда, которая прячется, может подбежать и завоевать "город" еще до выявления местонахождения соперников или после того, как их увидели. |
| 8<br>"Кто правильно назовет"<br>26.10.2022  | Стимулировать умение определять пространственные отношения между собой и окружающими объектами.                                                                                    | Содержание: В игре ребенок показывает правую руку и называет, что находится справа, а затем ему предлагают закрыть глаза, повернуться на одном месте несколько раз. Затем открыть глаза, опять показать правую руку и назвать то, что находится справа от него. Таким образом, проводится работа и с левой рукой.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 9<br>"Жмурки с колокольчиком"<br>07.11.2022 | Учить детей при помощи слуха определять направления движущихся предметов.                                                                                                          | Оборудование: темная повязка для глаз, колокольчик.<br>Содержание: среди детей выбирается водящий. Водящему ребенку надевают темную повязку. У остальных детей есть колокольчик, который они могут передавать друг другу. Ребенок с колокольчиком в процессе передвижения звонит им. Водящий идет на звук, пытаясь задеть того, у кого колокольчик.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 10<br>"Найди игрушки"<br>09.11.2022         | Учить детей передвигаться в пространстве, сохраняя и меняя направление в соответствии с указаниями педагога, с учетом ориентира, употреблять в речи пространственную терминологию. | Оборудование: разные игрушки<br>Содержание: Детям сообщается, что все игрушки спрятались. Чтобы их найти нужно внимательно слушать "подсказки" (инструкции) и следовать им. После обнаружения игрушки, ребенок рассказывает в каком направлении он шел, в какую сторону поворачивал, где нашел игрушку.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                             |                                                                                                                                                                                    | <b>Направление развития – игры-упражнения с прыжками</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 11<br>«Угости белку орешком»<br>11.11.2022  | Упражнять в умении подпрыгивать на двух ногах на месте с касанием подвешенного предмета;<br>развивать координацию рук и ног при толчке.                                            | Игрушка белка находится на полочке или сучке дерева, а рядом, чуть выше поднятой руки ребенка, висит корзина. Чтобы угостить белку орешком (положить его в корзину), ребенок должен высоко подпрыгнуть. Инструктор следит, чтобы дети отталкивались одновременно двумя ногами и мягко приземлялись. Можно повесить 2—3 корзинки, это даст возможность одновременно выполнять упражнение 2—3 детям. Учитывая рост детей, корзинки можно повесить на разной высоте.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 12                                          | Упражнять в умении                                                                                                                                                                 | На игровой площадке на расстоянии 3—5 м от земли натянут шнур. К нему привязаны шары                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

|                                                  |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| «Подпрыгни до воздушного шара»<br><br>16.11.2022 | подпрыгивать на двух ногах на месте с касанием подвешенного предмета.                                                                   | так, чтобы они находились выше вытянутой руки ребенка. Инструктор предлагает детям подпрыгнуть и ударить по шару руками. Высота привязанных шаров регулируется в зависимости от роста детей и их возможностей. Инструктор следит, чтобы дети, подпрыгивая, касались шара двумя руками (с целью равномерной нагрузки на мышцы плечевого пояса).<br>Усложнение. На шнур можно повесить колокольчики, сделанных из бумаги бабочек и др. Инструктор следит, чтобы дети, подпрыгивая, касались предметов поочередно правой и левой рукой. |
| 13<br>«Поймай комара»<br><br>18.11.2022          | Упражнять в умении подпрыгивать на двух ногах на месте с касанием подвешенного предмета;<br>развивать координацию рук и ног при толчке. | Дети становятся в круг. В середине круга стоит инструктор с прутом в руках. К пруту привязан шнур, на конце которого прикреплен «комар» из бумаги. Инструктор ведет прут над головами детей, они подпрыгивают, стараясь дотронуться до комара.                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 14<br>«Прыгни через шнур»<br>23.11.2022          | Упражнять в умении подпрыгивать на двух ногах.                                                                                          | На полу протягивают шнур длиной 3—4 м. Дети подходят к шнуру и по сигналу перепрыгивают через него. Можно положить параллельно 5—8 шнуров разного цвета (на расстоянии по 70 см).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 15<br>«Прыгни в обруч»<br><br>25.11.2022         | Упражнять в умении подпрыгивать на двух ногах в движении.                                                                               | На полу лежит обруч диаметром 1 м. Детям предлагают подойти к нему ближе и прыгнуть в него, а затем выпрыгнуть. Упражнение выполняют одновременно три человека, повторяют его до 5 раз. После выполнения упражнений можно предложить детям походить и побегать вокруг обруча                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 16<br>« Из обруча в обруч»<br>30.11.2022         | Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.                                                                                | Плоские обручи (3—4 шт.) разложены по залу на расстоянии 30 см. Дети прыгают на двух ногах друг за другом из обруча в обруч, продвигаясь вперед.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 17<br>«Прыгай до флажка»<br>02.12.2022           | Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; закреплять умение мягко приземляться после прыжка.                             | Цветные флажки кладут на стульчики или скамейку. На расстоянии 1—1,5 м от стульчиков на полу протягивается шнур. Дети подходят к шнуру и по сигналу прыгают от него на двух ногах, продвигаясь вперед до флажков. Когда дети оказываются у флажков, они берут их, машут ими и кладут на место. Обратно возвращаются бегом.                                                                                                                                                                                                           |
| 18<br>«Через ручеек»<br>07.12.2022               | Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.                                                                                | На площадке выкладывается из веревок, палок или скакалок «ручеек». Дети встают к ручейку и по сигналу «Прыг!» перепрыгивают через него, отталкиваясь двумя ногами, расходятся по площадке; по сигналу «Домой!» снова перепрыгивают.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 19<br>«Прыгни — повернись»<br>09.12.2022         | Упражнять в умении прыгать на двух ногах с поворотами вправо-влево;<br>развивать естественную координацию движений, ловкость.           | Дети, свободно располагаясь по площадке, прыгают на месте под счет 1,2,3, на счет 4 поворачиваются направо на 45°. Снова делают три прыжка на месте, на четвертый поворачиваются направо и т.д. Вернувшись в и.п., выполняют прыжки в левую сторону.                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

