Планирование двигательной активности в течение дня.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| группа | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница |
| 2 младшая | 1 | Прыжки  | Прокатывание мяча | Бросание и ловля мяча | Ползание, лазание | Ходьба с перешагиванием через предметы |
| 2 | Подлезание, лазание | Бег  | Подпрыгивание, прыжки | Бросание и ловля мяча | Ориентирование в пространстве |
| средняя | 1 | Ползание, лазание | Бросание, отбивание мяча | Прыжки на скакалке | Метание в даль (мешочки, мячи) | Перепрыгивание, до прыгивание до предмета |
| 2 | Бег | Бег с прыжками | Лазание и ползание | Бег на внимание | Бег с метанием |
| старшая | 1 | Лазание  | Метание в цель  | Лазание и ползание | Прыжки через скакалку | Прыжки в длину, высоту |
| 2 | Бег  | Бег с подпрыгиванием на одной ноге попеременно | Метание по сигналу | Подлезание под предметом | Метание в даль, ловля мяча. |