

# Дистанционное обучение

## Физическое развитие

### Февраль

|   |         |          |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                 |
|---|---------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |         |          |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                 |
| 3 | Средняя | 1 неделя | <ul style="list-style-type: none"> <li>- закреплять навыки стойки на носках на месте</li> <li>- научить прыгать на двух ногах из круга в круг</li> </ul>                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- стойка на носках на месте</li> <li>- прыжки на двух ногах из круга в круг</li> </ul>                                                                   |
|   |         | 2 неделя | <ul style="list-style-type: none"> <li>- учить бросать мяч о землю и попытка ловить</li> <li>- вырабатываем технику переползания через бревно прямо</li> </ul>                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросание мяча о землю и попытка ловить</li> <li>- переползание через бревно прямо</li> </ul>                                                           |
|   |         | 3 неделя | <ul style="list-style-type: none"> <li>- учимся ходить/бегать приставным шагом вперед и назад</li> <li>- учимся бегать за взрослым со сменой темпа</li> </ul>                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба/бег приставным шагом вперед и назад</li> <li>- бег за взрослым со сменой темпа</li> </ul>                                                       |
|   |         | 4 неделя | <ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепляем ходьбу с перешагиванием через предметы, на расстоянии 20-25 см.</li> <li>- обучение прыжкам на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2-3 метра</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба с перешагиванием через предметы, на расстоянии 20-25 см.</li> <li>- прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2-3 метра</li> </ul> |