

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Солнышко»
поселка имени Карла Либкнехта» Курчатовского района Курской области**

Приложение №3 к ООП ДО

**Рабочая программа
образовательной деятельности (Физическая культура)
в подготовительной к школе группе
общеразвивающей направленности
на 2023-2024 учебный год**

**Инструктор
по физической культуре:
Рязанцева В.Ю.**

2023 г.

I. Пояснительная записка

Основные цели и задачи:

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Содержание психолого-педагогической работы:

- 1) Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности; сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- 2) Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- 3) Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном педагогом темпе.
- 4) Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- 5) Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
- 6) Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- 7) Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- 8) Упражнять в лазании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- 9) Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
- 10) Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- 11) Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
- 12) Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.
- 13) Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: расширять представление о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон), роли гигиены и режима дня для здоровья человека и факторах, разрушающих здоровье.
- 14) Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание им заниматься.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Сентябрь		Бег в колонне по одному, в переходе с бега на ходьбу; Сохранение равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре; Точность движения при переброске мяча.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки с песком, шнуры 6-8 шт.
		Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре; Точность движения при переброске мяча.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи
		Равномерный бег с ускорением; прокатывание обручей; прыжки на двух ногах с продвижением в перед	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Обручи
		Равномерный бег с соблюдением дистанции; Прыжки с доставанием до предмета; Упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его и не касаясь пола.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Флажки, мячи, шнур
		Прыжки с доставанием до предмета; Упражнения с мячом и лазанье под шнур.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, шнур
		Ходьба и бег между предметами, в прокатывании обручей друг другу;	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Обруч
		Ходьба и бег с четким фиксированием поворотов; задания на равновесие;переползание по гимнастической скамейке	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи,
		Переползание по гимнастической скамейке; задания с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи
		Ходьба и бег с чередованием; точность движений при передаче мяча, ходьба между предметами	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, мячи
		Чередование ходьбы и бега по сигналу, ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий; в прыжках через шнуры.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи
		Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий; прыжки через шнуры.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи,шнуры
		Ходьба и бег с чередованием;упражнения в прыжках с мячом;	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи,
		Ходьба и бег между предметами;ходьба на повышенной опоре и прыжки; упражнения с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, мячи, гимнастические скамейки

Октябрь		Ходьба на повышенной опоре и прыжки; упражнения с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки с песком, шнуры, мячи
		Бег с преодолением препятствий, прыжки; упражнения с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Бруски, шнуры
		Ходьба с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Бруски, кубики, мячи, обручи, мат(коврики)
		Прыжки; упражнения с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском садуПензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, обручи.
		Бег в среднем темпе, точность броска, упражнения в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи.
		Ходьба с высоким подниманием колен; ведение мяча; ползание; сохранение равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки
		Ведение мяча; ползание, сохранение равновесия при ходьбе по уменьшенной опоре.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, гимнастические скамейки
		Ходьба с изменением направления движения, действовать по сигналу воспитателя, упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, мячи,
		Ходьба со сменой темпа движения; ползание на четвереньках с дополнительным заданием; упражнения на равновесии при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, дуги, шнуры, кубики, гимнастические скамейки
		Ползание на четвереньках с дополнительным заданием; ходьба по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки с песком
		Ходьба с остановкой по сигналу; бег в умеренном темпе; прыжки и переброска мяча.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Ленточки
		Ходьба и бег по кругу; ходьба по канату(или толстому шнуру); прыжки через шнур; эстафета с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Канат, шнуры, мяч

Ноябрь		Ходьба по канату (шнуру); прыжки через шнур	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Канат, мячи
		Ходьба с перешагиванием через предметы; игровые упражнения с мячом и прыжками	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кегли, шнуры, бруски
		Ходьба с изменением направления движения; прыжки через короткую скакалку ; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Скакалка, Гимнастические скамейки, мячи
		Прыжки через короткую скакалку; передача мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Скакалка, мячи.
		Бег с преодолением препятствий; ходьба с остановкой по сигналу; игровые упражнения с прыжками и мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, мячи.
		Ходьба и бег «змейкой» между предметами; ведение мяча с продвижением вперед; лазанье под дугу.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, кегли.
		Метание мешочков в горизонтальную цель, в ползании, ходьба по гимнастической скамейке.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки
		Ходьба с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; игровые упражнения с мячом и с бегом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи
		Ходьба и бег между предметами; лазанье по гимнастической стенке переход с одного пролета на другой;и упражнения в прыжках и на равновесие.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, маты, мячи.
		Лазанье по гимнастической стенке переход с одного пролета на другой; прыжки на равновесие.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастическая стенка, мячи.
		Ходьба и бег с изменением направления движения; прыжки в поворотах на месте. Задания с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи

Декабрь		Ходьба с различными положениями рук, в беге в рассыпную; равновесие при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, кубики
		Сохранение равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием); упражнения с мячом	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи, стойки, шнуры
		Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу; продолжительный бег; прыжки с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Скакалка.
		Ходьба с изменениями темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; упражнения в ползании и эстафета с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастическая скамейка, ленточки
		Прыжки на правой и левой ноге попеременно; упражнения в ползании и эстафета с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кегли, мячи, шнуры.
		Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу; игровые упражнения на равновесие, в прыжках на внимание.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Обручи.
		Ходьба с изменениями темпа движения, с ускорением и замедлением; подбрасывание мяча, ползание на животе, в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, гимнастические скамейки.
		Перебрасывание мяча; ползание на четвереньках, в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, коврики.
		Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег с остановкой по сигналу; упражнения с мячом, в прыжках, на равновесие.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи.
		Ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в прыжках на равновесие.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки.
		Ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в прыжках и в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, скакалки
		Ходьба между постройками из снега; игровое задание «Точный пас»;	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	

Январь		Ходьба и бег по кругу, ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу; упражнение на равновесие с остановкой по сигналу; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, палки, мешочки, мячи, бруски.
		Ходьба по уменьшенной площади опоры, в прыжках на двух ногах через препятствие.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, обручи, мячи
		Ходьба в колонне по одному; бег между предметами; игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках с места; ползание по скамейке.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, маты, мяч.
		Прыжки в длину с места; упражнения с мячом и ползание по скамейке.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, гимнастические скамейки.
		Игровое упражнение «Снежная королева»; упражнения с элементами хоккея; метание снежков на дальность; упражнение с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба и бег с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); упражнения с мячом; лазанье под шнур.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Шнуры, мячи, гимнастические скамейки, кубики
		Упражнения с мячом; лазанье под шнур; ползание на ладонях и коленях.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, шнуры, кегли.
		Ходьба между предметами; ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; катание друг друга на санках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Санки, наборы для игры в хоккей.
		Ходьба и бег с изменением направления движения; ползание на четвереньках; сохранение равновесия в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Скакалка, гимнастические скамейки.
		Ползание на четвереньках; упражнения на сохранение равновесия в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, обручи, гимнастические скамейки.
		Ходьба между постройками из снега; скольжение по ледяной дорожке.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Санки.
		Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, энергично отталкиваться от пола в прыжках; упражнения в бросании мяча.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Обручи, мячи, гимнастические скамейки, шнуры.

Февраль		Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках; в бросании мяча.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, кегли, мячи.
		Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу; игровое задание с клюшкой и шайбой, задание с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Санки, наборы для хоккея.
		Ходьба и бег с выполнением упражнений для рук; прыжки с подскоком(чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; лазанье в обруч (или под дугу).	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Палки для гимнастики, обручи или дуги.
		Прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); переброска мяча; лазанье в обруч (под дугу)	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кубики, мячи.
		Ходьба с выполнением заданий; игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Санки.
		Ходьба со сменой темпа движения; попеременное подпрыгивание на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, в лазанье на гимнастическую стенку; ходьба на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки.
		Метание мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки для метания.
		Ходьба и бег с выполнением заданий; игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; упражнения на равновесие и прыжки.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, гимнастические скамейки, обручи.
		Ползание на четвереньках между предметами; упражнения на равновесия и прыжки.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки, мячи.
		Ходьба и бег с выполнением задания» Найди свой цвет»; игровое задание с метанием снежков с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	

Март		Ходьба и бег между предметами; сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафета с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кегли, кубики, гимнастические скамейки.
		Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре; эстафета с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи
		Бег на скорость, игровые задания с прыжками и с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную; упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Флажки, скакалки, мячи.
		Прыжки, ползание, задания с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Шнуры, мячи.
		Бег, прыжки; задания с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба с выполнением заданий; метание мешочков в горизонтальную цель, в ползании, в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, мешочки, палки .
		Метание мешочков в горизонтальную цель; ползание; сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мешочки, гимнастические скамейки
		Бег на скорость; игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи.
		Ходьба и бег с выполнением задания; лазанье на гимнастическую стенку; упражнения на равновесие и прыжки.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи, кубики.
		Лазанье на гимнастическую стенку; упражнения на равновесие и прыжки	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Шнур, мячи.
		Упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи

Апрель		Игровое упражнение в ходьбе и беге;упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи,Гимнастическая скамейка.
		Упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мешочки,скакалка, мячи.
		Игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Упражнения в ходьбе и беге; прыжки в длину с разбега, перебрасывание мяча друг другу.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Обручи.
		Прыжки в длину с разбега (энергичный разбег, приземление на обе ноги), в перебрасывании мяча друг другу.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба и бег; упражнения с мячом, в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба в колонне по одному, в построении в пары(колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании , в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мешочки, гимнастические скамейки.
		Метание мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мешочки, скакалка.
		Бег на скорость; задания с прыжками, в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи,ленточки, мешочки.
		Упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Шнуры, мячи, стойки.
		Игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи.
		Упражнения в ходьбе и беге; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением в перед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Обручи, гимнастические скамейки

Май		Упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением в перед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мячи.
		Продолжительный бег; в перебрасывании мяча друг другу в движении; прыжки через короткую скакалку; упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Скакалки.
		Ходьба и бег со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мячи.
		Прыжки в длину с разбега; упражнения с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мешочки.
		Ходьба и бег с выполнением заданий; упражнения с мячом в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	
		Ходьба и бег в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и бег в рассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки.
		Метание мешочков на дальность, в лазанье под шнур, в равновесии.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Мешочки, шнуры
		Ходьба и бег между предметами, ходьба и бег в рассыпную; задания с мячом и прыжками	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Кегли, кубики, мячи.
		Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу; упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, палки.
		Лазанье на гимнастическую стенку; сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	Гимнастические скамейки, мешочки.
		Игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнения в заданиях с мячом.	Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду	