

Дистанционное обучение
Физическое развитие
Декабрь
Подготовительная группа

неделя	Цели, задачи	Задание
1 неделя	- научить детей ходьбе по шнуру боком приставным шагом - научить детей подскокам на месте на 2-х ногах, с ноги на ногу - упражнения с мячом: бросание мяча друг другу с хлопком	-ходьба по шнуру положенному по кругу, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове - подскоки на месте на 2-х ногах, с ноги на ногу - бросание мяча друг другу с хлопком
2 неделя	- научить правильно ползать с опорой на ладони и колени назад (2-3 метра) - повторение ходьбы со сменой ведущего - ходьба в колонне по одному в чередование с ходьбой по 2-е	- ползание с опорой на ладони и колени назад (2-3 метра) - ходьба со сменой ведущего, ходьба в колонне по одному в чередование с ходьбой по 2-е
3 неделя	- Отрабатывать навыки ходьбы/бега с захлестом голени назад - отработываем навыки бросания мяча друг другу из положения сидя, бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли	- ходьба и бег с захлестом голени назад - бросание мяча друг другу из положения сидя, бросание мяча друг другу и ловля с отскоком от земли
4 неделя	- вырабатываем правильную технику ползания на животе прямо, ползания на животе назад. - учить прыгать в длину с места	- ползание на животе прямо вперед, назад - прыжки в длину с места -прыжки вперед-назад