

ПРИНЯТА:

На педагогическом совете МБДОУ №130
«Центр развития ребенка – детский сад
ПРОТОКОЛ №1 ОТ 30.08.2021Г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ №130
Центр развития ребенка – детский сад
Приказ № 146 от 30.08.2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Футбол (сентябрь-октябрь)

Задачи обучения.

Дети 5-6 лет.

1. Познакомить дошкольников с игрой в футбол, историей её возникновения.
2. Формировать умение выполнять простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; разучить индивидуальную тактику.
3. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость.

Диагностика физической подготовленности к игре в футбол

1. Челночный бег на 30 м (ловкость, быстрота).
2. Ведение мяча между кеглями — 10 м; расстояние между кеглями — 2 м (ориентировка в пространстве, координация движений).
3. Удары по воротам — 5 ударов (число попаданий, техника). Удары проводятся с расстояния 4 м; размеры ворот — 1×2 м.

Дифференцированный подход к обучению игре в футбол осуществляется путем:

- комплектование подгрупп по половому признаку, уровню физической подготовленности;
- увеличение или уменьшение расстояния между игроками в парных действиях, веса и размеров мяча, игрового поля, ворот;
- рациональная дозировка физической нагрузки с учётом возможностей ребёнка, увеличение (сокращение) длительности занятий.

Программа обучения детей игре в футбол

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общefизическая и специальная физическая подготовка)
1.	«Пустое место» (пятнышки с вызовом)

2.	«Зайцы в огороде» (русская народная подвижная игра)
3.	«Мы веселые ребята»
4.	«Удочка» (прыжки через вращающуюся веревку); с места.
5.	«Шишки, желуди, орехи»
6.	«У ребят подарок строгий»
7.	«Сороконожки» (присев, упор сзади, перебраться за линию, кто скорее)
8.	«Дружные ребята» (гуськом крепко держась за пояс друг друга дойти до флажка)

Технико-тактическая подготовка	
1.	«Обратный поезд» (бег прямо и спиной вперед)
2.	«Точный удар» (игра в парах: удары по неподвижному мячу, приемы мяча – игровая задача – не потерять мяч)
3.	«Чей мяч дальше?» (удары по неподвижному мячу)
4.	«Кто больше отобьет?» (удар мяча о стенку и обратно)
5.	«Кто скорее к финишу?»
6.	«Ловкие ребята» (ведение мяча между кеглями)
7.	«Вокруг света» (ведение мяча вокруг обруча правой и левой ногой в разных направлениях)
8.	«Не выпускать мяч из круга» (дети быстро передают мяч ногой по кругу)
9.	«Подвижная цель» (дети быстро передают мяч ногой, стараясь попасть в водящего).
10.	«Ведение мяча парами» (ребенок без мяча бежит, меняя темп, ребенок с мячом должен не отстать)
11.	«Футбол вдвоем» (стараться точно передать мяч партнеру, ведение мяча с передачи)
12.	«Борьба за мяч» (один ребенок ведет мяч, другой вступает в борьбу)
13.	«Забей в ворота» (чья команда больше забьет мячей, поочередные удары по воротам).
14.	«Забей в ворота» (вариант: нападающие-защитники меняются местами)
15.	«С двумя мячами» (два ребенка одновременно посылают друг другу мяч)
16.	Игра в футбол по командам

Нравственно-волевая подготовка	
1.	Как лучше выполнить двигательные действия, как достичь положительного результата, как поступить в той или иной игровой ситуации.
2.	Возможные варианты взаимодействия в игре.
3.	Побуждать детей к использованию элементов футбола в самостоятельной деятельности

Настольный теннис (октябрь – ноябрь)

Задачи обучения

Дети 5-6 лет.

1. Учить выполнять действия с мячом и ракеткой (катать, прокатывать, отбивать), формировать стойку теннисиста.
2. Формировать бережное отношение к теннисному мячику и ракетке.
3. Воспитывать терпение, уверенность в движениях, создавать условия для проявления положительных эмоций.
4. Развивать глазомер, согласованность движений, мелкую моторику руки.

Диагностика физической подготовленности к игре в настольный теннис

1. «Чувство мяча» (глазомер, число повторений; упражнение выполняется с теннисным мячом).
2. Умение чеканить мяч (координация движений, число повторений).
3. Техника удара и подачи (число правильно выполненных ударов и подач, техника их исполнения).

Дифференцированный подход к обучению игре в настольный теннис
осуществляется путем:

- Использование самодельных облегчённых ракеток с большой игровой поверхностью (ширина 17–20 см, ширина ручки 5–6 см) или просто кружков и квадратов из фанеры.
- Можно подогнать фабричную ракетку, укоротив и уменьшив диаметр ручки.
- Подбор игр, заданий с учётом уровня развития ловкости, быстроты, координации движений дошкольника, целенаправленно развивая эти качества.
- Использование столов разной высоты (от 55 до 75 см).

Программа обучения детей игре в настольный теннис

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общеспортивная и специальная физическая подготовка)
1.	«Охотники и утки»
2.	«Гонка мяча по кругу»

3.	«Наступление»
4.	«Мяч соседу»
5.	«Рыбаки и рыбки»
6.	«Горелки»
7.	«Лови — не лови»
8.	«Живая мишень»

Технико-тактическая подготовка	
1.	«Чьё звено быстрее передаст ракетку»
2.	«Ровным кругом»
3.	«Подбрось — поймай»
4.	«Попади в цель»
5.	«Мяч в кругу»
6.	«Мяч навстречу мячу»
7.	«Перебрось мяч»
8.	«Попади в круг»
9.	«Мяч вокруг обруча»
10.	«Не дай мячу скатиться»
11.	«Пройди с мячом»
12.	«Почекань мяч»
13.	«Обведи мяч вокруг обруча»
14.	«От стены на ракетку»
15.	«С ракетки на ракетку»
16.	«Загони мяч на стол»
17.	«Отрази» (на столе)
18.	Игра на столе с сеткой

Хоккей (декабрь)

Задачи обучения

Дети 5-6 лет.

1. Познакомить детей с стойкой хоккеиста, расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой.
 2. Учить вести шайбу, не отрывая клюшку от неё, забивать шайбу с места в ворота; закрепить передачу шайбы в парах.
 3. Создавать условия, обеспечивающие получение положительного результата в действиях с клюшкой и шайбой в парах.
 4. Укреплять уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре; обеспечить соблюдение правил безопасной игры.
- Развивать реакцию на движущийся объект, точность, быстроту.

Диагностика физической подготовленности к игре в хоккей

1. Ведение шайбы, не отрывая клюшку, — 10 м (техника, глазомер, скорость передвижения).
2. Ведение шайбы клюшкой между предметами. Расстояние между предметами — 2 м, длина дистанции — 10 м (координация движений, ориентировка в пространстве).
3. Удары по воротам с центра. Расстояние — 3 м (меткость, сила).

Дифференцированный подход к обучению игре в хоккей осуществляется путем:

1. Использование шайб различного размера и веса (80–150 г), пластиковой лёгкой шайбы; клюшек разной высоты (в зависимости от роста).
2. Увеличение или уменьшение расстояния при действиях в парах (1–2–3–4 м).
3. Дозировка физической нагрузки при подборе игр и упражнений, количества их повторений.

Программа обучения детей игре в хоккей

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общеспортивная и специальная физическая подготовка)
1.	«Догони пару»
2.	«Воробьи и вороны»
3.	«Землемеры»
4.	«Берег — море»

5.	«Попрыгунчики»
6.	«Сбей колпак у снежной бабы»
7.	«Снайперы»
8.	«Гонки колесниц»
9.	«Штангисты»

Технико-тактическая подготовка	
1.	«Стоп!»
2.	«Гонки с шайбой»
3.	«Квадрат»
4.	«Ледяная карусель»
5.	«Поспеси, но не сбей»
6.	«Передай шайбу»
7.	«Сбей кеглю»
8.	«Забей в ворота»
9.	«Попади с подачи»
10.	«Загони в ворота»
11.	«Попади в предмет»
12.	«Не выпусти шайбу из круга»
13.	«Салочки»
14.	«Не пропусти шайбу»
15.	«Хоккеисты»

Городки (март-апрель)

Задачи обучения

Дети 5-6 лет.

1. Познакомить с площадкой для игры «Городки» («город», «кон», «полукон»), закрепить названия и способы построения простейших фигур («забор», «бочка», «ворота»), познакомить с новыми фигурами («рак», «письмо»).
2. Формировать технику правильного броска биты (способ — прямой рукой сбоку, от плеча).
3. Воспитывать интерес к русским народным подвижным играм.
4. Развивать координацию движений, точность.
5. Учить правилам безопасности в игре.

Диагностика физической подготовленности к игре в городки

1. Сила кистей рук (правой или левой); измеряется детским динамометром; показания заносятся в таблицу.
2. Дальность броска биты правой или левой рукой: измеряется расстояние, оцениваются качественные показатели (исходное положение, прицел, бросок, сохранение равновесия).
3. Глазомер: оценивается число точных попаданий правой или левой рукой в один городок из пяти бросков (расстояние — 3 м).

Дифференцированный подход к обучению игре в городки осуществляется путем:

1. Учёт возрастных возможностей (программа для второй младшей и средней групп, программа для старшей и подготовительной групп).
2. Учёт гендерных особенностей: пластмассовые биты для девочек, деревянные — для мальчиков; в зависимости от возраста и роста длина городка может быть 10, 12, 14 см; биты — 40, 45, 50 см (вес — 400, 430, 450 г); сечение городков и бит — 3, 4, 5 см.
3. Индивидуальный подбор заданий для развития тех или иных качеств на основе оценки уровня физической подготовленности.

Программа обучения детей игре в городки

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общеспортивная и специальная физическая подготовка)
1.	«Карусель»
2.	«Парные карусели»
3.	«Возьми городок»
4.	«Собери палки- биты»
5.	«Лошадки»
6.	«Гонка крабов»
7.	«Через биты- полоски»
8.	«Неразрывные цепи»
9.	«Кто дальше и быстрее?»
10.	«Не задеть»
11.	«Пролезь в обруч»
12.	«Передай биты»
13.	«Подбрось — поймай»

	Технико-тактическая подготовка
1.	«Метни стрелу»
2.	«Попади в песочницу»
3.	«Составь фигуру»: «забор», «бочка», «письмо», «рак»
4.	«Загони городок в квадрат» (забивание битой городка в квадрат)
5.	«Попади в круг»
6.	«Передвинь флажок»
7.	«Угони городок дальше всех»
8.	Игра в городки

Баскетбол (май)

Задачи обучения

Дети 5-6 лет.

1. Познакомить детей с названием игры, инвентарём для неё, создавать общее представление о действиях в этой игре (стойка, передача мяча, ведение мяча на месте и в движении).
2. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом.
3. Воспитывать целеустремлённость, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу.
4. Развивать координацию движений, точность, ловкость.

Диагностика физической подготовленности к игре в баскетбол

1. Прыжки в высоту с места (количественные показатели).
2. Броски мяча в корзину с расстояния 3 м (глазомер, сила); высота кольца — 2 м.
3. Ведение мяча между предметами (техника, ловкость, глазомер).

Дифференцированный подход к обучению игре в баскетбол осуществляется путем:

1. Использование на разных этапах обучения мячей разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, баскетбольные, мини).
2. Увеличение расстояния при работе с мячом в парах (от 1 до 2 м).
3. Постепенное увеличение нагрузки (повторение действий с мячом от 4 до 10 раз).
4. Постепенное увеличение высоты размещения корзины (от 1,5 до 2 м).
5. Уменьшение или увеличение длительности таймов (от 5 до 10 мин).

Программа обучения детей игре в баскетбол

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общеспортивная и специальная физическая подготовка)
1.	«Найди свой цвет»

2.	«Вышло солнце из-за речки»
3.	«Задний ход»
4.	«По кочкам»
5.	«Серпантин»
6.	«Три мяча»
7.	«Туннель с мячом»
8.	«Туннель»
9.	«Перекажи быстрее»
10.	«Ручей»
11.	«Вместо скакалки»

Бадминтон (июнь)

Задачи обучения

Дети 5-6 лет.

1. Познакомить со свойствами волана, ракеткой, историей возникновения игры в бадминтон.
2. Разучить игры с воланом, способы действия с ракеткой; учить о ражать волан, брошенный воспитателем, играть вдвоём со взрослым.
3. Развивать ловкость, координацию движений, глазомер.

Диагностика физической подготовленности к игре в бадминтон

1. Умение подбить волан ракеткой (число раз, координация, ловкость), отбить волан (точность, сила удара; на сколько метров пролетел волан).
2. Подача волана снизу. Задача — попасть в обруч (техника, точность подачи).
3. Перекидывание волана через сетку (сила удара, техника выполнения).

Дифференцированный подход к обучению игре в бадминтон осуществляется путем:

1. Подбор ракеток: детских и юношеских; пластмассовых и деревянных разного веса (от 60 до 125 г); с ручками разной длины (от 50 до 60 см), площади головки.
2. Увеличение или уменьшение расстояния при действиях в парах в зависимости от уровня физической подготовленности ребёнка.
3. Подбор индивидуальных заданий, регулирование физической и эмоциональной нагрузки.

Программа обучения детей игре в бадминтон

№	Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная)
----------	---

п/п	физическая подготовка)
1.	«Удочка»
2.	«Выбивной»
3.	«Волк во рву»
4.	«Пронзи кольцо»
5.	«Юбка»
6.	«За двумя зайцами»
7.	«Ловкий рапирист»
8.	«Ложись»

	Технико-тактическая подготовка
1.	«Подбрось-поймай, падать не давай!»
2.	«Передвинь флажок»
3.	«Волан навстречу волану»
4.	«Чья команда меткая»
5.	«Подбей волан»
6.	«Загони волан в обруч»
7.	«Отрази волан»
8.	«Волан через сетку»

Футбол (сентябрь-октябрь)

Задачи обучения.

Дети 3-5 лет

1. Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол (игра в мяч ногами).
2. Формировать элементарные для футбола действия с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча, ведение, удар по воротам).
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание играть вдвоём, втроём.
4. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер.
5. В процессе овладения действиями с мячом совершенствовать технику ходьбы, бега.

Диагностика физической подготовленности к игре в футбол

1. Бег на 10 м.
2. Удар по неподвижному мячу (техника, сила удара, расстояние).
3. Ведение мяча по прямой 3 м (техника, скорость).

Дифференцированный подход к обучению игре в футбол осуществляется путем:

1. Комплектование подгрупп по половому признаку, уровню физической подготовленности.
2. Увеличение или уменьшение расстояния между игроками в парных действиях, веса и размеров мяча, игрового поля, ворот.
3. Рациональная дозировка физической нагрузки с учётом возможностей ребёнка, увеличение (сокращение) длительности занятий.

Программа обучения детей игре в футбол

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная физическая подготовка)
1.	«Сказка о мячах»

2.	Ходьба и бег в колонне с мячом в руках
3.	ОРУ «Ловкие мячики»
4.	«Догони»
5.	«Ловкие ножки»
6.	«Мой весёлый, звонкий мяч»
7.	«Какого мяча нет?»
8.	«Поворот»
9.	«Остановись»
10.	ОРУ с мешочками
11.	«Футбол мешочком»
12.	«Прокати»
13.	«Попади в ворота»
14.	«Детки и кот»
15.	«Где котик?»
16.	«Прокати мяч другому»
17.	«Не потеряй»
18.	«У ребят порядок строгий»
19.	ОРУ «Весёлые ребята»
20.	«Гонка мячей»
21.	«Мяч под сетку»
22.	«Порисуем мячики»

Настольный теннис (октябрь – ноябрь)

Задачи обучения

Дети 3-5 лет

1. Познакомить детей с теннисным мячиком и ракеткой, показать свойства мячика (лёгкий, прыгает, ломается, если обращаться неаккуратно).
2. Формировать действия с ракеткой (брать, держать, передавать, вращать), действия с маленьким мячиком (катать, бросать, ловить, отбивать).
3. Развивать мелкую моторику руки, согласованность движений.
4. Создавать ситуации, побуждающие детей проявлять усилия в овладении действиями с мячом и ракеткой, развивать эмоциональную сферу ребёнка в действиях с мячом и ракеткой.
5. Воспитывать желание действовать с маленьким мячиком самостоятельно.

Диагностика физической подготовленности к игре в настольный теннис

1. Умение подбрасывать и ловить мяч (глазомер, количество повторений).
Используется мяч среднего размера.
2. Способность отразить мяч, подвешенный на верёвочке (количество раз).
3. Навык стоять на ракетке на одной ноге (в секундах).

Дифференцированный подход к обучению игре в настольный теннис
осуществляется путем:

1. Использование самодельных облегчённых ракеток с большой игровой поверхностью (ширина 17–20 см, ширина ручки 5–6 см) или просто кружков и квадратов из фанеры.
2. Можно подогнать фабричную ракетку, укоротив и уменьшив диаметр ручки.
3. Подбор игр, заданий с учётом уровня развития ловкости, быстроты, координации движений дошкольника, целенаправленно развивая эти качества.
4. Использование столов разной высоты (от 55 до 75 см).

Программа обучения детей игре в настольный теннис

№	Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная)
----------	---

п/п	физическая подготовка)
1.	Ходьба и бег с теннисным мячиком
2.	ОРУ (танец с теннисным мячиком)
3.	«Гонка мячиков»
4.	«Высоко-высоко»
5.	«Ветер»
6.	«Тучки по небу ходили»
7.	«Не потеряй»
8.	«Вокруг света»
9.	«Мой весёлый, звонкий мяч»
10.	«Мяч в кругу»
11.	«Зонтики»
12.	«Покатаемся»
13.	«Мяч друг другу»
14.	«Повеселимся»
15.	«На зонтик»
16.	«Солнышко и тучи»
17.	Релаксация «Солнышко»
18.	«По дорожке»
19.	«Светофор»
20.	ОРУ «Проверим автомобили»
21.	«Подъёмный кран»
22.	«Солнышко и дождик»
23.	«Попрыгаем»
24.	«Мяч вокруг обруча»
25.	«Цветные автомобили»
26.	Релаксация «На лошадаках» (поза кучера)

Хоккей (декабрь)

Задачи обучения

Дети 3-5 лет

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними.
2. Учить водить клюшку, не отрывая её от поверхности; ударять по неподвижной шайбе и останавливать шайбу клюшкой.
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве.
4. Воспитывать желание получить положительные результаты; развивать умение выполнять простейшие требования безопасной игры.
5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками при игре в хоккей.

Диагностика физической подготовленности к игре в хоккей

1. Ведение шайбы, не отрывая клюшку от шайбы (техника, глазомер, скорость передвижения).
2. Удары по воротам с места. Расстояние — 2 м (меткость, сила).

Дифференцированный подход к обучению игре в хоккей осуществляется путем:

1. Использование шайб различного размера и веса (80–150 г), пластиковой лёгкой шайбы; клюшек разной высоты (в зависимости от роста).
2. Увеличение или уменьшение расстояния при действиях в парах (1–2–3–4 м).
3. Дозировка физической нагрузки при подборе игр и упражнений, количества их повторений.

Программа обучения детей игре в хоккей

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная физическая подготовка)
1.	«Метелица»
2.	«Хлопушки»
3.	«Попрыгунчики»
4.	«Снайперы»

5.	«Ловишки»
6.	ОРУ с клюшкой «Затейники»
7.	«Кто дальше»
8.	«Фигуры»
9.	«С льдины на льдину»
10.	«Чья клюшка быстрее»
11.	«Гонка шайб»
12.	«Чья шайба дальше»
13.	«Точный пас»
14.	«Забей в ворота»
15.	«Зайцы и волк»
16.	«Пройди — не задень»
17.	«Следопыты»
18.	«Где красная клюшка»
19.	«Канатоходцы»

Городки (март-апрель)

Задачи обучения

Дети 3-5 лет.

1. Познакомить с русской народной игрой «Городки», инвентарём для игры (бита, городок), элементами площадки для игры («город», «кон»), несколькими фигурами («забор», «ворота», «бочка»).
2. Отрабатывать элементарные действия с битой (брать, передавать, бросать), разучить способы её метания (прямой рукой сбоку и от плеча).
3. Учить строить простейшие фигуры.
4. Развивать силу, глазомер.
5. Формировать осторожность, внимательность, побуждать к взаимодействию в игровых ситуациях.

Диагностика физической подготовленности к игре в городки

1. Дальность броска биты (правой и левой рукой), измеряется расстояние.
2. Количество точных попаданий в «город» из трёх бросков (расстояние — 2м).

Дифференцированный подход к обучению игре в городки осуществляется путем:

1. Учёт возрастных возможностей (программа для второй младшей и средней групп, программа для старшей и подготовительной групп).
2. Учёт гендерных особенностей: пластмассовые биты для девочек, деревянные — для мальчиков; в зависимости от возраста и роста длина городка может быть 10, 12, 14 см; биты — 40, 45, 50 см (вес — 400, 430, 450 г); сечение городков и бит — 3, 4, 5 см.
3. Индивидуальный подбор заданий для развития тех или иных качеств на основе оценки уровня физической подготовленности.

Программа обучения детей игре в городки

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная физическая подготовка)
1.	«Найди свой домик»
2.	ОРУ с городком

3.	«Дорожка» (выложенная из городков)
4.	«Метни стрелу»
5.	«Попади в брусок»
6.	«Попади в песочницу»
7.	«У кого городок»
8.	«Носильщики»
9.	«Змеечка»
10.	«Цепочка»
11.	ОРУ с битой
12.	«Составь фигуру»
13.	«Кто дальше»
14.	«Поиграем»

Баскетбол (май)

Задачи обучения

Дети 3-5 лет.

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из разных исходных положений — сидя, стоя на коленях, стоя).
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоём, втроём.
3. Развивать согласованность движений, глазомер.

В процессе освоения действий с мячом развивать основные двигательные навыки — ходьбу, бег, прыжки, лазание.

Диагностика физической подготовленности к игре в баскетбол

1. Броски мяча в вертикальную цель с расстояния 2 м (глазомер, сила).
2. Ударять мяч об пол двумя руками и ловить его после отскока (техника, ловкость, глазомер).

Дифференцированный подход к обучению игре в баскетбол осуществляется путем:

1. Использование на разных этапах обучения мячей разного веса и диаметра (детские резиновые, волейбольные, баскетбольные, мини).
2. Увеличение расстояния при работе с мячом в парах (от 1 до 2 м).
3. Постепенное увеличение нагрузки (повторение действий с мячом от 4 до 10 раз).
4. Постепенное увеличение высоты размещения корзины (от 1,5 до 2 м).
5. Уменьшение или увеличение длительности таймов (от 5 до 10 мин).

Программа обучения детей игре в баскетбол

№ п/п	Атлетическая подготовка (Общефизическая и специальная физическая подготовка)
1.	«Найди свой домик»
2.	«Наши ножки ловко прыгают по дорожке»
3.	«Обезьянки»

4.	«Не отдам!»
5.	«Птички в гнёздышках»
6.	«Играй, играй, мяч не теряй»
7.	«Наши ножки ловко бегают по дорожке»
8.	«Поздоровались»
9.	«Большие — маленькие»
10.	«Носильщики»
11.	«Подними мяч»
12.	«Быстрее к своему мячу»
13.	«Пролезь быстрее»
14.	«Кого назвали, тот ловит»
15.	«У кого меньше мячей»
16.	«Треугольник»
17.	«Бросай, не зевай»
18.	«Лови, не зевай»
19.	«Мяч в обруч»
20.	«Попади в корзину»
21.	«Чьё звено быстрее»
22.	«Прыг-скок»
23.	«Стой»
24.	«Прыг-скок, побежал дружок»

