

Дистанционное обучение
Физическое развитие
Январь

3	Средняя	2 неделя	- закреплять навыки ходьбы с перешагиванием предметов (высота 20-25 см) - научить прыгать в глубину (высота 15-20 см)	- ходьба с перешагиванием предметов (высота 20-25 см) - прыжок в глубину (высота 15-20 см)
		3 неделя	- учить бросать мяч 2-мя руками из-за головы - вырабатываем технику ползания с опорой на ладони и стопы по горизонтальной доске	- бросание мяча двумя руками из-за головы - ползание с опорой на ладони и стопы по горизонтальной доске
		4 неделя	- учимся ходить/бегать шеренгой на носках - учимся бегать по кругу, взявшись за руки - закрепляем бег на выносливость	- ходьба/бег шеренгой на носках - бег по кругу, взявшись за руки - бег в медленном темпе (60 сек)