

Частное образовательное учреждение  
«Детский сад № 230 открытого акционерного общества  
«Российские железные дороги»

**Реализация рабочей образовательной программы  
«Юные олимпийцы»  
ОО «Физическое развитие»  
инструктора по физической культуре**

**Срок реализации: 01.02.22 – 11.02.22**

Северобайкальск, 2022 г



## 2 младшая группа Февраль (01.02.22 - 11.02.22)

**Равновесие:** ходьба по гимнастическим палкам, руки на поясе. **Прыжки** на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте. **Метание:** отбивание мяча о пол; **Лазание:** подлезание под палку (высота палки от пола 40–50 см).

## Средняя группа

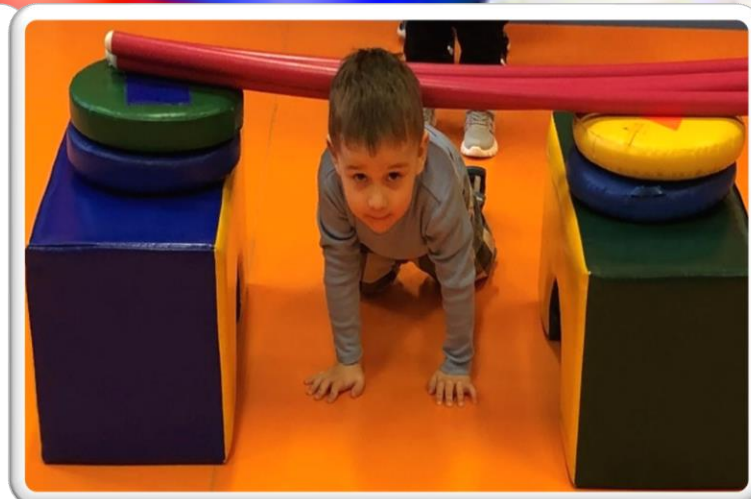
**Равновесие:** ходьба по скамейке, по веревке боком. **Прыжки** в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 50–60 см); спрыгивание с высоты 25 см; прыжки в высоту до предмета (предмет на высоте 10–15 см от поднятой руки ребенка). **Метание:** подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; **Лазание:** пролезание в обруч прямо и боком (обруч приподнят над полом на 10 см).

## Старшая группа

**Равновесие:** ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между кеглями 30 см). **Прыжки** с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 6 м. **Метание:** метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м. **Лазание** по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет, не пропуская реек.

## Подготовительная группа

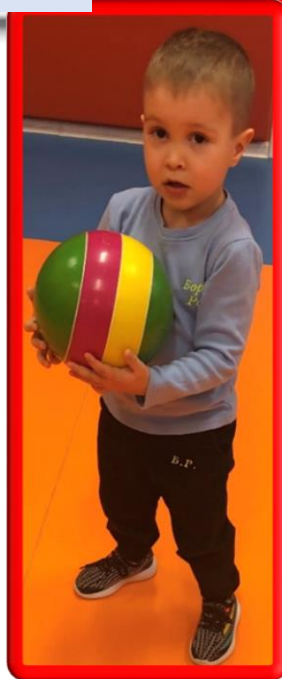
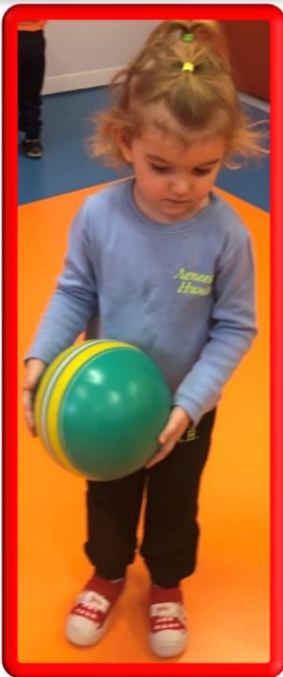
**Равновесие:** ходьба на четвереньках по скамейке с толканием мяча головой вперед.  
**Прыжки** в высоту с разбега (высота перекладины 50 см от уровня пола);  
**Метание:** ведение мяча одной рукой с продвижением между предметами.



2 младшая группа №1



2 младшая группа №1



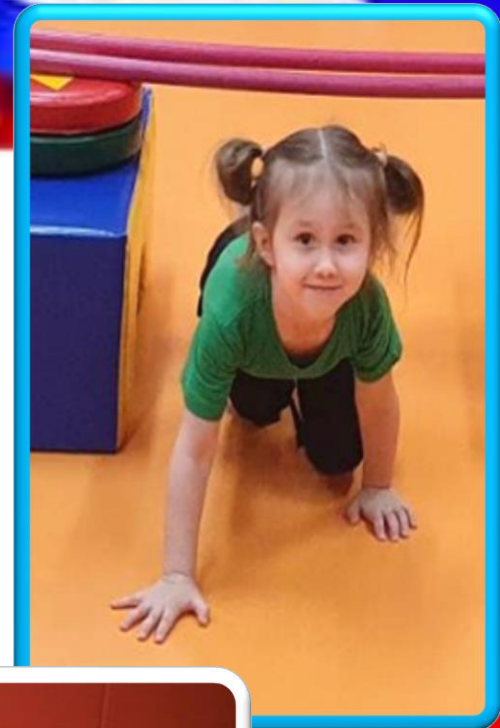
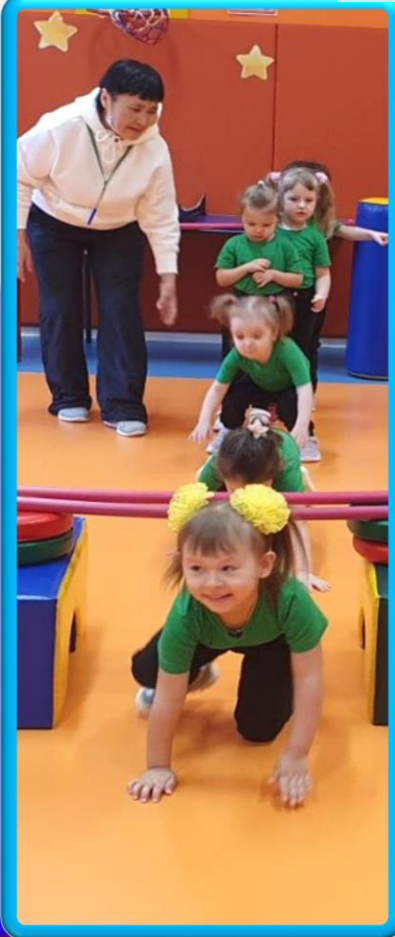




2 младшая группа №2



2 младшая группа №2





2 младшая группа №2





Средняя группа №1



Средняя группа №2



Средняя группа №2





Старшая группа №1



# Старшая группа №1





Старшая группа №1



Старшая группа №2



Старшая группа №2





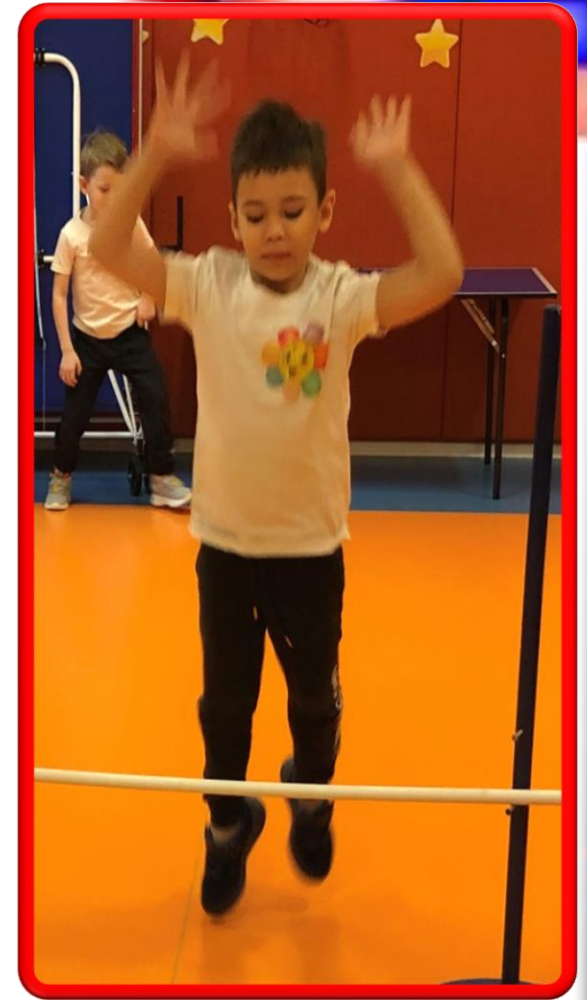
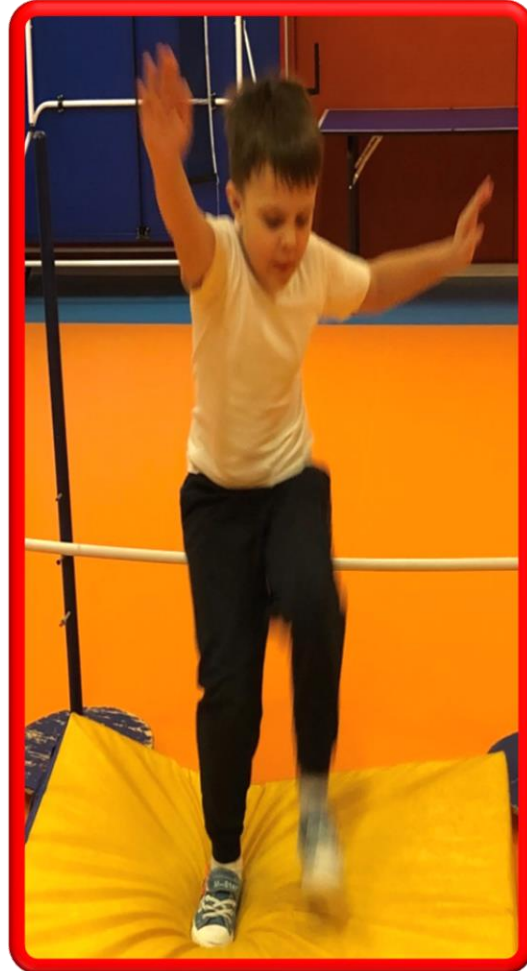
Подготовительная группа №1



Подготовительная группа №1



Подготовительная группа №1



Подготовительная группа №2



Подготовительная группа №1



Подготовительная группа №2



**Мы физкультурой занимались  
Чтоб стал железным организм  
И чтоб в здоровом теле  
Мускулы твердели!**

**Мы физкультурой занимались  
Чтоб стал железным организм  
И чтоб в здоровом теле  
Мускулы твердели!**

**Нам смелым, и сильным, и ловким  
Со спортом всегда по пути  
Ребят не страшат тренировки-  
Пусть сердце стучится в груди.  
Нам смелым, и сильным, и ловким  
Быть надо всегда впереди!**

**Спасибо за внимание!**

