

## **Пояснительная записка**

**Целью** программы является физическое развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей:

- соответствовать принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- обеспечивать единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривать решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагать построение образовательного процесса на адекватных возрасту форм работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

## **Перспективный план на сентябрь месяц.**

### **Сквозная тема « Детский сад»**

**Цель:** Формировать у детей чувства привязанности, любви к детскому саду, детям, взрослым и развитию интереса к совместной деятельности.

**Задачи:** Совершенствовать знания о труде взрослых, работающих в детском саду, уважительное отношение к их труду. Создавать игровые ситуации, способствующие дружеским взаимодействиям со сверстниками.

Подтема	Понедельник Здоровье 2	Вторник Здоровье 1	Среда Здоровье 1	Четверг Здоровье 1	Пятница Здоровье 1
Мой детский сад. 01.09.-03.09.2021	<b>Тема:</b> «Мой спортивный зал» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> а)прививать любовь к физкультуре б)Учить находить свое место в колонне <b>Тема:</b> «веселые петрушки»(Кобелек младшая) цель: учить ходить по шнурку, положенному прямо, сохраняя равновесие	<b>тема:</b> 1.бег в колонне с плавным переходом в шаг 2. подскoki ноги врозь, ноги вместе(Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)учить изменять темп при ходьбе и беге в колонне Б) учить выполнять подскoki врозь, ноги вместе	<b>тема:</b> «Воробыи» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить бегать в колонне по одному, сохраняя направление движения.	<b>Тема:</b> «1.Прокатывание мячей друг другу 2. ползание на четвереньках» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)учить прокатывать мяч друг другу, из исходного положения Б)учить ползать на четвереньках на расстоянии 6 м	<b>Тема:</b> «Цирк» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить выполнять подскoki, одна нога вперед, другая назад

	<p><b>Тема:</b> 1.ходьба по шнуре, положенному прямо 2. бег в колонне по одному(Гулдер старшая) <b>цель:</b> 1.учить ходить по шнуре, положенному прямо 2.учить бегать в колонне по одному <b>Тема:</b> «Волшебный цветок»( Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча.</p>	<p><b>Тема:</b> 1.ходьба приставным шагом 2.катание мяча в ворота (Гулдер старшая) <b>цель:</b> 1.учить ходить приставным шагом 2.учить энергично отталкивать мяч</p>	<p><b>Тема:</b> «Путешествие в страну Игралию. Ползание под веревку»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить ползать на четвереньках под веревку, не касаясь ее головой</p>	<p><b>Тема:</b> «Путешествие с бабушкой Сказушкой. Ходьба по шнуре, положенному по кругу» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить ходить по шнуре, положенному по кругу, сохраняя равновесие</p>	<p><b>Тема:</b> «путешествие в сказочную страну»( Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить ползать на четвереньках под веревку, не касаясь ее головой</p>
--	--	---	---	--	--

	<p><b>Тема:</b> «Кто быстрее на тренировку? Ходьба и бег в колонне по одному»( Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других</p> <p><b>Тема:</b> «гном» Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить ходить по шнуре, положенному по кругу, сохраняя равновесие</p>	<p><b>Тема:</b> «Котята» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого</p>	<p><b>Тема:</b> «в гости к Айболиту»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других</p>	<p><b>Тема:</b> «В мире сказок» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне. Закреплять умение лазать по наклонной лесенке</p>	<p><b>Тема:</b> «Мышата» Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться</p>
--	--	--	---	--	--

<b>Мебель</b> <b>20.09-24.09.2021</b>	<p><b>Тема:</b> «В сказочном лесу»  <b>Цель:</b>учить детей спрыгивать с высоты 20 см на полусогнутые ноги, формировать правильную осанку</p> <p><b>Тема:</b> «Путешествие на волшебный остров»( Кобелек младшая)  <b>(цель:</b> учить менять направление мяча при катании между предметами.</p>	<p><b>Тема:</b> « Мы на тренировке»  <b>Цель:</b> упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную, повторить задания в равновесии и прыжках.</p>	<p><b>Тема:</b> «в гостях у обезьянки Чи-чи»  <b>(Кобелек младшая)</b>  <b>)</b></p> <p><b>цель:</b> продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитьывать высоту предмета при ползании под него</p>	<p><b>Тема:</b> «Герои сказок» (1. Подлезание под обручи правым,левым боком, не касаясь руками пола)</p> <p><b>Цель:</b> закрепление умений ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног,совершенствование умений в прыжках,подлезание под обручи.</p>	<p><b>Тема:</b> «В гости к обезьянкам»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками.</p>
<b>Мой детский сад</b> <b>27.09-01.10.2021</b>	<p>Повторение. Темы первой недели обучения</p>				

### **Перспективный план на октябрь месяц.**

#### **Сквозная тема « Моя семья»**

**Цель:** Формировать у детей чувства привязанности, любви и интереса к семье.

**Задачи:** Расширять представление детей о своей семье , понимать, что родители и дети любят друг друга, заботятся друг о друге. Воспитывать любовь и уважение к своей семье. Закрепить умение называть членов своей семьи, их действия, взаимоотношения.

Подтема	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
---------	-------------	---------	-------	---------	---------

	Здоровье 2	Здоровье 1	Здоровье 1	Здоровье 1	Здоровье 1
Моя семья. 04.10.-08.10.2021	<p><b>Тема:</b> «Мы веселые ребята»  <b>цель:</b> учить согласовывать свои действия при ходьбе, закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади. Гулдер старшая</p> <p><b>Тема:</b> « Пожарные на учениях» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить ходить по шнуре с мешочком на голове, сохраняя равновесие.</p>	<p><b>тема:</b> «Мы веселые ребята»  <b>цель:</b> учить согласовывать свои действия при ходьбе, закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади.</p>	<p><b>Тема:</b> «поход в горы Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног</p>	<p><b>Тема:</b> «Мы спортивные ребята!»</p> <p><b>цель:</b> упражняться: подлазание в обруч разными способами, прыжки на двух ногах через гимнастические палки.</p>	<p><b>Тема:</b> «Мальчик Ваня»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскoki на носках</p>
Труд родителей 11.10-15.10.2021	<p><b>Тема:</b> «Медвежата в цирке»  <b>Цель:</b> закрепить приобретенные умения по владению мячом, ползание и переступание, перестроение в две колонны.</p> <p><b>Тема:</b> «волшебные превращения»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5 см.</p>	<p><b>Тема:</b> «Майдодыр»(1.ползание по бревну на четвереньках. 2.Перебрасывание мяча на расстоянии)</p> <p><b>Цель:</b> учить навыкам ползания по бревну на четвереньках, бросать мяч с расстояния, учить соблюдать правила гигиены</p>	<p><b>Тема:</b> «Веселый паровозик( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> продолжать учить дышать через нос, бегать легко и ритмично, не подымать высоко ноги, не изменять темп бега</p>	<p><b>Тема:</b> «Ползание по бревну на четвереньках. Бросание мяча друг другу»</p> <p><b>Цель:</b> учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну. Закреплять умение бросать мяч друг другу.</p>	<p><b>Тема:</b> «Котята на прогулке» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-в даль энергичным выпрямлением</p>

	<p><b>Тема:</b>«Мойдодыр»(1.ползание по бревну на четвереньках. 2.Перебрасывание мяча на расстоянии)</p> <p><b>Цель:</b> учить навыкам ползания по бревну на четвереньках,бросать мяч с расстояния,учить соблюдать правила гигиены</p> <p><b>Тема:</b> «Поход на прогулку в лес»(Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон.</p>	<p><b>Тема:</b> «слоненок» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого</p>	<p><b>Тема:</b> «Мы за солнышком идем»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину</p>	<p><b>Тема:</b> «слоненок» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого</p>	<p><b>Тема:</b> «Утята»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг вправо, без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо.</p>
--	---	--	--	--	--

	<p><b>Тема:</b> 1.подскоки на двух ногах 2.катание мяча в ворота (Гулдер старшая) <b>цель:</b> 1.учить выполнять подскоки, одна нога вперед, другая назад 2.учить энергично отталкивать мяч</p> <p><b>Тема:</b> «Иван Царевич»( Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить сохранять равновесие, перешагивать через рейки лестницы высоко поднимая колени, сохраняя ровную осанку</p>	<p><b>Тема:</b> 1.подскоки на двух ногах 2.катание мяча в ворота. Закрепление.(Гулдер старшая) <b>цель:</b> 1.учить выполнять подскоки, одна нога вперед, другая назад 2.учить энергично отталкивать мяч</p>	<p><b>Тема:</b> «Белочка»( Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки</p>	<p><b>Тема:</b> «1.Прокатывание мячей друг другу 2. ползание на четвереньках» Повторение (Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)учить прокатывать мяч друг другу, из исходного положения Б)учить ползать на четвереньках на расстоянии 6 м</p>	<p><b>Тема:</b> «Утенок Кряк» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя, на расстоянии 2 м</p>
--	--	--	--	---	---



## Перспективный план на ноябрь месяц.

### Сквозная тема « Растем здоровым»

**Цель:** Создать условия для благотворного физического развития детей.

**Задачи:** Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий, повышения интереса детей к ЗОЖ, через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы. Удовлетворить природные потребности детей в движении.

Формировать разумное отношение к своему здоровью, активизировать познавательные интересы

Подтема	Понедельник Здоровье 2	Вторник Здоровье 1	Среда Здоровье 1	Четверг Здоровье 1	Пятница Здоровье 1
	<p><b>Тема:</b> «1.Прокатывание мячей друг другу 2. ползание на четвереньках» <b>Закрепление.</b> (Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)учить прокатывать мяч друг другу, из исходного положения Б)учить ползать на четвереньках на расстоянии 6 м <b>тема:</b> « В гости к цапле» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя.</p>	<p><b>Тема:</b> тема:1.ходьба в колонне со сменой направления 2. подскoki ноги врозь, ноги вместе(Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)учить изменять направление при ходьбе в колонне Б) учить выполнять подскoki врозь, ноги вместе</p>	<p><b>Тема:</b> « В гости к цапле» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя.</p>	<p><b>Тема:</b> тема:1.ходьба в колонне со сменой направления 2. подскoki ноги врозь, ноги вместе. Закрепление. (Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)учить изменять направление при ходьбе в колонне Б) учить выполнять подскoki врозь, ноги вместе</p>	<p><b>Тема:</b> « В гости к цапле» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя.</p>

	<p><b>Тема:</b> «Построение в колонну по одному» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)Учить находить свое место в колонне Б)закреплять умение отталкиваться от пола двумя ногами</p> <p><b>тема:</b> «Лесная школа доктора Айболита» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху.</p>	<p><b>Тема:</b> «Построение в колонну по одному» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> А)Учить находить свое место в колонне Б)закреплять умение отталкиваться от пола двумя ногами</p>	<p><b>Тема:</b> «Лесная школа доктора Айболита» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху.</p>	<p><b>Тема:</b> «Путешествие в лес здоровья» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить лазать по наклонной лесенке, закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти руки</p> <p><b>Тема:</b> «Лесная школа доктора Айболита» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху.</p>
--	---	---	---	---

<p><b>Тема:</b> «Путешествие в лес здоровья» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить лазать по наклонной лесенке, закреплять умение отбивать мяч о пол плавным движением кисти руки</p> <p><b>Тема:</b> «Спасем цыпленка» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой.</p>	<p><b>Тема:</b> «В гостях у сказки» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить отбивать мяч о пол одной рукой, регулируя силу удара</p>	<p><b>Тема:</b> «Спасем цыпленка» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой.</p>	<p><b>Тема:</b> «В гостях у сказки» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить отбивать мяч о пол одной рукой, регулируя силу удара</p>	<p><b>Тема:</b> «Спасем цыпленка» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой.</p>
---	--	---	--	---

<p><b>Режим дня. Правила гигиены</b> <b>22.11-26.11.2021</b></p>	<p><b>Тема:</b> <b>тема:«Тигренок»( Кобелек младшая)</b>  <b>цель:</b> учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока.</p>	<p><b>Тема:</b> «чудесные превращения»(Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться в сторону</p>	<p><b>Тема</b>«Тигренок» ( Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока.</p>	<p><b>Тема:</b> «чудесные превращения»(Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться в сторону</p>	<p><b>Тема:</b> «Тигренок» ( Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока.</p>
<p><b>Я и окружающий мир</b> <b>26.11.02.12.2021</b></p>	<p>Повторение. Темы первой недели обучения</p>				

## **Перспективный план на декабрь месяц.**

### **Сквозная тема « Мой Казахстан»**

**Цель:** Формировать представление детей о Республике Казахстан, о государственном символе. Закрепить знание о своей Родине. Развивать познавательные интересы. Воспитывать гордость и любовь к своей Родине.

**Задачи:** Формировать чувство патриотизма, любовь к Родине. Расширять представление о том, что такая Родина, закрепить знание детей о том, как называется наша Родина, о главном городе-столице-Нур-Султан. Закрепить знание детей о родном городе, где они живут.

<b>Подтема</b>	<b>Понедельник</b> Здоровье 2	<b>Вторник</b> Здоровье 1	<b>Среда</b> Здоровье 1	<b>Четверг</b> Здоровье 1	<b>Пятница</b> Здоровье 1
----------------	----------------------------------	------------------------------	----------------------------	------------------------------	------------------------------

	<p><b>Тема:</b> «Тренируемся и играем. Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить менять направление мяча при катании между предметами.</p> <p><b>тема:</b> «В гостях у лешего»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин.</p>	<p><b>Тема:</b> «Тренируемся и играем. Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить менять направление мяча при катании между предметами.</p>	<p><b>Тема:</b> «В гостях у лешего»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин.</p>	<p><b>Тема:</b> «Тренируемся и играем. Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого» (Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить менять направление мяча при катании между предметами.</p>	<p><b>Тема:</b> «В гостях у лешего»( Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> продолжать учить лазать по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская перекладин.</p>
--	--	--	---	--	---

	<p><b>Тема:</b> «Птичник. Ползание на четвереньках на расстоянии 8 метров»(Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Продолжать учить ползать на четвереньках, с опорой на ладони и колени, учитывать высоту предмета при ползании под него.</p> <p><b>тема:</b> «Баба Яга и Жихарка» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз.</p>	<p><b>Тема:</b> «Птичник. Ползание на четвереньках на расстоянии 8 метров. Закрепление.»(Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Продолжать учить ползать на четвереньках, с опорой на ладони и колени, учитывать высоту предмета при ползании под него.</p>	<p><b>Тема:</b> «Баба Яга и Жихарка» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз.</p>	<p><b>Тема:</b> «Веселые игры и забавы. Ходьба по шнуре, положенному прямо, с мешочком песком на голове»(Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить ходить по шнуре с мешочком на голове, сохраняя равновесие</p>	<p><b>Тема:</b> «Баба Яга и Жихарка» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз.</p>
--	--	--	---	--	---

<p><b>Тема:</b> «Веселые игры и забавы. Ходьба по шнуре, положенному прямо, с мешочком песком на голове»(Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить ходить по шнуре с мешочком на голове, сохраняя равновесие</p> <p><b>тема:</b> «Осенние забавы» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкой, ходить ритмично, легко бегать</p>	<p><b>Тема:</b> «Музыкально-ритмические движения. (ходьба и бег под музыку)»(Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкой.ходить ритмично, легко бегать</p>	<p><b>Тема:</b> «Осенние забавы» Кобелек младшая)</p> <p><b>(цель:</b> учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкой, ходить ритмично, легко бегать</p>	<p><b>Тема:</b> «Музыкально-ритмические движения. Закрепление.(ходьба и бег под музыку)»(Гулдер старшая)</p> <p><b>цель:</b> Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкой.ходить ритмично, легко бегать</p>	<p><b>Тема:</b> «Осенние забавы» Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкой, ходить ритмично, легко бегать</p>
--	--	---	--	--

<p><b>Тема:</b> «Ходьба между параллельными линиями. Музыкально-ритмические движения»(Гулдер) <b>цель:</b> Учить шагать более широким шагом с естественными движениями рук по дорожке между двумя параллельными линиями <b>тема:</b> «Школа спортсменов» (Кобелек младшая) <b>цель:</b> учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком</p>	<p><b>тема:</b> «Ходьба между параллельными линиями. Музыкально-ритмические движения. Закрепление.»(Гулдер) <b>цель:</b> Учить шагать более широким шагом с естественными движениями рук по дорожке между двумя параллельными линиями</p>	<p><b>Тема:</b> «Школа спортсменов» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком</p>	<p><b>Тема:</b> «Подскoki на месте 20 раз(2 раза с перерывами)» (Гулдер старшая) <b>цель:</b> Учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног</p>	<p><b>Тема:</b> «Школа спортсменов» (Кобелек младшая)</p> <p><b>цель:</b> учить правильно группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком</p>
---	---	---	--	---

