

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

Месяц	Задачи, этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5	6
Сентябрь	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5—6	Занятия 7-8
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола; - выполнять взмах рук в прыжке с доставанием предмета; - подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками; - ходьбе с изменением темпа, пролезанию в обруч, не задевая края. <p>Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную, в перебрасывании мяча, в подбрасывании мяча двумя руками вверх, в ходьбе с высоким подниманием коленей, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед</p>			
	1 -я часть: Вводная	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, в рассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе			
	2-я часть: Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С флажками	С флажками
Основные виды движений	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</p> <p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p> <p>4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании</p>	<p>1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» (4-6 раз).</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.</p> <p>4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове.</p>	<p>1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо.</p> <p>2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин»</p>	<p align="center"><i>Игровые задания</i></p> <p>1. Быстро в колонну.</p> <p>2. «Пингвин».</p> <p>3. «Не промахнись» (кегли, 1 мешки).</p> <p>4. По мостику (с мешочком на голове).</p> <p>5. «Проведи мяч»</p> <p>6. «Поймай мяч» («Собачка»).</p> <p>7. «Достань до колокольчика».</p>	

1	2	3	4	5	6
		с ходьбой, ползанием на четвереньках	5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы		<i>Подвижные игры</i> 1. «Проползи, не задень». 2. «Ловишки с ленточкой». 3. «Найди свой цвет».
	Подвижные игры	«Мышеловка»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	
	3-я часть: Малоподвижные игры	«У кого мяч»	Ходьба в полуприседе по одному	Ходьба по одному с выполнением руками заданий	
	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
	Задачи	Учить: - перестроению в колонну по два; - ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; - поворотам во время ходьбы по сигналу; - выполнять поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). Упражнять в беге до 1 минуты; в перешагивании через шнуры; метании мяча в цель; в равновесии в прыжках. Повторить пролезание в обруч боком; перебрасывание мяча друг другу; переползание через препятствие			
	1-я часть: Вводная	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег враспынную, бег до 1 минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
	2-я часть: Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	Со шнуром	Со шнуром
	Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие. 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком,	1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), с третьего шага на препятствие. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по	<i>Игровые упражнения</i> 1. «Попади в корзину». 2. «Проползи, не задень». 3. «Не упади в ручей». 4. «На одной ножке по дорожке». 5. «Ловкие ребята» (с мячом). 6. «Перешагни, не задень». <i>Подвижные игры</i> «Ловишки».
Октябрь					

				гимнастической	
--	--	--	--	----------------	--

1	2	3	4	5	6
		скамейке, на середине присе- 1 дание, встать и пройти дальше	не касаясь пола	скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч	2. «Мы веселые ребята». 3. «Удочка». 4. «Слушай сигнал» 5. «Стой» 6. «Затейники»
	Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Удочка»	«Гуси, гуси...»	
	3-я часть: Малопо- движные игры	«Найди и промолчи»	«Эхо»	«Летает — не летает»	
	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
Ноябрь	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перекладывать малый мяч из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; - прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Отрабатывать: - навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; - бег врассыпную; - перебрасывание мяча в шеренге; - ползание по скамейке на животе; - ведение мяча между предметами; - пролезание через обручи с мячом в руках; - ходьбу с остановкой по сигналу. <p>Закреплять умение подлезать под шнур боком и прямо; ходьбы «змейкой». Развивать ловкость и координацию движений, устойчивое равновесие</p>			

1 -я часть: Вводная	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур			
2-я часть: Общеразвивающие игры	Без предметов	Без предметов	С большим мячом	С большим мячом
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием маленького мяча из правой руки в левую перед собой	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2. Ведение мяча	1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнастической	<i>Игровые упражнения</i> 1. «Брось и поймай». 2. «Высоко и далеко». 3. «Ловкие ребята» (прыжки

1	2	3	4	5	6
Ноябрь		и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по два прыжка на правой и левой ногах. 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами	с продвижением вперед. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени	скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Игра «Волейбол» (двумя мячами)	через препятствие и на возвышение). <i>Подвижные игры</i> 1. «Гол в ворота» 2. «Мяч водящему». 3. «Горелки». 4. «Ловишки с ленточками». 5. «Найди свою пару». 6. «Кто скорей до флажка» (ползание по скамейке)

	Подвижные игры	«Пожарные на учениях»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	
	3-я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Угадай по голосу»	«Летает - не летает»	
Декабрь	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбе по наклонной доске; - прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед; - лазать по гимнастической стенке. Совершенствовать: - бег в колонне по одному с сохранением дистанции; - прыжки на двух ногах с преодолением препятствий; - ползание на четвереньках между кеглями; - подбрасывание и ловлю мяча; - ползание по гимнастической скамейке. Развивать ловкость и глазомер. <p>Закреплять равновесие в прыжках, бег врассыпную и по кругу с поворотом в другую сторону</p>			
	1 -я часть: Вводная	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом			

	1	2	3	4	5	6
Декабрь		2-я часть: Общеразвивающие упражнения	С палкой	С палкой	С кубиками	С кубиками

	Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.</p> <p>3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.</p> <p>4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях</p>	<p>1. Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка.</p> <p>2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке до верха.</p> <p>2. Лазание разными способами, не пропуская реек.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей</p>	<p><i>Игровые упражнения</i></p> <p>1. Перепрыгивания между препятствиями.</p> <p>2. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях.</p> <p>3. «Ловкие обезьянки» (лазание).</p> <p>4. «Поезд в тоннели»</p> <p>5. «Догони пару».</p> <p>6. «Мяч водящему»</p> <p><i>Подвижные игры</i></p> <p>1. «Пятнашки».</p> <p>2. «Удочка».</p> <p>3. «Хитрая лиса».</p> <p>4. «Пас друг другу» (шайба, клюшка).</p> <p>5. «Перебежки».</p> <p>6. «Пробеги, не задень»</p>
	Подвижные игры	«Кто скорей до флажка»	1 «Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	
	3-я часть: Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«Летает - не летает»		
Январь	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет. Упражнять: - в ходьбе и беге между предметами; - прыжках с ноги на ногу; - забрасывании мяча в кольцо; - ползании на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой; 			

1	2	3	4	5	6
----------	----------	----------	----------	----------	----------

Январь		<ul style="list-style-type: none"> - пролезании в обруч и в равновесии; - ведении мяча в прямом направлении. Повторять и закреплять: - ходьбу по наклонной доске; - ходьбу с мешочком на голове; - следить за осанкой и устойчивым равновесием 			
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, держась за шнур, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба с выполнением заданий. Бег в рассыпную, с выполнением заданий, в чередовании			
	2-я часть: Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С косичкой	С косичкой
	Основные виды движения	1. Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). 2. Прыжки на правой, левой ноге между кубиками. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Стоя в шеренгах, перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди	1. Прыжки в длину с места. 2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди. 4. Пролезание в обруч боком. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны	1. Лазание по гимнастической стенке одноименным способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур – ноги врозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо	<i>Игровые упражнения</i> 1. Волейбол через сетку. 2. Пас друг другу мячом. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч о пол. 4. «Мой веселый звонкий мяч». 5. «Точный бросок». <i>Подвижные игры</i> 1. «Мышеловка». 2. «Мяч водящему». 3. «Ловишки с ленточками». 4. «Не оставайся на полу». 5. «Пожарные на учениях». 6. «Найди свой цвет»
	Подвижные игры	«Медведь и пчелы» (лазание)	«Совушка»	«Хитрая лиса»	
	3-я часть: Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Съедобное - несъедобное»	«Угадай, что изменилось?»	
февраль	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8

1	2	3	4	5	6
Февраль	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; - метать мячи в вертикальную цель; - лазать по гимнастической стенке. Закреплять: - умение перепрыгивать через бруски; - забрасывание мяча в корзину; - навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места; - подлезание под дугу и отбивание мяча о пол; - подлезание под палку и перешагивание через нее 			
	1 -я часть: Вводная	Ходьба и бег враспынную, в колонне по одному, бег до 1,5 минут с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны, бег до 2 минут ходьба с выполнением заданий на внимание			
	2-я часть: Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С малым мячом	С малым мячом
	Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом.</p> <p>2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком.</p> <p>3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди, с ведением мяча правой и левой рукой</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>2. Ползание под палку, перешагивание через нее (высота 40 см).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через косички.</p> <p>4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.</p> <p>5. Прыжки в длину с места</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой.</p> <p>3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Подбрасывание мяча, и ловля его правой и левой рукой.</p>	<p>Игровые упражнения</p> <p>1. «Проползи - не урони».</p> <p>2. Ползание на четвереньках между кеглями.</p> <p>3. «Дни недели».</p> <p>4. «Мяч среднему» (круг).</p> <p>5. «Покажи цель».</p> <p>Подвижные игры</p> <p>1. «Прыгни и присядь».</p> <p>2. «Ловкая пара».</p> <p>3. «Догони мяч» (по кругу).</p> <p>4. «Мяч через обруч».</p> <p>5. «С кочки на кочку».</p>
	Подвижные игры	«Космонавты»	«Пастух и стадо»	«Бег по расчету»	6. «Не оставайся на полу»

3-я часть: Малоподвижные игры	«Зима» (мороз - стоять, вьюга - бегать, снег - кружиться, метель - присесть)	«Стоп»	Ходьба в колонне по одному
---	--	--------	----------------------------

1	2	3	4	5	6
Март	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
	Задачи	<p>Учить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьбе по канату с мешочком на голове; - прыжкам в высоту с разбега. Упражнять: - в ходьбе в колонне по одному с поворотом в другую сторону на сигнал; - прыжках из обруча в обруч; - перебрасывании мяча друг другу; - метании в цель; - ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно. <p>Повторить ползание на четвереньках между предметами, по скамейке на ладонях и ступнях, в подлезании под рейку в группах, построенных в три колонны.</p>			
	1-я часть: Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному			
	2-я часть: Общеразвивающие упражнения	С большим мячом	С большим мячом	Без предметов	Без предметов

<p>Основные виды движений</p>	<p>1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи. 3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши. 4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи</p>	<p>1. Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см). 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ползание по скамейке «по медвежьи»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше. 2. Прыжки правым и левым боком через косички (40 см), из обруча в обруч на одной и двух ногах. 3. Метание мешочка в горизонтальную цель. 1 4. Подлезание под дугу (подряд 4-5 шт.), не касаясь руками пола</p>	<p><i>Игровые упражнения</i> 1. «Кто выше прыгнет?». 2. «Кто точно бросит?». 3. «Не урони мешочек». 4. «Перетяни к себе». 5. «Кати в цель». 6. «Ловишки с мячом». <i>Подвижные игры</i> 1. «Охотник и зайцы» 2. «Переправься по кочкам». 3. «Удочка». 4. «Проползи - не задень». 5. Передача мяча над головой, 6. «Мяч ведущему»</p>
--------------------------------------	---	--	---	--

1	2	3	4	5	6
	<p>Подвижные игры</p>	<p>«Пожарные на учении»</p>	<p>«Медведь и пчелы»</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	
	<p>3-я часть: Малоподвижные игры</p>	<p>Эстафета «Мяч ведущему»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному</p>	<p>«Угадай по голосу»</p>	
<p>Апрель</p>	<p>Номер занятия</p>	<p>Занятия 1-2</p>	<p>Занятия 3-4</p>	<p>Занятия 5-6</p>	<p>Занятия 7-8</p>

Задачи	<p>Разучить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки с короткой скакалкой; - бег на скорость. Упражнять: - в ходьбе по гимнастической скамейке; - прыжках на двух ногах; - метании в вертикальную цель; - ходьбе и беге между предметами; - прокатывании обручей; - равновесии в прыжках. <p>Закреплять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыки лазания по гимнастической стенке одноименным способом 			
1 -я часть: Вводная	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами			
2-я часть: Общеразвивающие упражнения	С гимнастической палкой	С гимнастической палкой	С обручем	С обручем
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине, с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 2. Прыжки из обруча в обруч 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу. 3. Пролезание в обруч. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание по гимнастической стенке одним способом. 2. Прыжки через скакалку. 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 	<p style="text-align: center;"><i>Игровые упражнения</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Сбей кеглю». 2. «Пробеги - не задень». 3. «Догони обруч». 4. «Догони мяч».

1	2	3	4	5	6
Апрель		на двух ногах правым и левым боком. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 4. Подбрасывание маленького мяча одной рукой и ловля двумя после отскока от пола	4. Ползание по скамейке «по- медвежьи». 5. Метание мешочков в вертикальную цель. 6. «Мяч в круг» (футбол с водящим)	4. Прыжки через шнуры слева 1 и справа, продвигаясь вперед	<i>Подвижные игры</i> 1. Передача мяча над головой. 2. «Пожарные на учении». 3. «Метко в цель». 4. «Кто быстрее до флажка». 5. «Хитрая лиса»
	Подвижные игры	«Медведь и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	
	3-я часть: Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«Стоп»	«Кто ушел»	
Май	Номер занятия	Занятия 1-2	Занятия 3-4	Занятия 5-6	Занятия 7-8
	Задачи	Учить прыжкам в длину. Упражнять: - в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; - перешагивании через надувные мячи; - прыжках на двух ногах; - перебрасывании мяча друг другу; - лазании «по-медвежьи»; - бросании мяча о пол одной рукой, ловле двумя. Закреплять: - умение ползать по гимнастической скамейке на животе; - бросание мяча о стену			
	1-я часть: Вводная	Ходьба и бег между предметами; враспынную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону			
2-я часть: Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С кеглями	С кеглями	

1	2	3	4	5	6
	<p>Основные виды движений</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола</p>	<p>1. Прыжки в длину с разбега. 2. Ползание по скамейке «по-медвежьи». 3. Подлезание под дугу. 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 5. Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол)</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке. 4. Прыжки на левой и правой ноге между кеглями</p>	<p><i>Игровые упражнения</i> 1. «Проведи мяч» (футбол). 2. «Пас друг другу». 3. «Мяч по кругу» 4. «Прокати - не урони» (обруч) 5. «Забрось в кольцо». 6. «Мяч о пол». <i>Подвижные игры</i> 1. «Чья команда дальше прыгнет?». 2. «Сбей предмет» 3. Бег через скакалку 4. «Успей выбежать» 5. «Перелёт птиц»</p>
	<p>Подвижные игры</p>	<p>«Караси и щука»</p>	<p>«Третий лишний»</p>	<p>«Перемени предмет»</p>	
	<p>3-я часть: Малопо-движные игры</p>	<p>«Что изменилось?»</p>	<p>«Эхо»</p>	<p>«Тише едешь - дальше будешь»</p>	