

Утверждено
Директор ясли-сада №27 «Ақбота»
Г.М.Кошкинова
педсовет №1 31.08.2021 г.



**Перспективный план организованной учебной деятельности по физической культуре
группа предшкольной подготовки «Улыбка»
на 2021-2022 учебный год.**

Улыбка

	Тема	Цель	Время
1	Ходьба по доске шагом	Учить детей ходьбе по доске на носочках и пятках; упражнять в катании и быстром броске мяча; воспитывать ловкость и скорость, волевые качества при выполнении упражнений.	1
2	Бросаем мяч быстро	Продолжать формировать у детей умения стоять в строю в один ряд, ходить; продолжать формировать навыки бега врассыпную; учить метать мяч двумя руками вверх, над веревкой; развивать навыки метания мяча двумя руками из-за груди через спортивные игры.	1
3	Паровоз мчится вперед	Продолжать учить детей бегу в один ряд; прыжки с продвижением вперед на расстояние 3-4 м; обучение ползанию из-под веревки высотой 40 см, не касаясь руками пола; продолжать формировать у детей навыки ходьбы на пятках, на носочках; развивать навыки метания мяча двумя руками от груди друг к другу через спортивные игры.	1
4	"Ходьба на четвереньках, толкание мяча головой"	Формировать у детей умение самостоятельно стоять в строю и правила приема рапорта (рапорта); учить толкать мяч головой, двигаясь на четвереньках; упражнять в навыках переворачивания и бросания мяча в кольцо, удерживаемое партнером; воспитывать ловкость и меткость.	1
5	Спорт - красота жизни	Развитие у детей навыков метания мяча двумя руками вверх, над веревкой; ползания из-под веревки высотой 40 см, не касаясь руками пола; стоя в строю в один ряд, переход из обычной ходьбы в бег врассыпную; прыжки с продвижением вперед на расстояние 3-4 м.	1
6	Строение человеческого тела	Дать детям элементарное представление о строении тела человека; расширить знания об особенностях строения тела человека; научить наизусть строение тела.	1
7	Ходьба по канату переменным шагом	Учить детей ходить переменным шагом по канату; прививать правила приема рапорта (рапорта); формировать умение самостоятельно стоять в строю; упражнять в навыках перехода из дуги в наклон; совершенствовать навыки перехода из строя в ряд, из ряда в строю.	1
8	Бросание мяча от пола вверх	Учить детей ходьбе с высоким подниманием колен; бегать парами в один ряд; отбрасывать мяч от пола вверх и бить двумя руками (4-5 раз); приучать к правилам приема команды (команды); совершенствовать умения стоять в два ряда.	1
9	В строй становись!"	Обучение детей ползанию на гимнастической скамейке на животе; ходьба с высоким подниманием колен; ходьба на носочках, на пятках, на внутренней стороне стопы, с поднятыми вверх коленями, мелкими и большими шагами; бег в	1

		парах в один ряд; совершенствование навыков приема рапорта (рапорта).	
10	Подлезание под веревку прямо и боком.	Приучать детей к правилам подачи рапорта; учить ползать прямо и с боком под веревкой; приучать ходьбе, полностью касаясь подошвой пола; повышать волевые качества.	1
11	Давай, попробуем силы	Упражнять детей в перешагивании предметов; в беге "змейкой" между предметами, поставленными в одну линию; в катании мяча между предметами, поставленными в один ряд; совершенствовать навыки приема команды (команды).	1
12	"Органы чувств человека"	Познакомить детей с органами чувств; дать простое представление об органах чувств; расширить знания об особенностях органов чувств; Объяснить правила зрения, слуха и вкуса.	1
13	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на локти и колени	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке с опорой на локти и колени; совершенствовать умение самостоятельно стоять в строю; формировать навыки катания мяча сидя и стоя; воспитывать ловкость и скорость, волевые качества.	1
14	Маленькие мячики"	Учить детей прыгать на двух ногах, зажимая мешочек между коленями; упражнять детей в беге "змейкой" между предметами, поставленными в одну линию; раскатывать мяч между предметами, поставленными в один ряд; перешагивать через предметы; совершенствовать навыки приема команды (команды).	1
15	"Помоги друзьям"	Учить детей ходить в разных темпах; бегать перепрыгивая через предметы; прыгать между предметами на двух ногах (дистанция 4 м); развивать навыки катания мяча между предметами, поставленными в один ряд.	1
16	"Прыжки на месте на двух ногах вокруг себя"	Учить детей совершать круговые прыжки на одном месте; совершенствовать умение самостоятельно стоять в строю; приучать к ходьбе по наклонной доске; воспитывать ловкость.	1
17	"Всадники"	Продолжать развивать у детей навыки прыжков на двух ногах; прыжки между предметами на двух ногах (расстояние 4 м); зажимать мешочек между коленями и продолжать развивать навыки прыжков на двух ногах; побуждать выполнять движения в разных темпах в соответствии с ритмом музыки.	1
18	"Красота тела"	Продолжать формировать у детей элементарные знания о строении человеческого тела, познакомить детей со строением скелета и его основной функцией. Закрепить понятия «скелет», «череп», «грудная клетка», «осанка». Прививать детям осознанное отношение к своему здоровью, закрепить правила правильной осанки.	1

19	"Перепрыгивание через палки на двух ногах"	Учить детей прыгать по команде на двух ногах, спускаться на носочках, соблюдать координацию движений рук и ног; совершенствовать навыки перекатывания на коврике; навыки перехода из строя в ряд, из ряда в ряд.	1
20	"Прыжки по команде"	Учить детей ходить в разных темпах; останавливаться по сигналу педагога, менять направление движения; учить бить мяч по стенке и стучать двумя руками; развивать навыки бега между предметами.	1
21	"Сохраняем равновесие"	Развивать у детей умения ползать под гимнастической скамейкой; учить подбрасывать воланную ракетку в определенную сторону; останавливаться по сигналу педагога, ходьба с изменением направления движения; ползать "змейкой" между предметами, поставленными в одну линию.	1
22	"Ходьба боком в одну сторону с мешочком на голове"	Учить детей ходить по канату боком, положив на голову мешочек, и совершенствовать навыки прямого катания мяча; упражнять в навыках перехода из строя в круг, из круга в строю.	1
23	"Мой веселый звонкий мяч"	Продолжать формировать у детей навыки бега врассыпную; бега через препятствия; ползания под дугой (высота 50 см); повороты на одном месте вправо, влево.	1
24	"Чистота личности"	Раскрыть понятие «личная гигиена», познакомить детей с основными правилами личной гигиены, объяснить, что соблюдение их – важное средство сохранения здоровья человека, формировать гигиенические навыки и умения, воспитывать культуру здоровья, ведение здорового образа жизни.	1
25	Бег между палками, расположенными в один ряд"	Учить детей бегать между палками, расположенными в один ряд на высоту 50 см; упражнять в ходьбе друг за другом в строю, поднимая колени; упражнять в ходьбе и ведении мяча по полу между кеглями, расположенными в один ряд (5 м); воспитывать ловкость и скорость.	1
26	Построение в несколько рядов"	Учить детей лазанию по наклонной доске прикрепленной к гимнастической стенке и опускаться обратно, удерживая ступеньку; продолжать формировать у детей навыки метания волана ракеткой в определенную сторону; прививать интерес к физической культуре через игры и упражнения.	1
27	"Игры-эстафеты в	Упражнять детей в ходьбе между предметами; упражнять в прыжках в высоту; совершенствовать умения лазать по наклонной лестнице, переходить по гимнастической стенке и вновь спускаться по ступенькам; прививать интерес к	1

	несколько рядов"	физической культуре через игры и упражнения.	
28	Ползание на животе	Учить детей ползать на животе под палками, расположенных рядами на высоте 50 см; упражнять в сгибании ног назад в коленях и подъеме коленей вверх, стоя парами, друг за другом; приучать ходьбе боком под шнур, не касаясь тела; формировать волевые качества.	1
29	Я ловкий	Упражнять детей в ходьбе строем с вытянутыми в стороны руками; упражнять в метании мешка с песком в цель на расстоянии 2-2,5 м; развивать у детей навыки ходьбы между предметами; прыгать с высоты; обогащать двигательный опыт детей путем совершенствования основных движений.	1
30	"Режим дня"	Формирование представлений о режиме дня, частях суток и потребности в здоровом образе жизни, закрепить знания о частях суток, раскрыть взаимосвязь здорового образа жизни и соблюдения режима дня, формирование осознанного отношения к своему здоровью.	1
31	Метание палки в цель на расстоянии 5 метров"	Учить детей метать палки в вертикальную цель с расстояния 5 метров; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке быстрым шагом в одну сторону, положив руки на пояс; упражнять в ходьбе на «паровозе» с изменением акцента и направления в строю друг за другом; формировать ловкость и скоростные качества.	1
32	Учимся метать	Учить детей бегать между предметами (дистанция 3 м) поочередно на правой и левой ногах; развивать у детей навыки прямого броска с вытянутыми в стороны руками в строю; метания мешка с песком в цель на расстоянии 2-2,5 м;	1
33	"Попади точно в различные цели"	Ходьба детей шагами вперед; ползание под дугой, держа мяч в руках (высота 50 см); обучение ходьбе по скамейке перешагивая через кубики, сохраняя равновесие; стимулирование интереса к выполнению физических упражнений.	1
34	"Прыжки с продвижением вперед"	Научить детей прыжкам на одной ноге с продвижением вперед, катанию надувного мяча на другой ноге; упражнять в навыках ползания боком из-под веревки высотой 40 см, не касаясь руками пола и телом к веревке; упражнять в ходьбе «паровозом» с изменением направления в строю друг за другом; повышать волевые качества.	1
35	Переменный прыжок на одной ноге"	Бег детей с разной скоростью - медленный, быстрый, в среднем темпе 1,5-2 мин без остановки; обучение ходьбе по канату с запасным шагом с сохранением равновесия; развитие навыков повторного спуска по наклонной ступеньке с переходом на гимнастическую стенку и удержанием реек лестницы.	1
36	Лазание по препятствующим	Развивать у детей навыки чередования шагов; прыжков в высоту с места; через подвижную игру входить в обруч (высота 50 см), выходить на наклонную лестницу; при выполнении круга-стоять прямо с вытянутыми в стороны руками.	1

	предметам высотой 60 см".		
37	"Соблюдаем дистанцию"	Обучение детей повторному чередованию ходьбы и бега; прыжкам через скакалку; метанию мяча обеими руками друг другу (дистанция 1,5 - 2 м) над головой; развитие навыков чередования шагов.	1
38	"Как прыгать с мешочком?"	Обучение детей повторному чередованию ходьбы и бега; прыжкам через скакалку; метанию мяча обеими руками друг другу (дистанция 1,5 - 2 м) над головой; развитие навыков чередования шагов.	1
39	"Прыжки с Хоп-фитболами".	Учить детей прыгать с хоп- фитболами (прыжковые гимнастические мячи); упражнять в метании мяча вверх обеими руками и хлопках в ладоши; упражнять в беге с изменением направления, соблюдая дистанцию друг за другом в строю; формировать навыки подсчета первого-второго подряд в строю и объединения в группу по номерам.	1
40	"Раз, два, прыгни!"	Развитие у детей навыков перестановки из строя в ряд; прыжки детей в прямом направлении (дистанция 6 м); обучение метанию асика; совершенствование умений катать мяч правой и левой ногой в заданном направлении с помощью подвижной игры.	1
41	"Культура питания"	Показать значение правильного питания для развития организма, дать представление о витаминах и их значении, развивать навыки здорового образа жизни, воспитывать культуру поведения за столом, способствовать формированию культурно-гигиенических навыков.	1
42	"Перепрыгивание через шнур".	Учить детей быстро перепрыгивать через веревки; упражнять в беге, соблюдая дистанцию, меняя направление в строю; упражнять в ходьбе на гимнастической скамейке, подтягиваясь обеими руками на гимнастической скамейке.	1
43	Быстро спрыгиваем с каната".	Обучение детей ходьбе на носочках перешагивая через предметы; прыжкам с чередованием правой и левой ног; ползанию через препятствие и из- под дуги, не касаясь руками пола; развитие у детей навыков перестановки из строя в два ряда.	1
44	"Бег с изменением направления".	Продолжать развивать у детей навыки: прыжки с места на место; перестановки из строя в три ряда; повороты вправо, влево, с группировкой по правой и левой стороне, не касаясь руками пола, края обруча; ведение мяча двумя руками между предметами (дистанция 4 м).	1
45	"Прыжки с места на двух ногах".	Научить детей прыгать на двух ногах в высоту 20 см; совершенствовать умения построения в ряд рассчитавшись на первый - второй и объединяться по номерам; упражнять в лазании по гимнастической стенке не пропуская за реек.	1

46	Прыжки в высоту	Продолжать развивать у детей навыки движения вперед, бросания мяча двумя руками и повторного удара (дистанция 4-5 м); прыжка на высоту до 20 см; перестановки из строя в три ряда; поворота направо, налево.	1
47	Польза витаминов	Объяснять детям о пользе витаминов для здоровья человека, закреплять знания детей о пользе овощей и фруктов для жизни человека, о наличии витаминов в овощах, фруктах и других продуктах питания.	1
48	Бросание и ловля мяча с продвижением вперед на расстоянии 5 метров	Научить детей в ведении мяча левой и правой рукой ударяя об пол, с продвижением вперед на расстоянии 5 метров, формировать умение бегать в строю, соблюдая дистанцию друг за другом вдоль каната, меняя направление; упражнять в прыжках в длину с места на расстоянии 50 см.	1
49	"Удар мяча о землю поочередно".	Учить детей прыжкам через линию; перестроение из строя в три ряда; поворот направо, налево; продолжать развивать навыки вращения в положении стоя; учить детей ходить по скамейке, по ребристой доске, чередуя мяч на каждом шагу из рук в руки.	1
50	"Игры удар мяча о землю".	Учить детей на каждом шагу ходить по скамейке, по ребристой доске с переносом мяча из рук в руки; развивать у детей навыки вертикального стояния с вытянутыми вперед руками.	1
51	Отработка переноса мяча между двумя лодыжками".	Упражнять детей в ходьбе по сигналу в один ряд с поворотом в другой; бегать перешагивая через предметы в один ряд по одному; учить ходить по канату с мешком на голове, боком, шаг за шагом; совершенствовать в подвижной игре в парах стоя, катать мяч ногами друг на друга, несколько раз подряд ударять ногой о стену.	1
52	"Безопасность в доме"	Воспитание у детей чувства ответственности за своё поведение, расширить и уточнить знания детей о безопасном поведении в доме, формировать у детей умение предвидеть опасность, по возможности избегать опасные ситуации, воспитывать чувство взаимопомощи.	1
53	"Катание мяча в прямом направлении с расстояния 3 метра".	Учить детей катать мяч в прямом направлении с расстояния 3 метра; учить повторять движения зверей по видео, используя нетрадиционные формы упражнений в учебной деятельности; формировать навыки перехода из строя в круг, из круга в строю; воспитывать ловкость и скорость.	1

54	Упражнения с мячом	Упражнять детей в ходьбе через скакалку, поднимая колено вверх; упражнять в метании мешка, мяча правой рукой в вертикальную цель выше плеча; перестраиваться из строя в три ряда; продолжать развивать навыки поворота вправо, влево; совершенствовать умения скользить шайбу друг к другу в парах.	1
55	"Эстафеты с мячом".	Учить детей вращать обручи и проходить через них; стоять в паре и снова в один ряд во время ходьбы; развивать навыки бега, поднимая колени вверх.	1
56	"Ходьба на четвереньках по бревну".	Учить детей ползать по бревну на четвереньках, опираясь на ладони и ноги; используя нетрадиционные формы движений в учебной деятельности упражнять в повторении движений птиц, воспитывать ловкость и волевые качества.	1
57	"Различные упражнения по ползанию, подлезанию".	Учить детей непрерывному бегу до 2 мин между предметами; двойному прыжку с короткой скакалкой; обучение ползанию на четвереньках с положенными на спину мешками; мотивация к выполнению движений в разных темпах в соответствии с ритмом музыки; перестроение из строя в три ряда; продолжение развития навыков поворота направо, налево.	1
58	"Бег хоп-фитболом между предметами".	Учить детей бегать по хоп-фитболу между предметами; приучать с расстояния 3 м бросать мяч обеими руками над головой в корзину; воспитывать выносливость и волевые качества.	1
59	"Упражнения через препятствия".	Обучение детей ходьбе с мячом в одну сторону; скоростному бегу на дистанцию 100-120 м, чередуя с ходьбой между кеглями; развитие навыков метания мешка с расстояния 4 м в вертикальную цель через плечо и правой рукой; перестановка из строя в три ряда; продолжение развития навыков поворота направо, налево; совершенствование умения скользить шайбу друг к другу в парах.	1
60	"Эстафеты через препятствия".	Учить детей чередовать ползание со скамейкой с ходьбой; развивать у детей умение ходить с мячом в одну сторону; бегать на скорость, между кеглями, на расстояние 100-120 м, чередуя с ходьбой; стоять прямо, вытянув руки из стороны в сторону при построении строя.	1
61	"Катание мяча между предметами".	Учить детей катать мяч между предметами; упражнять в прыжках в длину с места (расстояние 60 см), воспитывать ловкость и выносливость.	1
62	"Отработать прокатывание	Научить детей метанию мешочка левой рукой с расстояния 4 м над плечом в вертикальную цель; прыгать на двух ногах короткими прыжками; совершенствование навыков ползания на четвереньках с наложением мешочков на спину; ходьба	1

	мяча между фишками".	маленькими и большими шагами, подняв ноги ходьба на пятках, на носочках, на внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колен; бег парами в один ряд; совершенствование навыков приема команд (команды).	
63	Прыжки на двух ногах через предметы разной высоты".	Учить детей прыгать двумя ногами через предметы разной высоты; упражнять в ползании под палкой (скалкой) высотой 25 см; воспитывать ловкость и скорость.	1
64	Прыжки на двух ногах через кубики".	Ходьба с мячом в одну сторону; бег на скорость, на дистанцию 100-120 м с чередованием ходьбы с ходьбой между кеглями; развитие навыков чередования ползания со скамейки с ходьбой; пробуждение интереса к физической культуре через игры и упражнения.	1
65	"Эстафеты с прыжками на предметы и спрыгиванием на землю на двух ногах".	Учить детей выполнять прыжки длинными прыжками на двух ногах; махать мячом одной рукой с пола, сбивать двумя руками; перестраиваться из строя в три ряда; продолжать развивать навыки поворота вправо, влево.	1
66	"Лазание по гимнастической лестнице разными способами"	Учить детей лазать по гимнастической лестнице различными способами; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние до 7 м; воспитывать волевые качества и скорость.	1
67	"Как вы можете лазить?"	Учить детей ползать под 3-4 дугами; развивать у детей навыки прыжка длинными прыжками на двух ногах; развивать навыки отбивания мяча одной рукой о пол; прыгать стоя на месте; перестраиваться из строя в три ряда; продолжать развивать навыки поворота вправо, влево.	1
68	Катание фитбола	Учить детей катать фитбол между предметами-препятствиями; находясь в строю, упражнять в выполнении упражнений для рук и бега с разбегом; приучать к прыжкам в обручи, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга;	1

	между предметами".	воспитывать волевые и скоростные качества.	
69	"Поиграем с фитболом".	Упражнять детей в беге змейкой без направления; упражнять в ходьбе друг за другом, положив мешочек на голову вдоль веревки; выполняя задания педагога, при ходьбе и беге совершенствовать умения перестраиваться из строя в три ряда.	1
70	"Плывем, как облака".	Обучение детей ходьбе между кеглями, перешагивая между веревками, поставленных на расстоянии 40 см; бег змейкой без направления; развитие навыков ходьбы шагом вдоль веревки с наклоном в одну сторону, положив на голову мешочек; выполняя задания педагога, совершенствовать умения перестраиваться из строя в три ряда при ходьбе и беге.	1
71	"Бег с ведром".	Учить детей бегать, держа ведро с водой в двух руках; совершенствовать навыки выполнения беговых упражнений, в беге в обратном направлении между разбросанными кубиками с изменением направления в круге; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями; воспитывать ловкость и выносливость.	1
72	"Ползание на четвереньках между кеглями".	Учить детей прыгать вперед и назад с одной ноги на другую с поворотом вперед и чередованием прыжков на двух ногах; развивать у детей навыки ходьбы через кегли по шнуру, расставленным на расстоянии 40 см; метать мяч двумя руками от груди; стимулировать игру командой.	1
73	Ходьба поскоками с кнутом".	Учить детей ходить с кнутом в руке и при ходьбе поскоками подбирать мелкие предметы (монеты в платочках); упражнять в прыжках боком через короткую веревку, расположенной на расстоянии 40 см друг от друга; воспитывать волевые качества.	1
74	"Умение делать упражнения с предметом".	Учить детей подниматься по ступенькам до верха гимнастической стенки и опускаться вниз, переходя на другой интервал; развивать у детей навыки прыжков с одной ноги на другую с поворотом вперед на двух ногах; ходить маленькими и большими шагами, на носочках, на пятках, на ступне, а внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колен; бегать парами в один ряд; совершенствовать навыки приема команд (команды).	1
75	"Выбирай предмет для упражнения".	Учить детей прыгать на одном месте и с продвижением вперед на расстояние 6-8 м; совершенствовать навыки лазания по лестнице до верха гимнастической стенки и спуска с переходом на другой интервал; перестраиваться из строя в три ряда; продолжать развивать навыки поворота направо, налево.	1
76	"Прыжки вверх до предмета, висящего на высоте	Учить детей прыгать вверх до предмета, висящего на высоте 25 см; упражнять в ходьбе между надувными мячами; формировать волевые качества.	1

	25 см".		
77	"Прыжок вверх с разбега".	Учить детей ходить по кеглям, чередуя правую и левую ноги из шнуров, расставленных на расстоянии 40 см; развивать умения прыгать на месте и с продвижением вперед на расстояние 6-8 м; выполнять знакомые им физические упражнения под музыку грациозно и ритмично.	1
78	"Бросание мяча друг другу через шнур".	Учить детей перебрасывать мяч через шнур друг к другу; упражнять в ходьбе вверх-вниз, держа на груди мешок с песком по наклонной доске высотой 50 см с одной стороны; формировать навыки выполнения упражнений по ходьбе и бегу между предметами.	1
79	"Бросание мяча друг другу".	Учить детей ходить по гимнастической скамейке с набивными мячами, расставленными на расстоянии двух шагов от ребенка; сбивать волан ракеткой в определенную сторону; играть в паре с педагогом.	1
80	"Упражнения в бросании мяча друг другу".	Обучение детей прыжкам из обруча на 40 см в обруч на одной ноге; совершенствование умений ходить по гимнастической скамейке с набивными мячами, расставленными на расстоянии двух шагов от ребенка; развитие у детей навыков перестроения в четыре ряда из строя; поворота направо, налево.	1
81	Выполнение упражнения на гимнастической скамейке".	Учить детей выполнять упражнения на гимнастической скамейке, сохраняя равновесие; упражнять в катании обруча, стоя напротив друг друга в ряду; упражнять в ходьбе и беге между предметами.	1
82	"Сохраняем равновесие".	Учить детей перебрасывать мяч одной рукой вверх и ловить одной рукой; развивать у детей навыки прыжка из обруча на расстоянии 40 см в следующий обруч на одной ноге; перестраиваться из строя в четыре ряда; метать волан ракеткой в определенную сторону.	1
83	Бросание мешочков с песком, взмахивая руки вперед - назад	Учить детей бросать мешочек с песком в центр мишени, взмахивая руками вперед-назад; упражнять в выполнении строевых приемов, прямых движений в строю, стоя на месте и в движении; упражнять в ходьбе на гимнастической скамейке, положив руки на голову.	1
84	"Упражнения	Обучение детей бегу на скорость(длина 20 м) до места назначения; прыжки на двух ногах из обруча в обруч,	1

	в бросании мешочка с песком".	расположенных на расстоянии 40 см; развитие навыков ходьбы между кеглями с чередованием правой и левой ног из шнуров расставленных на расстоянии 40 см.	
85	"Метание мешочков с песком, сохраняя равновесие".	Продолжать развивать умения детей прыгать из обруча в обруч на расстоянии 40 см на двух ногах; ходить между кеглями, чередуя правую и левую ноги через шнуры, расставленных на расстоянии 40 см; бросать мяч одной рукой вверх и ловить одной рукой.	1
86	"Прыжки на стул со взмахом одной ноги".	Обучение детей после выполнения нескольких шагов прыжкам на скамейку с взмахом ноги; упражнять в выполнении строевых приемов в строю, стоя на месте и в движении; упражнять в прыжковых упражнениях короткими прыжками, стоя на месте и передвигаясь на расстояние до 12 м.	1
87	"Отработка прыжка на стул с помощью рывка одной ногой".	Учить детей бегать по ребристой доске в среднем темпе по одному в один ряд; продолжать формировать у детей навыки бега на скорость (длина 20 м) до места назначения; воспитывать ловкость.	1
88	"Метание предмета в вертикальную цель с расстояния 5 метров".	Учить детей метать предметы в вертикальную цель с расстояния 5 метров; упражнять в прыжках, передвигаясь на двух ногах к флажку на расстоянии 5 м; формировать навыки прыжков в разных условиях, сохраняя равновесие при выполнении различных видов прыжков.	1
89	"Кто умнее?"	Упражнять детей в перестановке в три ряда (получение попутного кегля); упражнять в ползании между перекладинами; отработать у детей навыки бега по ребристой доске в среднем темпе один за другим; прививать интерес к физической культуре через игры и упражнения.	1
90	"Кто быстрее?"	Прыжки детей в высоту с разбега; обучение парному вращению, держась за руки друг друга; воспитание сохранения равновесия при парном вращении; развитие у детей навыков перестраивания в три ряда (взять попутный кегль); ползание по ребристой доске.	1

