

25августа 2021г

Ерсектер тобынлагы дене шыныктыру пәнінен

2021-2022 оку жылына арналған

ұйымдастыру оку кызметінің перспективтік жоспары

Перспективный план

организационной учебной деятельности

по физической культуре в старшей группе

на 2021-2022 учебный год.

Дене шыныктыру пәнінің мұғалімі

Учитель физической культуры

Мургбаева Гульжанат Абдакимовна

**Перспективный план ОУД по Типовой учебной программе**

**дополнительного воспитания и обучения на 2021– 2022-учебный год**

**Старшая группа**

**Кыркүйек: Балабакша.**

**Сентябрь тема: «Мой детский сад»**

<b>Менің балабакшам. «Мой детский сад» (1-неделя) 2ч</b>	<p><b>1. Тема: Наш спортивный зал:</b> Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени , с остановкой на сигнал стол. Ходьба на носочке, на пятках. Бег в колонне по одному, бег вразсыпную. Учить сохранению равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, метанию мяча вдаль из-за головы правой и левой рукой. Учить метанию вдаль из-за головы правой и левой рукой, ползанию на четвереньках между предметами.</p> <p><b>2. Тема: Мы немножко порезвились.</b> Учить изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Закреплять умение строиться в колонну по одному, развивать самостоятельность действий и ориентировку в пространстве при построении в колонну. Учить изменивать направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога. Закреплять умение строиться в колонну по одному, развивать самостоятельность действий и ориентировку в пространстве при построении в колонну. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Воспитывать коллективизм, желание играть совместно.</p> <p><b>3. Физкультурный лосуг: "Тропинка к здоровью".</b> Цель: Построение в колонну по одному. Перестроение в шеренгу по одному. Перестроение в круг. Гимнастика для ног для профилактики плоскостопия. Ходьба на месте, не отрывая носки от пола, стараясь поднимать выше пятки. Ходьба на пятках, руки за спиной. Ходьба на носках, руки за головой. Ходьба босиком по " ТРОПИНКЕ ЗДОРОВЬЯ"(массажные коврики, по резиновым кочкам, приставным шагом по канату и т.д.).</p> <p><b>ВЕСЕЛЫЙ ТРЕНИНГ"Ах ладошки, вы ладошки"</b></p> <p><b>4. Тема: На лесной полянке.</b> Учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сид на пятки, сохраняя направление движения мяча; закреплять огибать предметы слева и справа. Учить ползать на четвереньках на расстоянии 6 метров, сохраняя направление движения; закреплять умение прокатывать мяч друг другу; развивать силу толчка мяча Учить ходить по пирамиде, положенному прямо, Ползание на четвереньках на расстоянии 6 метров. Подскоки на двух ногах (ноги вместе, ноги врозь) с хлопками над головой.</p>
--	---

<p><b>5. "Осенний букет".</b></p> <p>Учить бегать в колонне по одному, упражняться в катании мячей в произвольном направлении; Учить выполнять подскоки (одна нога вперед, другая назад); на расстоянии 6 метров.</p> <p>Учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча (расстояние 2 метра). Подскоки на двух ногах (одна нога вперед, другая назад). Хольба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 метра).</p>
<p><b>6. Тема: Игры на поляне.</b></p> <p>Учить бегать в колонне по одному, сохраняя направление движения. Учить прыжкам с зажатым между ногами мячом, лазанию по наклонной лесенке на четвереньках; закрепить перебрасывание мяча друг к другу.</p> <p>Учить сохранению равновесия при хольбе с перешагиванием через предметы. <u>Произвольно прыгать со скакалкой.</u></p>
<p><b>7. Тема: Упражнения с флагштаками.</b></p> <p>Учить ползать на четвереньках под веревку, закрепленную на высоте 40 см. Катание мяча в ворота (расстояние 2,5 метра.) Учить ритмично ходить и бегать в колонне. Катание мячей друг другу из исходного положения сед на пятки, (расстояние 2 метра)</p> <p>Учить прыгать на месте с поворотами направо, налево. Хольба и бег в колонне по одному. Ползание под 3 дуги (высота 40см)</p>
<p><b>8. Тема: Играй и здоровье укрепляй!</b></p> <p>Учить прыгать достаточно высоко, чтобы повернуться в сторону; Прыжки на месте с поворотами направо, налево. Хольба и бег в колонне по одному. Ползание под 3 дуги (высота 40см).</p> <p>Учить менять направление мяча при катании между предметами; Катание мяча между 5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1 метра один от другого. Прыжки на месте с поворотами направо, налево, поворачиваясь вокруг себя. Учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, четвереньках на расстоянии 8 метров, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 40 см..</p>
<p><b>9. Тема: Играем с обезьянкой.</b></p> <p>Учить хождению по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; прыжкам через шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью.</p> <p>Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы.</p> <p>Учить хольбе по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие</p>
<p><b>10. Тема: "Станем красивыми".</b></p> <p>Учить ходить по шнуре с мешочком на голове Ползание на четвереньках на расстоянии 8 метров, в сочетании с ползанием под палку, поднятую на высоту 40 см. Прыжки на месте с поворотами направо, налево.</p> <p>Учить выполнять музыкально-ритмические движения. Хольба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400грамм). Прыжки на месте с поворотами вокруг себя.</p> <p>Учить шагать более широким шагом с естественными движениями рук по дорожке между двумя параллельными линиями; (ширина 15см, длина 3 метра). Катание мячей друг другу из исходного положения стоя на коленях (расстояние 2,5 метра).</p>

Дені сау болып осеміз. Растем здоровыми. (5 неделя) 3ч.	11. Тема: "Необычный шнур". Учить выполнять невысокие прыжки. Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках расстояние 6 метров Учить подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие полскоки Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны Учить подлезать под веревку боком (высота 40 см). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	12. Тема: "Лесные загадки". Учить ползать на животе с мешочком на спине. Учить ходить по гимнастической скамейке с перепагиванием через предмет, расположенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед
	13.Тема: "Веселые гномики". Учить выполнять невысокие прыжки. Ходьба между двумя параллельными линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Ползание на четвереньках расстояние 6 метров Учить подбрасывать мяч вперед-вверх и ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие полскоки Ходьба по шнуру, положенному прямо, с мешочком с песком на голове (вес 400 грамм), руки в стороны Учить подлезать под веревку боком (высота 40 см). Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	14.Тема: "Мой веселый звонкий мяч". Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока; упражняться в прыжке вверх на двух ногах с 4 шагов. Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, (высота скамейки 35 см, ширина 20 см) Ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1метр, длина ряда 6 метров). Учить бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, 1м, длина ряда 6м).Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть-руки в стороны. (высота скамейки 35 см, ширина 20 см). Полбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками
	Казан: "Кош келдің, Алтын күз!" Октябрь тема: «Здравствуй осень золотая!»	
Күзді гул шоктары. "Осенине букеты" (1-неделя) 3ч	15. Тема: "Поможем Зайке стать здоровым". Учить ползать с подлезанием под дуги, дуги (высота 40 см), мячи. Учить ходить по канату приставным шагом; прыгать через предметы по прямой на двух ногах. (высота 15-20 см), мячи. Учить прыгать в длину с места, приземляясь на полусогнутые ноги; метать мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. Учить ползать на животе с мешочком на спине.	

<p><b>Күз - жомарт кезі. «Осень - щедрая пора»</b></p> <p>(2 -неделя) 3ч</p>	<p><b>16. Тема: "Станем внимательными".</b></p> <p>Учить ходить на носочках по ограниченной плошади, Хольба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2 метра), руки на поясе. Подлезание под веревку боком (высота 40 см). Учить хольбе в колонне парами. Хольба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15 см, длина 2 метра), руки на поясе.</p> <p>Учить выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; Прыжок вверх на двух ногах с разбега 4 шагов. <u>Хольба и бег в колонне парами. Хольба по шинуру, положенному зигзагообразно.</u></p>
<p><b>17. Тема: "Орамал".</b></p>	<p>Учить ходить на носочках по ограниченной плошади, Хольба на носках по доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2 метра), руки на поясе. Подлезание под веревку боком (высота 40 см).</p>
<p><b>18. Физкультурный досуг. Тема: "Турнир здоровчиков"</b></p>	<p>Цель: Учить детей сохранять и укреплять своё здоровье, формировать привычку к здоровому образу жизни. Доставить детям удовольствие от обыгрывания знакомых образов. Создавать весёлое , радостное настроение, укрепить здоровье детей с помощью физических упражнений и позывных игр.</p>
<p><b>Дилактические игры:</b> "Назови вид спорта", "Угадай вид спорта по показу".</p> <p><b>Подвижная игра "Бегающая метла"</b></p>	<p><b>19. Тема: "Куклы".</b></p> <p>Построение в шеренгу , колонну по одному. Бегать в умеренном темпе. Прыжки чередуя на двух ногах, одной ноге, продвигаясь вперед.</p> <p>Учить легко бегать по гимнастической скамейке, на коне присесть и вытянуть руки вперед, сосок на обозначенное место. Построение в колонну по одному, хольба и бег по кругу. По сигналу повороты на месте на право и налево.</p>
<p><b>20. Тема. "Волшебный сундучок".</b></p>	<p>Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока; упражняться в прыжке вверх на двух ногах с 4 шагов. Учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, (высота скамейки 35см, ширина 20см) Ползание на ладонях и ступнях между предметами, поставленными в ряд (расстояние между предметами 1метр, длина ряда 6 метров).</p>
<p>Учить бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, 1м, длина ряда 6м).Хольба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть- руки в стороны. (высота скамейки35см, ширина 20см). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p>	<p>Учить выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; Прыжок вверх на двух ногах с разбега 4 шагов. <u>Хольба и бег в колонне парами. Хольба по шинуру, положенному зигзагообразно.</u></p>

**Жыл күстары.**  
**«Перелетные птицы»**  
**(3 недели)**

**3ч**

**21. Тема: "Разноцветные мячи".** Учить прыжку в длину с места ( не менее 70см).  
Учить ходить по гимнастической скамейке с переползанием через предмет.  
Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед, с перекладывание на каждый шаг вперед мяча из рук в руки перед собой.  
Учить лазать по гимнастической стенке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз.

**22.Тема: "Играем в спортзале".**

Учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, на расстояние 2 метра. Бег «змейкой», обегая поставленные в ряд предметы (расстояние между предметами 1м, длина ряда 6м),  
Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока; расстояние между парами 1,5 метра.

Учить ползать по гимнастической скамейке на животе, ползаяваясь руками(высота скамейки 35см, ширина 20см).

**23."Разноцветные кегли".**

Учить ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки на пояс(высота скамейки 35см, ширина 20см). Учить строиться в колонну по одному, ориентироваться в пространстве при ходьбе вразбросшую и быстро находить свое место в колонне; закреплять умение перепагивать через предметы, сохраняя равновесие (высота скамейки 35см, ширина 20см)

Учить принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз- вперед с толчком ног; закреплять умение быстро находить свое место в шеренге,

**24."Станем ловкими"**

Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5метра, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами 2 метра ;  
Учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2метра,  
Учить ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс(высота скамейки 35см, ширина 20см).Ползание по бревну на четвереньках. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.

**25.Тема: "Мы веселые ребята".**

Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: кружиться вокруг себя, легко и ритмично подпрыгивать; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильное положение осанки при ходьбе по повышенной опоре, Ходьба по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен, руки на поясе, (высота скамейки 35см, ширина 20).  
Учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, Прыжки на двух ногах через линии (4 линии на расстоянии 1м друг от друга). Музыкально-ритмические движения (ходьба, приседания). Бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками (способом двумя руками из-за головы, расстояние между шеренгами 2 м.

**26.Тема: "Необычные скамейки".**

Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (высота скамейки 35см, ширина 20см). Прыжки на двух ногах по доске, положенной на пол.  
Учить выполнять перекат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика

плоскостопия); закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу Хольба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2метра).

### Караша "Менің отбасым"

#### Ноябрь тема: «Моя семья»

**Мен және менің жаңыым.**

«Я и моя семья»

(1 - неделя)

3ч

**27. Тема:** "Станем самостоятельными". Учить легко бегать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках вытянуть вперед, сокок на обозначенное место; Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках Учить спрыгивать на согнутые ноги с высоты в обозначенное место. гимнастическая скамейка (высота 30 см). Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; закреплять бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя.

**28. Тема:** "Веселые мышки".

Учить легко бегать по гимнастической скамейке, на коне присесть, руки вытянуть вперед, сокок на обозначенное место; Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках Учить спрыгивать на согнутые ноги с высоты в обозначенное место. гимнастическая скамейка (высота 30 см). Учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; закреплять бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя.

**29. Тема:** "Научим Гномика смеяться".

Учить бегать в быстром темпе (расстояние 15метров). Ходьба по ребристой доске, положенной на пол (ширина 15см, длина 2метра). Катание обруча в прямом направлении.Учить прыгать на двух ногах из обруча в обруч, согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, Учить мягко приземляться на носки полусогнутых ног; Прыжки из круга в круг. Бег в быстром темпе (расстояние 20 метров) в чередовании с ходьбой с высоким подниманием колен. Бросание мяча двумя руками из-за головы, в положении стоя.

**«Үйлөгі және кешелегі**

Каупеңдік.»

Безопасность дома и на

улице.

(2 - неделя)

3ч

**31.Тема:**" Наш маленький стадион".

Учить выполнять правильный хват перекладины (4 пальца сверху, большой снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вперед энергичным выпрямлением согнутых рук

Учить сохранять равновесие, переп�ывать через рейки лестницы высоко подняма колени, сохраняя ровную осанку; закреплять умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз чередующимся шагом, согласовывать движения рук и ног; упражнять в бросании мяча вдали из-за головы в положении «маллас»; развивать силу броска, умение выполнять

		энергичное выпрямление рук.
	<b>«Әртүрлі мамандықтар манызды»</b> Профессии разные нужны, профессии разные важны.	<b>32. Тема: "Волшебные кубики Клоуна".</b> Учить бежать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками; закреплять умение последовательно перепрыгивать через 5 шнуров, энергично отталкиваясь двумя ногами, мягко приземляться на носочки, выпрямляться стоя на всей стопе; упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через предметы. Учить ползать под веревку, Развивать ловкость и устойчивое равновесие при хольбе по шнуру, закрепление ползания и ползания.
	<b>(3 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<b>33. Тема: "Необычные состязания".</b> Учить бегать по гимнастической скамейке с предметом на руке; ползать под шнур, не касаясь руками пола Учить; прыгать с поворотом кругом. Отбивание мяча о землю правой и левой рукой. метание колец (мяч, мешочек, камень) в цель. Ползать до фланкка, прокатывая перед собой мяч головой.
	<b>(3 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<b>34. Тема: "Играем с Гномиком".</b> Учить выполнять приставной шаг вправо , без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо; закреплять умение ритмично перешагивать через рейки приподнятой на 20см от пола (руки на поясе), Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево Прыжки в глубину с высоты 20 см Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 метра; закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, 20см
	<b>(4 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<b>35."Наш маленький стадион".</b> Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении; закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку (расстояние до сетки 2метра). Учить ходьбе по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо ( по 3 перекладине). Прыжки в глубину с высоты 20см. Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными подскоками; закреплять умение расходиться вдвоем на доске.
	<b>«Үй жануарлары және төлдері»</b> Домашние животные и их детеныши.	<b>36. Тема: "Научим Гномика смеяться".</b> Учить метать кольца (мешочек, мяч, камень) в цель. Ползать до фланкка, прокатывая перед собой мяч головой. Учить прыгать со скамейки и впрыгивать на возвышенност; бросать мешочек в обруч одной рукой снизу.

3ч

**37. Тема: "Пойграй мячик со мной".**

Музыкально-ритмические движения.(приставной шаг вперед, плавные приседания).

Перепагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см.  
Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдали правой и левой рукой (шишки). Прыжки

Учить ползать по наклонной доске вверх на ладонях и коленях. Метание вдаль правой и левой рукой (шишки). Прыжки из круга в круг.

**38. Тема: "Волшебный асык".**

Учить бегать в медленном темпе 1,5минуты. Ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Бросать мяча через сетку, натянутую выше поднятых рук ребенка, двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м).  
Учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5см; закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках  
Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху

**Желтоксан "Мени Казахстаным".**  
Декабрь тема: «Мой Казахстан»**«Мени калам - Алматы!»****Город мой Алматы!****(1 – неделя)****2ч**

Учить ходить по ребристой поверхности; прыгать с гимнастической скамейки на обозначенное место, мягко приземляться на согнутые ноги. Гимнастическая скамейка (высота 30 см)Учить: метать в вертикальную цель правой, левой рукой от плеча. Прыжки с поворотом на право, налево, кругом.  
Учить бегать в медленном темпе 1,5минуты. Ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Бросать мяча через сетку, натянутую выше поднятых рук ребенка, двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м).

**40. Тема: "Цветик -семицветик".**

Учить перепрыгивать через 3 предмета, Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).

Учить лазать по гимнастической стенке чередуясь шагом, не пропуская перекладин высота 1,5 метра

Учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, Лазание по гимнастической стенке на высоту 1,5 метра Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).

**«Тәуелсіз Казахстан.»****Незавимимый мой****Казахстан.****(2 - неделя)****3ч**

Учить перепрыгивать через 3 предмета, Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).  
Учить лазать по гимнастической стенке чередуясь шагом, не пропуская перекладин высота 1,5 метра  
Учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, Лазание по гимнастической стенке на высоту 1,5 метра Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).

## **42 Физкуль-турнирный досуг "Зимняя забава"**

**Цель:** Упражнять в хольбе и беге с одновременным выполнением различных заланий. Закрепить знания о зимнем времени года , играх и забавах. Воспитывать у детей потребность в движении.

**Игра:** "Попади в ворота", "Кто первый добежит скользящим шагом до флагка", "Попади в цель"

### **43. Тема:"Станем солдатами".**

Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя; закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе,

Учить прыгать на месте на одной ноге ). Лазание по гимнастической стенке на высоту 2 метра.

Учить отбивать мяч о пол одной рукой плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу; закреплять умение прыгать на месте на одной ноге

### **44. Тема:"Мы топаем ногами, мы хлопаем руками".**

**«Тәүелсіз Қазақстан»  
Незавиммый мой  
Казахстаи.  
(3 - неделя)**

**2ч**

Учить лазать по наклонной лесенке ( положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), Отбивание мяча о пол одной рукой.

Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой

Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне

### **45. Тема: "Легчики".**

Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять приставной шаг Учить проползанию под дугами на четвереньках, толкая головой мяч, дуги (высота 50 см), приставной шаг Учить прыгать с разбега, отталкиваясь двумя ногами, через веревку; нанизывать колпса на палку кольцеброса

Учить: прыгать с разбега, отталкиваясь двумя ногами, через веревку; нанизывать колпса на палку кольцеброса

### **46. Тема:" Тренируемся как папа".**

**«Цвети, мой Казахстан!»  
(4 - неделя)**

**3ч**

Учить лазать по наклонной лесенке ( положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), Отбивание мяча о пол одной рукой.

Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой

Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне

### **47. Тема: "Обезьяника в гостях у детей".**

Упражнять лазать по наклонной лесенке ( положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), Отбивание мяча о пол одной рукой.

Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой

Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять

	приставной шаг
<b>48. Тема: " Новый год".</b> Кош келдін, Жана жыл! Страна встречает Новый год! (5- неделя) 3ч	Учить прыгать в высоту с разбега. Учить ходить по наклонной доске боком, приставным шагом, сохраняя равновесие; перебрасывания мяч друг к другу двумя руками из-за головы Учить ползать по гимнастической скамейке подтягиваясь на руках . Перебрасывать мяч друг к другу двумя руками из-за головы. Прыжки чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед (расстояние 3-4 м).
<b>49. Тема: "Мы стали большими".</b> Учить перепрыгивать через 3 предмета, Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см). Учить лазать по гимнастической стенке передувшимся шагом, не пропуская перекладин высота 1.5 метра Учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, Лазание по гимнастической стенке на высоту1,5 метра Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).	
<b>50. Учить бегать по наклонной доске, спускаясь шагом. Прыгать попеременно на правой и левой ноге.</b> Учить прыгать попеременно на правой и левой ноге. Перебрасывание мяча друг к другу двумя руками из-за головы, стоя на коленях в ширенге. Учить ходить по канату приставным шагом (пятки на канате, носки на полу); прыгать через шнурсы, положенные на пол в ряд.	
<b>51. Тема:" Путешествие в Африку".</b> Учить ходить на повышенной опоре Прыгать на двух ногах, через набивные мячи, положенные в шахматном порядке. Учить влезать на наклонную лесенку с переходом на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек. Прыгать на двух ногах через пердмет.	
<b>Кантар Қыстың тамаша кезі!</b> <b>Январь тема: «Зимы прекрасная пора!»</b>	
<b>52. Тема:" Юные пожарные".</b> Кош келді, Жана жыл! Страна встречает Новый год! (1 - неделя)	Учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие полскоки на носках, соглашаваясь вращение скакалки и подскок; закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, Учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер; закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку Учить метать мяч Метание в вертикальную цель ( высота центра мишени 1,5метра, расстояние 2метра). Ползание с мешочком на спине (расстояние бметров).
<b>53 . Физкультурный досуг: " У Мишки в гостях"</b> Алакай қыс келді! «Здравствуй, Зимушка-зима» (2- неделя)	Цель: Создавать у детей эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение. Развивать двигательные навыки, быстроту, гибкость, ловкость, координацию гибкости " В гости к Мишке". Зарядка вместе с Мишкой.

**Игры: "Мишка", "Из обруча в обруч", "Пробеги с мячом", "У мельделя во бору".**

**3ч**

**54.Тема: "Раз-два-три повтори".**

Учить выполнять приставной шаг вправо , без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо; закреплять умение ритмично перешагивать через рейки приподнятой на 20см от пола (руки на поясе).

Учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево Прыжки в глубину с высоты 20 см

Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 метра; закреплять

умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, 20см

**55.Тема: "Игровое лото".**

Учить переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватываю руки с перекладины на перекладину, в горизонтальном направлении; закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку (расстояние до сетки 2метра).

Учить ходьбе по доске, положенной на пол с выполнением задания - разойтись вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон. Лазание по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо ( по 3 перекладине). Прыжки в глубину с высоты 20см. Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными подскоками; закреплять умение расходиться вдвоем на доске

**56. Тема: "Белочка в гостях у ребят".**

Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прыгать через длинную скакалку на двух ногах. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Лазать по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек, с переходом на другой пролет и спускаться вниз. Учить бегать по наклонной доске, сохраняя правильную осанку. Перепрыгивание на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке.

**57. Тема: "Игровое лото".**

Музыкально-ритмические движения.(приставной шаг вперед, плавные приседания).

Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20см.

Учить принимать правильное исходное положение, метать мяч вперед-вверх-вдалъ Прыжки в глубину с высоты 20см.

Учить ползать по наклонной доске вверх на ладонях и коленях. Метание вдаль правой и левой рукой (шишки). Прыжки из круга в круг.

**58."Волшебные скамейки".**

Учить бегать в медленном темпе 1,5минуты. Ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку. Бросать мяча через сетку, натянутую выше поднятых рук ребенка, двумя руками от груди (расстояние до сетки 2м).

Учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5см; закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках

Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху

<p><b>Жануарлар калай</b> <b>кысталды.</b></p> <p><b>«Как зимуют звери?»</b></p> <p>(4 - неделя)</p> <p>3ч</p>
<p><b>Жакын мандағы керемет.</b> <b>«Прекрасное рядом</b> <b>(явление неживой</b> <b>природы)»</b></p> <p>(1 – неделі)</p> <p>3ч</p>
<p><b>62. Тема; "Космическое путешествие".</b></p> <p>Учить перепрыгивать на двух ногах через бруски, расположенные в шахматном порядке. Перебрасывать мяч друг к другу двумя руками из-за головы, стоя на коленях.</p> <p>Учить прокатывать обручи и пролезать в них.</p> <p>Учить отбивать мяч о пол двумя руками, встречаем мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху.</p>
<p><b>63. Тема: "Парк отдыха".</b></p> <p>Учить перепрыгивать через 3 предмета, Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).</p> <p>Учить лазать по гимнастической стенке передувоющимся шагом, не пропуская перекладин высота 1,5 метра.</p> <p>Учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре. Лазание по гимнастической стенке на высоту 1,5 метра</p> <p><u>Прыжки на двух ногах через предметы (высота –10 см).</u></p>
<p><b>64. Тема: "Веселые соревнования".</b></p> <p>Учить выполнять приставной шаг назад в сочетании с кружением вокруг себя; закреплять умение сохранять ровную осанку и устойчивое равновесие при перешагивании боком через предмет на повышенной опоре; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе,</p> <p>Учить выполнять приставной шаг на месте на одной ноге ). Лазание по гимнастической стенке на высоту 2 метра.</p> <p>Учить прыгать на месте на одной ноге</p> <p>Учить отбивать мяч о пол одной рукой плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу; закреплять умение прыгать на месте на одной ноге</p> <p><b>65. Физкультурный досуг: "Незнайка в гостях у Светофора".</b></p> <p>Цель: Расширение представлений о важности соблюдения правил дорожного движения. Обогащение двигательной активности детей. Воспитание дисциплинированности, культуры поведения в обществе, желания помочь.</p> <p>2 - неделя)</p>

**Гимнастика под музыку Светофор.**

**Игры:** " Построй светофор", "Огни светофора", " Найди свой знак"

**3ч**

**66. Тема:**"Смелые муравьишки".  
Учить лазать по наклонной лесенке ( положенной на 3 перекладину гимнастической стенки), Отбивание мяча о пол одной рукой.

Учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну. Упражнять в отбивании мяча о пол одной рукой  
Учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне.

**67. Тема:**"Волшебный сундучок."

Учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие ползочки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок; закреплять умение соглашаться с ритмом шагов, развивать глазомер; закреплять умение Учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку выполнить метание в вертикальную цель ( высота центра мишени 1,5метра, расстояние 2метра). Ползание с мячиком на спине (расстояние бметров).

**"Техника және біз!"**

**Техника и мы!**  
**(3 - неделя)**

**3ч**

**68.Тема:** "Баскетболисты"

Учить: вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие ползочки на носках, вверх двумя руками, ловля после хлопка в ладони. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку в чередовании с хольбой. Прыжки через пухфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед

**69. Тема:** "Сундук с секретами"

Учить развивать силу, быстроту реакции, внимание при проведении подвижных игр. Развивать глазомер. Учить правильно, приземляться при прыжках. Учить бросать мяч на дальность от груди, упражнять в катании мяча, приучать внимательно, слушать и ждать сигнал для начала движений Бросание мяча на дальность от груди. Учить правильно, приземляться при прыжках.. Броски мешочеков в цель Упражнять детей в хольбе, беге разными способами. на расстоянии 50 см.

**70.Тема:** "Играем вместе с Айсулу"

Учить лазать по гимнастической стенке, крепко держась за палочки. Совершенствовать бег в определенном направлении реагировать на сигнал. Учить прыжкам в длину и высоту с места. Совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на сигнал. Прыжки в длину через палки, расположенные в виде лесенки (6 шт.) в два ряда..На высоте 1,5 м от пола, поперец зала натягиваем веревку, с нанизанными на нее погремушками

**"Жиназдар мен ылғыстар"**

**Мебель, посуда**  
**(4 - неделя)**

**3ч**

**71. Тема:** "Рациональный скакалки"

Учить бегать между предметами « Змейкой», прыжкам на правой и левой ноге с продвижением вперед. Закреплять умение двигаться вразбросенную, имитировать игровые движения, двигаться в соответствии с текстом. Учить ползать на четвереньках вперед, толкая головой мяч. Упражнять в построении детей в одну колонну по сигналу

Учить ходьбе по гимнастической скамейке, развивать чувство равновесия Совершенствовать умение, передвигаться в определенном направлении

**72. Тема: "Айсулу и Серик в гостях у ребят"**

Учить: Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз) Прыжки через короткую скакалку на двух ногах с продвижением вперед. Ползать на животе наперегонки до обозначенного места, и подлезать под гимнастическую скамейку. Учить координировать движения рук и ног при ходьбе. Учить кружиться парами, держась за руки. Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз). Бег по гимнастической скамейке. Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Прыгать через палки, положенные в ряд.

**73. Тема: "Волшебные превращение"**

Учить развивать координацию движений и глазомер при метании в цель, закрепляя лазание по гимнастической стенке. Учить в ходьбе и беге в разном темпе, с разным положением рук, бегать преодолевая препятствия , ползать по скамейке на животе.Формировать рефлекс правильной походки, профилактика нарушения осанки.

**Наурыз "Халық - өнердің қайнар көзі"**

Март тема: «Народ источник искусства»

**Эжелер мен аналар мерекесі.**

**«Праздник бабушек и мам»**  
(1 - неделя)  
3ч

**74. Тема: "Мы быстрые, ловкие, смелые"**  
Учить сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, под лезание под дуги.

Бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений. Учить правильно, спрыгивать с гимнастической скамейки. Закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке. Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве, избегать столкновений; двигаться в общей игровой ситуации.

**75. Тема: "Мы немножко порезвились"**

Учить ходьбе по гимнастической скамейке, развивать чувство равновесия. Совершенствовать умение, передвигаться в определенном направлении. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами, умение двигаться в разных направлениях

Учить ходьбе по гимнастической скамейке. Использовать в занятии все виды основных движений. Применять разновидности дыхательной гимнастики в процессе всего занятия. Учить мягкому приземлению при прыжках с разбега через длинную скакалку.  
Учить быть внимательным при бросках б/ мячей вверх и ловле двумя руками на месте. Упражнять в ходьбе по одному на носочках, пятках .

**76. Тема: "Мы ловкие ребята"**

Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Метание мячика в корзину на расстоянии 3 - 4 м; Бросание мяча вверх и ловля одной рукой. Учить выполнять упражнение «Ласточка»; упражнение на, вис стоя, захватив канат руками над головой. Переползать через препятствие и подлезаниепод дугу не касаясь руками пола.

**77 Физкультурный досуг: "Мой веселый звонкий мяч"**

Цель: Формировать интерес к физической культуре и спортивным играм с мячом.Продолжать укреплять здоровье детей.

**Ергегілер алемі**

«Волшебный мир сказок»

(2 - неделя)  
3ч

Развивать ловкость, быстроту, координацию движения.

Эстафеты: Бег с мячом, прокати мяч.

Игровые упражнения: Бросание мяча вдаль, Прыжки на фитнес мяче.

Игры: "Лети мой мяч"

**78. Тема: "На лесной полянке"**

Учить детей прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы, развивать чувство равновесия и координации движений. Формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.

Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой направления. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами  
Учить бегу между предметами «Змейкой», прыжкам на правой и левой ноге с продвижением вперед

**79. Тема: "Веселые паравозики"**

Учить: Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз) Прыжки через короткую скакалку на двух ногах с продвижением вперед. Ползать на животе наперегонки до обозначенного места, и подлезать под гимнастическую скамейку. Учить координировать движения рук и ног при ходьбе. Учить кружиться парами, держась за руки. Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз). Бег по гимнастической скамейке. Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Прыгать через палки, положенные в ряд.

**Наурыз - жанару мерекесі**  
**«Наурыз- праздник обновления!»**  
**(3 - неделя)**

3ч

80.Тема: "Игры на поляне"

Учить вису на гимнастической стенке, поднимая прямые ноги, разводить ноги в стороны и сводить. Метание - попасть на бивным мячом в детей стоящих на бревне, гимнастической скамейке, метанию мяча вдаль из-за головы правой и левой рукой.

Учить сохранению равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, между четвереньках между предметами. Учить метанию вдаль из-за головы правой и левой рукой, ползанию на четвереньках между предметами.

**81. Тема: "Разноцветные флаги"**

Учить бегу между предметами «Змейкой», прыжкам на правой и левой ноге с продвижением вперед. Прыжки в длину через палки, расположенные в виде лесенки (6 шт.) в два ряда. Дети выполняют упражнение двумя подгруппами, поточко. На высоте 1,5 м от пола, поперек зала натягиваем веревку, с нанизанными на нее погремушками. Учить ползанию на четвереньках вперед, толкая головой мяч. Упражнять в построении детей в одну колонну по сигналу. Учить детей различным видам имитационных движений игрового спринtingа. Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве Ходьба по гимнастическим скамейкам

**82. Тема: "Играй и здоровье укрепляй"**

Обучать правильному отталкиванию и приземлению из обруча в обруч. Упражнять детей в ходьбе по одному в колонне с обручем не задевая другого, со сменой положения обруча: над головой, перед собой. Учить прыжок в длину и высоту с места.Совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на

		сигнал. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве Обучать короткому и длинному дыханию. В игровой форме закреплять бег, ходьбу, прыжки. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.
<b>Наурыз - жанару мерекесі</b> <b>«Наурыз- праздник обновления!»</b> <b>(4- неделя)</b>	<b>1ч</b>	<b>83. Тема: "Мы веселые мартышки"</b> Учить движениям в соответствии с характером музыки; сохранению равновесия при ходьбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках; прыжкам на двух ногах с обруча в обруч. Учить бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обруч.
<b>Алакай коктем келді</b> <b>«Весна-красна!»</b> <b>(5 - неделя)</b>	<b>3ч</b>	<b>84. Тема: "Станем красивыми"</b> Обучать детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке Учить использовать основные движения, через имитацию движений Умение двигаться под музыку. Умение слаженно работать в команде и в отдельных подгруппах. Упражнить в ходьбе на носках, пятках, с высоким подниманием колен; подниматься и спускаться по наклонной доске. Учить энергичному взмаху и мягкому приземлению при прыжках на двух ногах Упражнить детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки, в беге вразсыпаную
<b>Алғашқы көктемгі күстар.</b> <b>«Первые весенние птицы»</b> <b>(1 - неделя)</b>	<b>3ч</b>	<b>85. Тема: "Волшебная веревочка"</b> Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер. Учить броску на дальность правой и левой руками. Совершенствовать ползание на четвереньках между дугами. Учить прыгать с места, метанию на дальность из-за головы Использовать основные движения, через имитацию движений . Умение двигаться под музыку.
		<b>86. Тема: "Поможем Зайке стать здоровым".</b> Учить прыгать через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Учить ходьбу по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки
		<b>Сауір "Табиғаттың ғұлденуі".</b> <b>Апрель тема: «Расцветание природы.»</b>
<b>Алғашқы көктемгі күстар.</b> <b>«Первые весенние птицы»</b> <b>(1 - неделя)</b>	<b>3ч</b>	<b>87. Тема: "Станем внимательными".</b> Учить находить свое место в колонне; упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Подскoki вверх на месте Ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 метра). Учить изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу, Подскoki вверх на месте Учить подскoki ноги вместе, ноги врозь. Ходьба в колонне со сменой направления. Ползание на четвереньках в разных направлениях
		<b>88. Тема: "Орамал".</b> Учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитьывать высоту поднятого предмета при ползании под него.Закрепить умение легко ползаливать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между

предметами. Обогащать двигательный опыт посредством использования казахских игр.

**89. Тема:" Кукла Сауле".**

Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1,5метра, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами 2 метра ; Учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2метра, Учить хольбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе(высота скамейки 35см, ширина 20см).Ползание по бревну на четвереньках. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.

**Гарышын танысу.  
«Знакомимся с космосом»  
(2- неделя)**

**3ч**

**90. Физкультурный досуг:" Будущие космонавты"**

Цель: развивать потребность в движениях, к здоровому образу жизни, вызывать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном досуге.

Игры: " Построим ракету", " Луноход", "Звездное небо", "Самолеты"

**91.Тема:" Волшебный сундучик".**

Учить развивать силу, быстроту реакции, внимание при проведении подвижных игр. Развивать глазомер. Учить правильно, приземляться при прыжках.

Учить бросать мяч на дальность от груди, упражнять в катании мяча, приучать внимательно, слушать и ждать сигнал для начала движений Бросание мяча на дальность от груди.

Учить правильно, приземляться при прыжках.. Броски мешочеков в цель Упражнять детей в хольбе, беге разными способами.на расстоянии 50 см.

**92. Тема:"Разноцветные мячи".**

Учить: прыгать в длину с места, приземляясь на полусогнутые ноги; метать мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.

Учить ползать на животе по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Учить детей различным видам имитационных движений игрового стречинга. Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве Хольба по гимнастическим скамейкам

**«Осымдіктер земі». Мир растений.**

**(3 - неделя)**

**3ч**

**93. Тема: "Играем в спортзале".**

Учить бегу между предметами « Змейкой», прыжкам на правой и левой ноге с продвижением вперед. Прыжки в длину через палки, расположенные в виде лесенки (6 шт.) в два ряда. Дети выполняют упражнение двумя подгруппами, поточко.На высоте 1,5 м от пола, поперек зала натягиваем веревку, с нанизанными на нее погремушками. Учить ползанию на четвереньках вперед, толкая головой мяч. Упражнять в построении детей в одну колонну по сигналу.

**94. Тема:"Разноцветные кегли".**

Обучать правильному отталкиванию и приземлению из обруча в обруч. Упражнять детей в хольбе по одному в колонне с обручем не задевая другого, со сменой положения обруча: над головой, перед собой. Учить прыжок в длину и высоту с места .Совершенствовать бег в определенном направлении, умение реагировать на сигнал. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве

Обучать короткому и длинному дыханию. В игровой форме закреплять бег, ходьбу, прыжки. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.

**95. Тема: "Станем ловкими".**  
Учить навыки метания мячика в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.  
Учить ползать на животе с мячиком на спине.  
Учить: ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед.  
Учить лазать по веревочной лестнице, одноименным способом.

**96. Тема: "Мы веселые ребята".**  
Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.  
Учить броску на дальность правой и левой руками. Совершенствовать ползание на четвереньках между дугами.  
Учить прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы Использовать основные движения, через имитацию движений. Умение двигаться под музыку

**97. Тема: "Необычные скамейки".**  
Обучать правильно, приземляться при прыжках. Использовать в занятии все виды основных движений. Применять разновидности дыхательной гимнастики  
Учить приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.  
Обучать короткому и длинному дыханию. В игровой форме закреплять бег, ходьбу, прыжки. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.  
Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением

**98. Тема: "Станем ловкими".**  
Учить ходить по гимнастической скамейке, с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руки перед собой.  
Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед  
Учить лазать по гимнастической стенке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.

**Мамыр: "Әрқапаш күн сөйбесін!".**  
**Май тема: «Пусть всегда будет солнце!».**

**«Әлемдегі күзет!»**  
**На страже мира!**  
**99. Тема: "Станем самостоятельными".**  
Обучать детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке

<p><b>(I - неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p>Учить использовать основные движения, через имитацию движений Умение двигаться под музыку. Умение слаженно работать в команде и в отдельных подгруппах. Упражнять в ходьбе на носках, пятках, с высоким подниманием колен; подниматься и спускаться по наклонной доске.</p> <p>Учить энергичному взмаху и мягкому приземлению при прыжках на двух ногах Упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки, в беге врасыпную</p>
<p><b>100. Физкультурный досуг: "Аты-Баты шли солдаты"</b></p> <p>Цель: способствовать участию детей занятием спорта. Закреплять ранее изученные навыки: бег, прыжки, метание в цель. Воспитывать чувство патриотизма, воспитывать умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками.</p> <p>Игры: "Кто первый", "Попали в цель", "Меткие стрелки".</p>	
<p><b>Мен және коршаган орта. Я и окружающая среда.</b></p> <p><b>(2 - неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p>Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.</p> <p>Учить броску на дальность правой и левой руками. Совершенствовать ползание на четвереньках между дугами.</p> <p>Учить прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы Использовать основные движения, через имитацию движений . Умение двигаться под музыку.</p>
<p><b>101. Тема: "Научим Гномика смеяться".</b></p> <p>Обучать правильно, приземляться при прыжках. Использовать в занятии все виды основных движений. Применять разновидности дыхательной гимнастики</p> <p>Учить приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.</p> <p>Обучать короткому и длинному дыханию. В игровой форме закреплять бег, ходьбу, прыжки. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.</p> <p>Учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением:</p>	
<p><b>102. Тема: "Станем чемпионами".</b></p> <p>Обучать правильно, приземляться при прыжках. Использовать в занятии все виды основных движений. Применять разновидности дыхательной гимнастики</p> <p>Учить приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.</p> <p>Обучать короткому и длинному дыханию. В игровой форме закреплять бег, ходьбу, прыжки. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.</p>	
<p><b>103. Тема: "Наш маленький стадион".</b></p> <p>Обучать правильно, приземляться при прыжках. Использовать в занятии все виды основных движений. Применять разновидности дыхательной гимнастики</p> <p>Учить приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.</p> <p>Обучать короткому и длинному дыханию. В игровой форме закреплять бег, ходьбу, прыжки. Развивать воображение, внимание и ориентировку в пространстве, мелкую моторику рук.</p>	
<p><b>104. Тема: "Волшебные кубики Клоуна".</b></p> <p>Учить детей прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы, развивать чувство равновесия и координации движений. Формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.</p> <p>Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой направления. Упражнять детей</p>	

в ходьбе, беге разными способами Учить бегу между предметами « Змейкой», прыжкам на правой и левой ноге с продвижением вперед.

**105. Тема: " Необычные состязания".**

Учить детей прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы, развивать чувство равновесия и координации движений Формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом. Упражнять детей Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой направления. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами

**Алакай, жаз келді!**

**«Здравствуй, лето»**  
**(4 - неделя)**

**3ч**

**106. Тема: Путешествие в лес".**

Учить бегать по гимнастической скамейке с рюкзаком на спине; ползать под шнур, не касаясь руками пола.Развивать координацию движений.

Учить: ходьба по гимнастической скамейке (буму), бросая мяч то справа, то слева о землю и ловя его двумя руками; метание асыка (мяч, мешочек, камень) в цель. Ползать до флагшка, прокатывая перед собой мяч головой.

Учить метать асык (мешочек, мяч, камень) в цель. Ползать до флагшка, прокатывая перед собой мяч головой.

107. Учить детей прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы, развивать чувство равновесия и координации движений Формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.

Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой направления. Упражнять детей Учить правильно, разными способами

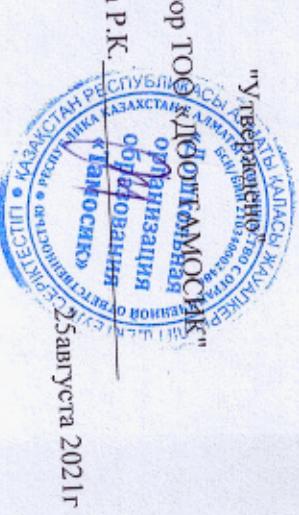
в ходьбе, беге разными способами вперед.

Учить бегу между предметами « Змейкой», прыжкам на правой и левой ноге с продвижением вперед.

108.Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами. Развивать силу, быстроту реакции, выносливость, внимание при проведении подвижных игр и эстафет. Развивать глазомер.

Учить броску на дальность правой и левой руками. Совершенствовать ползание на четвереньках между лугами. Учить прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы Использовать основные движения, через имитацию движений . Умение двигаться под музыку





## Органды тобындағы дene шыныктыру пәнінен

2021-2022 оку жылына арналған

Жұмымдастыру оку кызметінің перспективтік жоспары

### Перспективный план

организационной учебной деятельности  
по физической культуре в средней группе  
на 2021-2022 учебный год.

Дене шыныктыру пәнінің мұғалімі

Учитель физической культуры

Муртасова Гульжанат Абидакимовна

Директор ТОО «ДЕОЛГАМОСИК»  
Бакаева Р.К.

«Камосик»  
25августа 2021г

**Перспективный план ОУД по Типовой учебной программе дошкольного воспитания и обучения на 2021-2022 учебный год.**

для средней группы.

Апталиқ тақырыптар.	№	Ай тақырыбы. Кыркүйек - "Балабакша" Тема месини: Сентябрь - "Детский сад"
Тема недели.		Менін балабакшам. Мой детский сад. (1 -я неделя 2ч)
	1	Тема: "Знакомство со спортивным залом" Цель: Учить находить свое место в колонне. Закреплять умение ходить в колонне, сохраняя направление, не выходя из колонны. Развивать внимание, ориентировку в пространстве; воспитывать желание заниматься в спортивном зале. Упражнять в беге в прямом направлении.
	2	Тема: "Играем в спортивном зале" Цель: Учить ходить в колонне, сохраняя направление, формировать умение останавливаться по сигналу педагога. Закреплять умение строиться в круг, согласовывать свои действия с действиями других детей. Закреплять умение бегать в прямом направлении, развивать быстроту.
	3	Физкультурный досуг: "Треника к здоровью". 1. Построение в колонну по одному. Перестроение в шеренгу по одному. 2. Гимнастика для ног для профилактики плоскостопия. Ходьба на месте, не отрывая носки от пола, стараясь поднимать выше пятки. Ходьба на пятках, руки за спиной. Ходьба на носках, руки за головой. Ходьба босиком по " ТРОПИНКЕ ЗДОРОВЬЯ"(массажные коврики, по резиновым кочкам, приставным шагом по канату и т.д.).
	4	Тема: "Малыш - Карапдаши" Цель: Учить ползать на четвереньках, сохраняя направление движения. Закреплять умение катать мяч друг другу из положения сидя, ноги врозь с расстояния 2 метра. Развивать силу толчка мяча руками, глазомер, общую выносливость Упражнять в беге в определенном направлении, развивать внимание, быстроту реакции.
	5	Тема: "Ребята - маленькие котята". Цель: Учить выполнять ходьбу по прямой дорожке( ширина25 см. длина 2,5 метра). Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной плошади. Упражнять в ползании на четвереньках в произвольном направлении, закреплять умение согласовывать движения рук и ног.
Кызылты ойындар мен оныншыктар. Любимые игры и игрушки. ( 3-я неделя 3ч.)	6	Тема: " Играем на полянке". Цель: Учить прыгать вверх, доставая до предмета рукой. Развивать умение подпрыгивать как можно выше, энергично отталкиваться от поверхности пола. Упражнять в ходьбе и беге по дорожке( ширина 25 см. длина 2,5 метра.) Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плошади.

7	Тема: Сундук с игрушками". Цель: Учить катать мяч друг другу стоя с расстояния 1,5 метра. Формировать умение отталкивать мяч активным и энергичным движением пальцами обеих рук одновременно. Упражнять в прыжке вверх с касанием предмета головой, закреплять умение энергично отталкиваться от поверхности двумя ногами одновременно.	
8	Тема: "Мышки- шапунички". Цель: Продолжать учить ползать на четвереньках, сохраняя направление движения, развивать координацию движений рук и ног. Упражнять в катании мячей друг другу из положения стоя с расстояние 2 метра. Закреплять умение направлять движение мяча энергичным подталкиванием снизу. Развивать глазомер, внимание.	
9	Тема: "Знакомимся с куклой Айгуль". Цель: Учить останавливаться по сигналу, присесть. Сохраняя равновесие, встать и продолжить бег. Закреплять умение согласовывать движение рук и ног при ползании с опорой на ладони и колени. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Совершенствовать умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно.	
10	Тема: "Дружат дети, дружат звери". Цель: Учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед. Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно. Упражнять в беге с остановкой и выполнением задания( повернуться вокруг себя). Закреплять умение останавливаться по сигналу. Продолжить <u>формирование умение ползать на четвереньках в прямом направлении.</u>	
11	Тема: "Разноцветные мячи" Цель: Учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед. Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно. Упражнять в беге с остановкой и выполнением задания( повернуться вокруг себя). Закреплять умение останавливаться по сигналу. Продолжить формировать умение ползать на четвереньках в прямом направлении. Развивать ловкость силу, внимание, умение воспринимать сигнал к началу и окончанию движения.	
12	Тема: "Белочка в гостях у ребят". Цель: Учить ходить по шнурру, положенному прямо. Сохраняя равновесие. Закреплять умение ползать с опорой на ладони и ступни по ограниченной площади опоры. Закреплять умение передавать мяч друг другу их рук в руки	
13	Тема: "Мы путешествуем". Цель: Учить выполнять ходьбу по шнурру, положенному зигзагообразно, развивать умение сохранять динамическое равновесие. Закреплять умение бегать по кругу, взявшись за руки. Сохраняя один темп и ритм. Упражнять в бросание мяча <u>двумя руками от груди</u> , выпрямляя руки резким движением, развивать ловкость.	
14	Тема: "Обезьянки". Цель: Учить прыгать в длину с места. Продолжать формировать умение отталкиваться двумя ногами одновременно.	

		Упражнять в беге по кругу, держась за веревку. Закреплять умение согласовывать темп бега и ритм шагов с другими детьми. Упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени, развивать ловкость.
Аштальк тақырыптар.		<b>Ай тақырыбы. Қазан – «Көлі келді, Алтын күз!»</b> <b>Тема месеzi:</b> Октябрь – "Здравствуй осень золотая!"
Күзді гүл шоктары. Осенние букеты. (сезонные изменения) (1-я неделя 3ч.)	15	Тема: "Мой веселый звонкий мяч". Цель: Учить ползать змейкой, не задевать предметы при ползании, развивать ловкость. Закреплять умение катать мяч через ворота (ширина 50 см). Формировать умение прокатывать мяч в центр воротиков. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве зала.
Күз – жомарт кезі. Осень - щедрая пора. (сбор урокая) (2 -я неделя 3ч.)	16	Тема: "Ножки, ножки бежали по дорожке.." Цель: Учить выполнять бег с остановкой и выполнением задания (встать на скамейку), закреплять умение останавливаться по сигналу, сохранять равновесие на повышенной опоре. Упражнять в ползании на четвереньках "змейкой" между расставленными предметами. Закреплять умение гибать предмет слева и справа, развивать ловкость.
Физкультурный досуг: "Мой веселый звонкий мяч"	17	Тема: "Играем с Медвежонком". Цель: Учить ходить на передней поверхности стопы. Сохранять правильное положение головы. Упражнять в прыжках вверх. Закреплять умение передавать мяч точно в руки рядом стоящему ребенку.
	18	<b>Физкультурный досуг:"Мой веселый звонкий мяч"</b> , Цель: Формировать интерес к физической культуре и спортивным играм с мячом. Продолжать укреплять здоровье детей. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Эстафеты: Бег с мячом, прокати мяч. Игровые упражнения: Бросание мяча в даль, Прыжки на фитнес мяче. Игры: "Лети мой мяч"
	19	Тема: "Серик в гостях у ребят"". Цель: Учить бросать мяч двумя руками от груди. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками. Упражнять в беге в прямом направлении. Развивать выносливость.
	20	Тема: "Коробочка с подарками". Цель: Учить ползать с опорой на ладони и колени по ограниченной площади. Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди. Закреплять умение выпрямлять руки вслед за мячом. Приучать детей действовать совместно, в одинаковом для всех темпе. Развивать ловкость, координацию движений, развивать ориентировку в пространстве.
Жылды кустары. Перелетные птицы. ( 4 неделя 3ч.)	21	Тема: "Физкультура для зайчат". Цель: Учить отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию, вперед -вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. Упражнять в прыжках в длину с места(30 см). Формировать умение находить свое место при построении. Совершенствовать умение двигаться по кругу.
	22	Тема: "Айтуль играет с детьми".

		<p>Цель: Учить проползать под дугой, не касаясь её. Упражнять в бросании мяча двумя руками из за головы.</p> <p>Формировать умение придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук.</p>
	23	<p>Упражнять в подпрыгивании, развивать <u>умение выполнять движение по команде педагога</u>.</p> <p>Тема: "Необычные состязания".</p> <p>Учить детей прыгать в длину с места, метанию на дальность из-за головы, развивать чувство равновесия и координации движений Формировать умение прыгать на двух ногах в прямом направлении; бегать не наталкиваясь друг на друга; совершать игровые действия в соответствии с текстом.</p> <p>Учить правильно, приземляться при прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой направления. Упражнять детей в ходьбе, беге разными способами</p>
Жануарлар әлемінің қысқы дайындығы. Животный мир (4 неделя 3 ч)	24	<p>Тема: "Станем сильными как Медведята".</p> <p>Цель: Учить выполнять ходьбу по извилистой дорожке, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной плошади.</p> <p>Закреплять умение ползать на четвереньках последовательно под тремя лугами.</p> <p>Совершенствовать умение прокатывать мяч в ворота.</p>
Ангальк такырыптар.	25	<p>Тема: "Посылка от Айгуль".</p> <p>Цель: Совершенствовать прыжок в длину с места. Продолжать формировать умение отталкиваться двумя ногами одновременно.</p> <p>Упражнять в беге по кругу. Упражнять в ходьбе змейкой между предметами не задевая их.</p> <p>Развивать силу и ловкость.</p>
Мен жөнен менің жаңуым. Я и моя семья. ( 1 неделя 3 ч.)	26	<p>Тема: "Петрушка с погремушками".</p> <p>Цель: Учить ходить по шнурку, положенному прямо, сохраняя равновесие.</p> <p>Закреплять умение передавать мяч друг другу их рук в руки.</p> <p>Формировать умение внимательно слушать указания педагога, следить за показом.</p> <p style="text-align: center;"><b>Ай такырыбы. Карапа - Менің отбасын</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Ай такырыбы. Карапа - Менің отбасын</b></p>
	27	<p>Тема: "Посылка от Айгуль".</p> <p>Цель: Учить ходить высоко поднимая колени, координируя движения рук и ног. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плошади.</p> <p>Совершенствовать умение катать мяч через ворота шириной 50 см. с расстоянии 1,5 метра. Развивать глазомер.</p> <p>Упражнять в энергичном подпрыгивании ноги врозь ноги вместе, развивать внимание.</p>
	28	<p>Тема: "Мы любим играть".</p> <p>Цель: Продолжить учить прыгать в длину с места, выполнять более сильный толчок ногами.</p> <p>Закреплять умение ходить высоко поднимая колени. Упражнять в беге в разных направлениях, закрепить умение бегать легко и ритмично по всему залу.</p> <p>Упражнять в ползании по ограниченной плошади, развивать координацию движений рук и ног.</p>
	29	<p>Тема: "Как на тоненьких ледок выпал беленький снежок".</p> <p>Цель: Учить бросать мяч педагогу и ловить мяч широко развинутыми пальцами.</p> <p>Упражнять в прыжках в длину с места ( 40 см). Закреплять умение согласовывать энергичный толчок ног с движение</p>

		рук, мягко приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять бег под музыку. Воспитывать положительный отклик на занятия.
Үйлдегі және кешелегі Безопасность дома и на улице. ( 2-я неделя 3 ч.)	30	<b>Физкультурный досуг: "В здоровом теле здоровый дух".</b> Цель: формировать у детей сознательную установку на здоровый образ жизни. Закрепить знания детей о влияния на здоровье двигательной активности, закаливание, питания, свежего воздуха, настроения. Воспитывать желание самим заботиться о своем здоровье. Гимнастика пробуждения " Бабочка". <b>Игра:</b> "Это правда или нет"
Әртүрлі мамандыктар какет,әртүрлі мамандыктар маньзыды, Професии разные нужны, профессии разные важны. ( 3-я неделя 3 ч.)	31	Тема: "Раз- два, раз-два - лепим мы снеговика!" . Цель: Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его, подставляя ладони с расставленными в стороны пальцами. Упражнять ходьбе и беге по кругу. Продолжать формировать умение правильно выполнять указания педагога. Развивать выносливость. Умение находить свое место.
	32	Тема: "Подарки от Винни пуха". Цель: Учить переползать через бревно, развивать координацию движений. Закреплять умение бросать мяч педагогу, выпрямлять руки вслед за мячом. Упражнять ходьбе по залу с имитацией движений. Развивать умение находить свое место.
	33	Тема: "Играем с мячом". Цель: Учить сохранять равновесие, перешагивать через рейки лестницы, высоко поднимая колени, сохраняя ровную осанку. Закреплять умение переползать через брусья, развивать координацию движения рук и ног. Закреплять умение ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди. Развивать выносливость, ловкость, внимание, воспитывать привычку к активному отдыху, желание играть вместе с детьми.
	34	Тема: "Сказочный лес". Цель: Учить ходить по гимнастической скамейке, развивать умение сохранять равновесие, правильную осанку. Упражнять в проползании в обруч, расположенный вертикально полу. Согласовывать движения рук и ног. Продолжать совершенствовать элементарные навыки построения и перестроения. Упражнять в ходьбе колонной, Закреплять умение идти ритмично, с активным движением рук.
	35	Тема: "Обитатели зоопарка". Цель: Учить легко и ритмично бегать с одной стороны площадки на другую, согласовывать свой бег с бегом других детей. Закреплять умение сохранять равновесие при перешагивание через предметы. Упражнять в ползании по наклонной доске, развивать координацию движений рук и ног. Упражнять в ходьбе на носках, развивать слуховое восприятие.
Үй жануарлары және төлдері. Домашние животные и их	36	Тема: Играем с Гномиком". Цель: Учить прыгать в обруч и выпрыгивать из него, энергично отталкиваться двумя ногами. Закреплять легко и ритмично бегать с одной стороны площадки на другую.

детенши. (4-я неделя 3ч.)	Упражнять в ползании, закреплять умение группироваться при ползании. Развивать выносливость, координацию движений, внимание, воспитывать дружелюбие.
37	<p>Тема: "Разноцветные флаги".</p> <p>Цель: Учить ходить в колонне по одному, маршировать под музыку всем месте, чётко и ритмично двигаясь в колонне.</p> <p>Упражнять в перешагивании через рейки лестницы, положенной на пол.</p> <p>Закреплять умение высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок., держать корпус прямо.Продолжить закреплять умение подбрасывать и ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди.</p>
38	<p>Тема: "Станем маленькими солдатами".</p> <p>Цель: Продолжить учить строится в круг, быстро находить свое место при построении.</p> <p>Закреплять умение маршировать под музыку всем месте, ритмично двигаясь.</p> <p>Упражнять в ползании по наклонной доске, развивать координацию движения рук и ног.</p> <p>Закреплять умение метание в вертикальную цель, развивать глазомер.</p>
Аттальк тақырыштар-	<p>Ай тақырыбы. Желтоқсан - "Менін Қазақстаным"</p> <p>Тема месяца: Декабрь - "Мой Казахстан"</p>
Тема неделі.	
Менін қалам - Алматы! Город мой Алматы! ( 1-я неделя 2ч.)	<p>39</p> <p>Тема:"Поездка на дачу к Аже".</p> <p>Цель: Учить ползать по наклонной доске на четвереньках, легко сходить с нее. Закреплять умение бросать мяч педагогу и ловить мяч от него в подставленные ладони с расставленными свободно в стороны пальцами.</p> <p>Развивать ловкость, выносливость, координацию движений.</p>
40	<p>Тема: "Зоопарк".</p> <p>Цель: Учить перешагивать через лежачий на полу предметы, сохраняя равновесие держа ровную осанку.</p> <p>Закреплять умение ползать по наклонной доске, координировать движения рук и ног.</p> <p>Упражнять в ходьбе по залу с выполнением несложных заданий. Развивать умение находить свое место .</p>
Тәулісіз Қазақстаным. Независимый Казахстан. ( 2-я неделя 3ч)	<p>41</p> <p>Тема:"Игрушки".</p> <p>Цель: Учить проползать в обруч, расположенный вертикально полу. Развивать умение группироваться.</p> <p>Закреплять умение подбрасывать мяч вверх и ловить его, не прижимая к себе.</p> <p>Упражнять в ходьбе с мячами, умение распределять мачи по цвету.</p>
42	<p>Тема: "Турнир здоровичков"</p> <p>Цель: Учить детей сохранять и укреплять свое здоровье, формировать привычку к здоровому образу жизни.</p> <p>Доставить детям удовольствие от обогревания знакомых образов. Создавать весёлое , радостное настроение, укрепить здоровье детей с помощью физических упражнений и подвижных игр.</p> <p>Дидактические игры: " Назови вид спорта", " Угадай вид спорта по показу".</p> <p>Подвижная игра " Бегающая метла".</p>
43	<p>Тема:"Мы маленькие наездники".</p> <p>Цель: Учить лазать по наклонной лестнице приставным шагом. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие.</p> <p>Совершенствовать умение воспринимать сигнал к началу и окончанию движения.</p> <p>Упражнять в движении прямым галопом. Развивать быстроту.</p>
Тәулісіз Қазақстаным. Независимый Казахстан. ( 3-я неделя 2ч)	<p>44</p> <p>Тема: "Гномики в гостях у ребят".</p> <p>Цель: Продолжить учить разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки.</p> <p>Закреплять умение лазать по наклонной лестнице приставным шагом. Формировать умение внимательно слушать</p>

		указания педагога и следить за показом.
45	Гулдене бер, Казахстан! Цвети мой Казахстан! ( 4-я неделя 3ч.)	Закреплять умение ходить по кругу, развивать умение согласовать свои действия с действиями детей. Тема:"Сюрприз для малышей". Цель: Учить бегать в колонне со сменой направления, не выходя из колонны. Упражнять в лазании по наклонной лестнице, развивать силу, быстроту. Закреплять умение спрыгивать со скамейки. Держа голову и корпус прямо, смотреть прямо. Воспитывать уважительное отношение мальчиков к девочкам.
46	Гулдене бер, Казахстан! Цвети мой Казахстан! ( 4-я неделя 3ч.)	Тема:"Разноцветные кубики". Цель: Учить перепрыгивать через предмет, отталкиваясь от поверхности пола энергичным толчком двух ног. Упражнять в ходьбе и беге со сменой направления, развивать умение менять направление движения. Учить чередовать ходьбу и бег, не нарушая порядок колонны. Закреплять умение ловить мяч снизу в подставленные ладони.
47		Тема:"Волшебная дорба". Цель: Учить бросать мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскока. Закреплять умение перепрыгивать через предмет, энергично отталкиваясь и мягко приземляясь на полусогнутые ноги. Развивать ловкость, выносливость, координацию движений. Развивать быстроту, внимание.
48		Тема: "Поларки от Аже". Цель: Учить перелезать через гимнастическую скамейку, согласовывая движения руками после отскока. Закреплять умение ходить и бегать свободно. Продолжать навыки построения и перестроения. Совершенствовать умение ловить мяч после отскока одновременным хватом рук с двух сторон.
49	Кош келдің, Жана жыл! Страна встречает Новый Год! ( 5-я неделя 3ч).	Тема:"Греемся около моря". Цель: Учить перешагивать с кирпичика на кирпичик, сохраняя равновесие. Развивать координацию движения. Закреплять умение перелезать через препятствие, координировать движения рук и ног. Упражнять в прыжках в глубину, развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом.
50		Тема: "Путешествие в лес". Цель: Учить передавать образные движения животных. Закреплять умение сохранять равновесие на ограниченной плошади. Упражнять в катании мяча в ворота энергичным подталкиванием. Формировать умение выполнять движение последовательно. Развивать ловкость, выносливость, внимание.
51		Тема: "Встреча с лесными друзьями". Цель: Учить перепрыгивать через предмет, отталкиваясь от поверхности пола энергичным толчком двух ног. Закреплять умение передавать образные движения животных. Упражнять в катании мяча друг другу, сохраняя направление движения мяча. Продолжать формировать умение действовать совместно в одиноковом для всех темпе. Развивать координацию движений.
	Аштальк тақырыптар. Тема недели.	Ай тақырыбы. Кантар - "Кыстың тамаша көзі!" Тема месяца: Январь - "Зимы прекрасная пора!"
52	Кош келдің, Жана жыл! Страна встречает Новый Год! ( 1-я неделя 1ч).	Тема:"Смелый мышонок". Цель: Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 метра. Энергично выпрямляя руки. Закреплять умение перепрыгивать через предмет, отрабатывая навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги. Упражнять входьбе по следам, развивать внимание, умение сохранять равновесие.

Алакай кыс келді! «Здравствуй, Зимушка- зима» (2 - неделя) 3ч	53	Тема: "Необычные гости". Цель: Учить влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, правильно держаться за перекладину, 4 пальца сверху, большой палец снизу. Закреплять умение придавать мячу правильную траекторию, направлять мяч вперед-вверх энергичным выпрямлением рук. Продолжать совершенствовать элементарные навыки построения и перестроения. Развивать ловкость, выносливость.Закреплять умение имитировать скачки на лошадях в разнос темпе под музыку.
Кыстап калатын кустра. «Зимующие птицы» (3 - неделя) 3ч	54	<b>Физкультурный досуг " Ярмарка"</b> Цель: Закреплять навыки игр в русских народных играх " Горелки", " Мосточек", " Гуси- лебеди", " Золотые ворота ". Создовать радостную, дружескую обстановку.Закреплять у детей двигательные умения, Развивать мелкую и общую моторику, координацию движений, ловкость, быстроту. <b>Игры:</b> " Горелки ", " Мосточек", "Гуси- лебеди
Кыстап калатын кустра. «Зимующие птицы» (3 - неделя) 3ч	55	Тема: "Веселые снежки". Цель: Учить метать мяч диаметром 15 см. в горизонтальную цель, двумя руками снизу, выпрямлять руки вслед за мячом. Развивать глазомер. Закреплять умение выполнять толчок одной ногой, держать корпус и голову прямо в прыжках с ноги на ногу. Развивать быстроту, упражняться в прямом галопе.
Кыстап калатын кустра. «Зимующие птицы» (3 - неделя) 3ч	56	Тема: "Разноцветные снежинки". Цель: Продолжать учить ползать с опорой на ладони и колени по ограниченной площади опоры. Закреплять умение придавать полету мяча правильную траекторию, выпрямлять руки вслед за мячом. Продолжать формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом. Упражнять в беге с увертыванием, развивать быстроту реакции.
Жануарлар калай кыстыайды? Как зимуют звери? (4-я неделя 3 ч).	57	Тема: "Необычные гости". Цель: Учить влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, правильно держаться за перекладину, 4 пальца сверху, большой палец снизу. Закреплять умение придавать мячу правильную траекторию, направлять мяч вперед-вверх энергичным выпрямлением рук. Продолжать совершенствовать элементарные навыки построения и перестроения. Развивать ловкость, выносливость.Закреплять умение имитировать скачки на лошадях в разнос темпе под музыку.
Жануарлар калай кыстыайды? Как зимуют звери? (4-я неделя 3 ч).	58	Тема: "Колобок,колобок" Цель: Учить ходить змейкой между предметами, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках через две линии, приземляясь на полусогнутые ноги. Закреплять умение подлезать под дугу, ползать между предметами. Формировать умение не задерживать дыхание при выполнении упражнений. Развивать мелкую моторику, силу, ловкость.
Жануарлар калай кыстыайды? Как зимуют звери? (4-я неделя 3 ч).	59	Тема: "Знакомимся с мячами". Цель; Учить катать мяч друг другу из положения сидя, ноги врозь с расстояния 1,5 метра. Формировать умение сохранять направление движения мяча. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах ( ноги вместе ноги врозь). Закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе слегка согнуть ноги в коленях. Закреплять умение быстро находить свое место в колонне, формировать умение выполнять движения в соответствии с текстом потешки.
Жануарлар калай кыстыайды? Как зимуют звери? (4-я неделя 3 ч).	60	Тема: "Балапандар". Цель: Учить бегать в быстром темпе, делать широкие шаги, не мешать друг другу. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при перешагивании, умение ритмично перешагивать через рейки лестницы, высоко поднимать

		колени и ставить ноги на носок. Формировать умение выполнять ходьбу и бег легко и свободно, ритмично и согласованно. Упражнять в быстром построении в колонну, развивать ориентировку в пространстве.
61	Аттальк тақтырылтар. Тема недели.	Тема:"Нужно больше смеяться". Цель: Учить выполнять прыжки с ноги на ногу., Энергично отталкиваться одной ногой и отпускаться на другую. Закреплять умение бегать в быстром темпе, сочетать активные движения рук с шагом, не сужать круг. Упражнять в ползании по наклонной доске, развивать координацию движений.Формировать умение выполнять движение с соответствием с темпом музыки, выразительность движений.
62	Жакын мандағы керемет. Прекрасное рядом. (1-я неделя 3ч)	Ай тақтырыбы. Ақиан - "Бізді коршаган земі"
63	Тема."Мы станем сильными, большими". Цель: Учить ходить по наклонной доске, смотреть вперед, сохраняя осанку на ограниченной плошади. Закреплять умение ползать с опорой на ладони и ступни по ограниченной плошади. Согласовывать движение рук и ног. Продолжать формировать умение правильно выполнять указания педагога, регулировать фазу вдоха- выдоха. Упражнять в беге, развивать координацию движений рук и ног, внимание.	
64	Тема: "На детской полянке" Цель: Учить перелезать через несколько препятствий, сохраняя равновесию, координировать движения рук и ног. Закреплять умение придавать полету правильную траекторию, выпрямлять руки энергичным движением. Формировать умение выполнять указания педагога. Развивать выносливость, устойчивость к простудным заболеваниям, внимание, воспитывать привычку к активному отдыху.	
65	Келіктөр Транспорт (2неделя) 3ч	Тема: "Весеннее настроение". Цель: Закреплять умение перелезать через препятствия, развивать координацию движений, чередовать ходьбу и бег не ходьбе и беге со сменой направления, развивать умение менять направление движения, чередовать ходьбу и бег не нарушая порядок колонны. Продолжать формировать умение правильно выполнять указания педагога. Развивать внимание, умение выполнять несложные танцевальные движения, быстро находить свое место.
66	Физкультурий досуг;" У Мишки в гостях" Цель: Создавать у детей эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение. Развивать двигательные навыки, быстроту, гибкость, ловкость, координацию	Тема: "Волшебный колокольчик" Цель: учить ходить вперед приставным шагом, выносить вперед одну ногу и приставлять к ней другую. Закреплять умение сохранять равновесие на ограниченной плошади опоры. Совершенствовать умение передавать движением музыкальные образы. Умение ходить и бегать свободно, естественно. Поддерживая правильную осанку и сохраняя равновесие. Развивать ловкость, выносливость, координацию движений.
67	Игры: " Мишка ", " Из обруча в обруч", " Пробеги с мячом", " У медведя во бору" Тема:"Зоопарк в нашем городе". Цель: Учить легко и ритмично бегать с одной стороны плошадки на другую, согласовывать свой бег с бегом других детей. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при перешагивании через предметы. Упражнять в ползании по наклонной доске. Развивать координацию движений.	Формировать умение выполнить знакомое движение легко и свободно.

Техника және біз! Техника и мы! (3-я неделя 3ч)	68	Тема: "1-2-3-4-5- очень любим мы играть!" Цель: Учить проползать в обруч, расположенный вертикально полу. Развивать умение координировать движений рук и ног. Упражнять в подбрасывании и ловле мяча, развивать умение энергично подбрасывать мяч вверх и ловить его. Не прижимая к себе. Продолжать совершенствовать навыки построения и перестроения. <u>Упражнять в хольбы по шишуру, положенному прямо. Развивать умение сохранять равновесие.</u>
Тема: "На лесной тропинке" Цель: Учить бегать по кругу, взявшись за руки, сохраняя один темп и ритм. Закреплять умение сохранять равновесие на ограниченной плошади. Упражнять в бросание мяча двумя руками от груди, выпрямляя руки резким движением. Совершенствовать элементарные навыки прыжения и перестроения. Воспитывать умение играть вместе, уступать друг другу. Упражнять в ползании на четвереньках по ограниченной плошади.	69	
Тема: "Едем в гости к Аже" Цель: Учить перепрыгивать через предмет, отталкиваясь от поверхности пола энергичным толчком двух ног. Упражнять в умение менять направление движения, чередовать хольбу и бег, не нарушая порядок колонны. Закреплять умение сохранять равновесие на повышенной опоре. Закреплять умение ловить мяч в подставленные ладони, с расставленными свободно в стороны пальцами.	70	
Жиназдар мен ылдыстар Мебель, посуда (4 - неделя) Зч	71	Тема: "Улыбка" Цель: Учить перепрыгивать через предмет, отталкиваясь от поверхности пола энергичным толчком двух ног. Продолжить упражнять в умение менять направление движения, чередовать хольбу и бег, не нарушая порядок колонны. Закреплять умение сохранять равновесие на повышенной опоре. Закреплять умение ловить мяч в подставленные ладони, с расставленными свободно в стороны пальцами.
72	Тема: "Ловкие мышата". Цель: Учить броматить мяч вертикально вниз о пол и ловить его двумя руками после отскоков. Закреплять умение перепрыгивать через предмет, энергично отталкиваясь и сяко приземляясь на полисогнутые ноги. Продолжить формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом. Развивать выносливость, координацию и мягкого приземления на полусогнутые ноги.	
73	Тема: "Веселые обезьянки". Цель: Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м. Энергично выпрямляя руки. Закреплять умение перепрыгивать через предмет, отрабатывая навык энергичного отталкивания и продолжать совершенствовать элементарные навыки построения и перестроения. Упражнять в хольбе по следам сохраняя равновесие.	
Апталық тақырыптар. Тема недели.		
Эжелер мен аналар Мерекесі. Праздник Бабушк и мам. (1-я неделя 3ч)	74	Тема: "Веселый паровоз". Цель: Учить находить свое место в колонне. Построение в колонну по одному. Хольба обычная в колонне по одному. Закреплять умение ходить в колонне по одному, сохраняя направление не выходя из колонны. Развивать внимание, ориентировку в пространстве. Упражнять в беге в прямом направлении, развивать внимание .
	75	Тема: "Играем в спортивном зале".

		<p>Цель: Учить ходить в колоне ,сохраняя направление, формировать умение останавливаться по сигналу педагога.</p> <p>Закреплять умение бегать в прямом направлении, развивать быстроту. Закреплять умение строится в круг, согласовывать свои действия с действиями других детей. Развивать внимание, <u>Ориентировку</u> в пространстве.</p>
76		<p><b>Тема:"Играем вместе с Зайчиком"</b>.</p> <p>Цель:Учить выполнять подскоки ( ноги вместе- ноги врозь), ритмично подпрыгивать толчками обеих ног с незначительным сгибанием ног в коленях. Упражнить в беге с увертыванием, развивать умение выполнять правила игры. Закреплять умение ходить по кругу соблюдая один ритм.</p>
77		<p><b>Физкультурный досуг: "Незнайка в гостях у Светофора"</b>.</p> <p>Цель: Расширение представлений о важности соблюдения правил дорожного движения. Обогащение двигательной активности детей. Воспитание дисциплинированности, культуры поведения в обществе, желания помочь.</p> <p><b>Гимнастика под музыку Светофор</b>.</p> <p><b>Игры:</b> " Постстрой светофор ", "Огни светофора", " Найди свой знак"</p>
78		<p><b>Тема:"Малыши - карандаши".</b></p> <p>Цель: Учить ползать на четвереньках, сохраняя направление движения. Закреплять умение катать мяч друг к другу из положения сидя, ноги врозь с расстояния 2 метра. Развивать силу толчка мяча двумя руками. Развивать глазомер, Упражнять в беге в определенном направлении, развивать внимание, быстроту реакции. Воспитывать дружелюбие, желание играть совместно.</p>
79		<p><b>Тема:" Ребята - маленькие котята".</b></p> <p>Цель: Учить выполнять ходьбу по прямой дорожке(ширина25 см. длина 2,5 метра). Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади.</p> <p>Упражнять в ползании на четвереньках в произвольном направлении, закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползании на четвереньках. Развивать умение быстро находить свое место.</p>
80		<p><b>Тема"Играем на полянке".</b></p> <p>Цель: Учить прыгать вверх, доставая до предмета рукой, развивать умение подпрыгивать как можно выше, энергично отталкиваться от поверхности пола. Упражнять в ходьбе и беге по дорожке(ширина25 см. длина 2,5 метра).</p> <p>Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади.</p> <p>Упражнять в беге врасплощую, развивать умение выполнить движение по сигналу.</p>
81		<p><b>Тема:"Сундук с игрушками".</b></p> <p>Цель: Учить катать мяч другу стоя с расстояния 1,5 метра. Формировать умение отталкивать мяч активным и энергичным движением пальцами обеих рук одновременно. Упражнять в прыжке вверх с касанием предмета головой. Закреплять умение энергично отталкиваться от поверхности двумя ногами одновременно.</p> <p>Развивать быстроту реакции, мелкой моторики.</p>
82		<p><b>Тема:"Мышки - шалунишки".</b></p> <p>Цель: Продолжить учить ползать на четвереньках, сохраняя направления движения. Развивать координацию движений рук и ног. Упражнять в катании мячей друг другу из положения стоя с расстояние 2 метра. Закреплять умение направлять движение мяча энергичным подталкиванием снизу.</p> <p>Продолжить учить выполнять движения согласно слов потешки.</p>
83		<p><b>Тема:"Знакомимся с куклой Айгуль".</b></p> <p>Цель: Учить останавливаться по сигналу, присесть. Сохраняя равновесие, встать и продолжить бег. Закреплять</p>
Наурыз - жанару мерекесі!		
Наурыз - праздник обновления! ( 3-я неделя 3ч.)		

<b>обновления! ( 4-я неделя 1ч.)</b>	умение согласовывать движения рук и ног при ползании м опорой на ладони и колени. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Совершенствовать умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно. Развивать ориентировку в пространстве, координационные способности, внимание.
<b>Алакай, көктем келлі! Весна - красна! (5-я неделя 3ч)</b>	84 Тема:"Дружат дети, дружат звери". Цель:Учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно. Упражнять в беге с остановкой и выполнением задания(повернуться вокруг себя). Закреплять умение останавливаться по сигналу , сохраняя равновесие при выполнении задания. Продолжить формировать умение ползать на четвереньках в прямом направлении. Упражнять в ходьбе с одной стороны площадки на другую.
<b>Атталаң тақырыптар.</b>	85 Тема:"Разноцветные мячи." Цель: Учить катать мяч через ворота( ширинаб0см),развивать глазомер. Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и прыгая на носки полусогнутых ног. Формировать умение выполнять упражнения в общем для всех темпе, соблюдать правильное положение туловища, сохранять заданное направление движения. Развивать ловкость, силу, внимание. Упражнять в умении начинать движение с началом музыки, развивать ориентировку в пространстве.
<b>Атталаң тақырыптар.</b>	86 Тема: Мой веселый звонкий мяч. Цель: Учить ползать змейкой, не залевать предметы при ползании, развивать ловкость. Закреплять умение катать мяч через ворота 50 см. Формировать умение прокатывать мяч в центр ворот, развивать глазомер. Развивать координационные способности, умение двигаться выразительно.
<b>Ай тақырыбы.</b>	<b>Сәүір - "Табиагаттың ғұлденүү"</b>
<b>Тема недели.</b>	<b>Тема месяца:</b>
<b>Алғашкы көктемгі күстар.</b>	<b>Апрель</b> - "Расцветание природы".
<b>Первые весенние птицы (1-я неделя 3ч.)</b>	
<b>87</b>	Тема: Ножки, ножки бежали по дорожке. Цель: Учить выполнять бег с остановкой и выполнением задания . Закреплять умение останавливаться по сигналу . Сохранять статистическое равновесие на повышенной опоре. Упражнять выполнения на четвереньках, змейкой между растянутыми предметами, закреплять умение огибать предметы слева и справа. Развивать ловкость,умение воспринимать сигнал к началу и окончанию движения. Упражнять спрыгивания в глубину, развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения.
<b>88</b>	Тема: Играем с Медвежонком. Цель:Учить ходить на передней поверхности стопы, сохранять правильное положение головы. Закреплять умение сохранять равновесие на ограниченной плошади. Упражнять в прыжках вверх, развивать умение энергично отталкиваться ногами. Обогащать двигательный опыт разнообразными видами физических упражнений и подвижных игр. Закреплять умение передавать мяч точно в руки рядом стоящему ребенку.
<b>89</b>	Тема: Мы путешествуем. Цель: Учить выполнять ходьбу по шнурку,положенному зигзагообразно, развивать умение сохранять динамическое равновесие,поддерживать правильную осанку.Закреплять умение бегать по кругу, взявшись за руки,сохраняя один темп и ритм.Упражнять в бросание мяча двумя руками от груди,выпрямляя руки резким движением.Формировать умение внимательно слушать указания педагога,следить за показом.Развивать ловкость,силу,воспитывать привычку к активному отдыху.Упражнять в ползании на четвереньках по ограниченной плошади.

Гарышпен танысу. Знакомимся с космосом (2-я неделя 3ч)	90	<b>Физкультурный досуг: "Будущие космонавты"</b> Цель: развивать потребность в движении, к здоровому образу жизни, вызывать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном досуге. <b>Игры:</b> "Построим ракету", "Лунход", "Звездное небо", "Самолеты".
91	Тема: Обезьянки	Цели: Учить прыгать в длину с места,продолжать формировать умение отталкиваться двумя ногами одновременно. Упражнять в беге по кругу,держась за веревку, закреплять умение согласовывать темп бега и ритм шагов с другими детьми.Упражнять в ходьбе << змейкой>> между предметами, не задевая их.Развивать выразительность,координацию движений рук и ног.Продолжать формировать умение слушать объяснения педагога.Упражнять в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени,развивать ловкость.
92	Тема : Мы дружные ребята.	Цели : Учить прыгать на двух ногах, пролегаясь вперед,развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно. Упражнять в ползании на четвереньках в прямом направлении.Формировать умение выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесие.Совершенствовать умение воспринимать сигнал к началу и окончанию движения.Упражнять в беге с увертыванием,закреплять умение, двигаться ритмично под музыку.
93	Тема :Серик в гостях у ребят.	Цели : Учить бросать мяч двумя руками от груди, развивать умение правильно держать мяч у груди.Закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками.Формировать умение не задерживать дыхание при выполнении упражнений.Обогащать двигательный опыт разнообразными видами физических упражнений и подвижных игр. Развивать ловкость, быстроту, глазомер; воспитывать толерантность, доброжелательность. Развивать выносливость , упражняясь в беге в прямом направлении.
94	Тема: Коробочка с подорками	Цели: Учить ползать с опорой на ладони и колени по ограниченной площади опоры.Упражнять в бросании мяча двумя руками от груди,закреплять умение выпрямлять руки вслед за мячом.Приучать детей действовать совместно, в одинаковом для всех темпе. Развивать ловкость, координацию движений; воспитывать организованность, желание играть совместно.Развивать ориентировку в пространстве зала.
95	Тема: Физкультура для Зайчат.	Цели: Учить отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траектория: вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук.Упражнять в прыжках в длину с места (30см), закреплять умение соглашавать энергичный толчок ног с движением рук.Продолжать формировать умение находить свое место при построении, развивать силу,быстроту, ориентировку в пространстве.Воспитывать привычку к занятиям физической культурой. Совершенствовать умение двигаться по кругу,согласовывать свои действия и других детей.
96	Тема: Айгуль играет с детьми.	Цели:Учить проползать под дугой,не касаясь ее; Упражнять в бросании мяча двумя руками из-за головы, формировать умение придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. Совершенствовать умение поддерживать правильную осанку и сохранять равновесие.
Бир шанырак астына! В семье единой (4-я неделя 3ч)		Продолжать формировать умение находить свое место при построении.Воспитывать дружелюбие,

коллективизм,упражнять в энергичном подпрыгивании, развивать умение выполнять движении по команде педагога.

**97** Тема: Станем сильными как Медвежонок  
Цели:Учить выполнять ходьбу по извилистой дорожке,сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площиади.Закреплять умение ползать на четвереньках последовательно под тремя дугами.Формировать умение не задерживать дыхание при выполнении упражнений: развивать мелкую моторику,силу,ловкость.Воспитывать привычку к занятиям физической культурой заботиться о своем здоровье.Совершенствовать умение прокатывать мяч в ворота,формировать умение согласовывать действия в паре.

**98** Тема : Посьлка от Айтуль  
Цели : Учить ходить, высоко поднимая колени, координируя движения рук и ног.Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площиади.  
Совершенствовать умение катать мяч через ворота шириной 50см, с расстояния 1.5 метра, развивать глазомер.Формировать умение слушать объяснение педагога, следить за показом, выполнять движение вместе с другими детьми после указаний педагога.Развивать ловкость,умение поддерживать правильную осанку и сохранять равновесие: воспитывать положительное отношение к окружающему миру.Упражнять в энергичном подпрыгивании ноги врозь-ноги вместе,развивать внимание.

**Аштальк такырыптар.**  
**Тема пелели.**  
**Тема мессия:**

**Ай такырыбы:** Мамыр - "Әрқашан күн сөнбесін!"  
**Май - "Пусть всегда будет солнце!"**

**Әлемдегі күзет!**  
**На страже мира!**  
(1-я неделя 2ч)

**99** Тема: Петрушка с погремушками  
Цели: Продолжать учить прыгать в длину с места,выполнять более сильный толчок ногами.Закреплять умение ходить,высоко поднимая колени.Упражнять в беге в разных направлениях,закрепить умение бегать легко и ритмично по всему залу.Развивать ловкость,умение поддерживать правильную осанку и сохранять равновесие; воспитывать организованность, желаниеиграть совместно.Упражнять в ползании по ограниченной площиади, развивать координацию рук и ног.

**100** Физкультурный досуг:"А ты-Батышили солдатъ"  
Цель: способствовать участию детей занятем спорта. Закреплять ранее изученные навыки: бег,прыжки, метание в цель. Воспитывать чувство патриотизма, воспитывать умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками.  
Игры:" Кто первый ", " Попали в цель ", " Мягкие стрелки ".

**Мен және коршаган орга.**  
**Я и окружающая среда**  
(2-я неделя 2ч)

**101** Тема: Волшебный мяч  
Цели: Учить переползать через бревно, развивать координацию движений.Закреплять умение бросать мяч педагогу,выпрыгивать руки вслед за мячом.Упражнять в ходьбе по залу с имитацией движений; развивать умение находить свое место в построениях.Развивать ориентировку в пространстве,внимание; воспитывать толерантность,позитивное мироощущение,желание радовать кого-либо.Упражнять в беге с утверждением,развивать умение находить свое место

**102** Тема: В гости к петушку.  
Цель: Учить подбрасывать мяч вверх и ловить его, подставляя ладони с расставленными в стороны пальцами. Закреплять умение сохранять равновесие после прыживания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед.  
Продолжить формировать умение правильно выполнять указания педагога. Регулировать фазу вдоха и выдоха.

		Упражнять в ходьбе и беге по кругу.
Жәндіктер мен космекепілер Насекомые. Земноводные. (3-я неделя 3ч)	103	<p>Тема: Погиаем с лисичкой</p> <p>Цели : Учить сохранять равновесие,перешагивать через рейки лестницы,высоко поднимая колени,сохраняя ровную осанку.Закреплять умение переползать через бум,развивать координацию движений рук и ног.Формировать умение выполнять движения последовательно,правильно выполнять указания педагога.Развивать выносливость,ловкость,внимание;воспитывать привычку к активному отдыху,желание играть вместе с детьми.Закреплять умение ловить мяч кистями рук,не прижимая к груди</p>
Алакай, жаз келді! Здравствуй лето красное! (4-я неделя 3ч)	104	<p>Тема: На прогулку в лес</p> <p>Цели : Учить ходить по гимнастичекой скамейке,развивать умение сохранять равновесие,правильную осанку.Упражнять в проползании в обруче,растянутый вертикально полу,согласовывать движения рук и ног.Закреплять умение выполнять упражнения в общем для всех темпе,соблюдать правильное положение туловища,сохранять заданное,направление движения.</p> <p>Продолжить совершенствовать элементарные навыки построения и перестроения. Развивать ловкость, выносливость. Упражнять в ходьбе колонной, закреплять умение идти ритмично с активным движением рук.</p>
	105	<p>Тема: Обитатели зоопарка.</p> <p>Цель: Учить легко и ритмично бегать с одной стороны площадки на другую, совершенствовать свой бег с бегом других детей. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при перешагивании через предметы. Упражнять в ползании по наклонной доске, развивать координацию движения рук и ног. Развивать ориентировку в пространстве, внимание.Упражнять в ходьбе на носках, развивать слуховое восприятие.</p>
	106	<p>Тема: Играем с Гномиком.</p> <p>Цель; Учить прыгать в обруч и выпрыгивать из него, энергично отталкиваться двумя ногами. Закреплять умение легко и ритмично бегать с одной стороны площадки на другую.Развивать умение выполнять движения согласованно вместе с другими детьми.Продолжать формировать умение слушать объяснения педагога,следить за показом,развивать выносливость,координацию движений,внимание; воспитывать дружелюбие,коллективизм,умение играть совместно.Упражнять в ползании,закреплять умение группироваться при подлезании.</p>
	107	<p>Тема : Разноцветные флаги</p> <p>Цели : Учить ходить в колонне по одному,маршировать под музыку все вместе, четко и ритмично двигаясь в колонне. Упражнять в перешагивании через рейки лестницы, положенной на пол (руки в стороны). Закреплять умение высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок, держать корпус прямо, сохраняя устойчивое равновесие.</p> <p>Продолжить закреплять умение подбрасывать и ловить мяч кистями рук, не прижимая к груди.</p>
	108	<p>Тема: Станем маленькими солдатами.</p> <p>Цель: Продолжать учить строиться в круг, быстро находить свое место при построении. Закреплять умение маршировать под музыку всем вместе, ритмично двигаясь и отмечая начало и окончание каждой части музыкального произведения.</p> <p>Упражнять в ползании по наклонной доске, развивать координацию движении рук и ног.</p> <p>Закреплять умение метать в вертикальную цель. Развивать глазомер.</p>

"Утверждено"

Директор ТОО «ДОО "ТАМОСИК"»

Бакаева Р.К.

25 августа 2021 г.

Мектепалды лаярлық сыйныбының дене шыныктыру пәнинен

2021-2022 оку жылына арналған

ҰЙЫМДАСТЫРУ ОКУ КЫЗМЕТИНІҢ ПЕРСПЕКТИВТІК ЖОСПАРЫ



Перспективный план

организационной учебной деятельности

## по физической культуре в классе предшкольной подготовки

на 2021-2022 учебный год.

Дене шынкытуру пәнінің мұгалімі

Учитель физической культуры

Мурбаева Гульжанат Абильакимовна

**Перспективный план ОУД по Типовой учебной программе  
дошкольного воспитания и обучения на 2021– 2022 учебный год**

**Предшкольные классы**

<b>Алғаталық тақырыптар</b>	<b>Ай тақырыбы. Кыркүйек - "Балабакша"</b>
<b>Тема недели:</b>	<b>Тема месяца: Сентябрь тема: «Мой детский сад»</b>
<b>"Менің балабакшам"</b>	<p>1. Упражнять в построении в колонну по одному, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном темпе,учить метанию вдаль из-за головы правой и левой рукой,ползани на четвереньках между предметами.</p>
<b>«Мой детский сад»</b>	
<b>(1-неделя)</b>	
<b>2ч</b>	
<b>Балабакша жаңында көмдер жүргімсек жасайды?</b>	<p>2.Упражнять в построении в шеренгу, колонну, ходьбе широкими шагами,высоко поднимая согнутую ногу. Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, прыжкам на двух ногах из обруча в обруч.Учить бросанию и ловле мяча руками, не прижимая к груди.</p>
<b>«Его работает в детском саду»</b>	
<b>(2- неделя)</b>	
<b>2ч</b>	
<b>ВЕСЕЛЫЙ ТРЕНИНГ"Ах, ладонки, вы ладонки!"</b>	<p>3 Физкультурий досуг: " Тропинка к здоровью". Гимнастика для ног для профилактики плоскостопия. Ходьба на месте, не отрывая носки от пола, стараясь поднимать выше пятки. Ходьба на пятах, руки за спиной. Ходьба на носках, руки за головой. Ходьба босиком по " ТРОПИНИКЕ ЗДОРОВЬЯ"(массажные коврики, по резиновым кочкам, приставным шагом по канату и т.д.).</p>
<b>Ах, ладонки, вы ладонки!</b>	
<b>За спиной спрячем вас.</b>	
<b>Это нужно для осанки,</b>	
<b>Это точно! Без прикрас!</b>	
<b>Игра: " Второй лишний"</b>	
<b>Игра малой подвижности: "Стрела".</b>	
<b>Цель: Оказывать общеукрепляющее воздействие на организм детей. Формировать и закреплять навыки правильной осанки, проводить профилактику её нарушений.</b>	
<b>Упражнение на дыхание: "Цветок"</b>	

**4.**Упражнять в хольбе с перекатом с пятки на носках,бег мелким и широким шагом,врассыпную,построение в колонну,чредуя построение в пары на месте,выполнять танцевальные элементы,учить прыжкам с зажатым мячом,перебрасывать мяч друг другу. Упражнять в хольбе с перекатом с пятки на носках,бег мелким и широким шагом,врассыпную,построение в колонну,чредуя построение в пары на месте,выполнять танцевальные элементы,учить прыжкам с зажатым между ног мячом,перебрасывать мяч друг другу.

**Көзілкізу әйнәндар мен ойыншылтар.**  
**«Любимые игрушки»**  
**(3 неделя)**  
**3ч**

**5.** Учить прыжкам с зажатым между ногами мячом, лазанию по наилучшей лесенке на четвереньках; закрепить перебрасывание мяча друг к другу.  
Учить сохранение равновесия при хольбе с перешагиванием через предметы. Произвольно прыгать со скакалкой.  
Учить хождению по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; прыжкам через шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью

**6.**Упражнять в беге врассыпную,перестроении в колонну,нахождении своего места в колонне,бег на определенную дистанцию,учить сохранять равновесие при ползании на четвереньках,развивать ловкость,координацию движений.Закрепить произвольные прыжки со скакалкой.

**7.** Упражнять в беге врассыпную, перестроении в колонну, нахождении своего места в колонне. Бег на определенную дистанцию.

Учить сохранять равновесие при ползании на четвереньках, развивать ловкость, координацию движений.

Закрепить произвольные прыжки со скакалкой.

**8.** Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перепадами через предметы. Учить хольбе по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие

**2ч**

**Менің дос жарылым.**

**«Мои друзья»**

**(4 неделя)**

**2ч**

**9.**Формировать навык правильной осанки,упражнять в хольбе в полутире,по канату, перестраиваться из шеренги в колонну,работать над ритмичностью шага.Учить прыгать через рейки,ходить по гимнастической скамейке,перебрасывать мяча одной рукой друг к другу,закрепить хольбу по гимнастической скамейке перешагиванием через предметами. Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Учить хольбе по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие.

<p><b>Ден сау болып осеміл.</b>  <b>Растем әлдоровімін,</b>  <b>(5-неделя)</b></p> <p><b>Зч</b></p>
<p><b>10. Ходьба в колонне по одному. Упражнять в бете врасыпную, перестроении в колонну нахождении своего места в колонне. Бег на определенную дистанцию. Учить сохранять равновесие при погании па четвереньках, развивать ловкость, координацию движений.</b></p>
<p><b>11.Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Учить ходьбе по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие</b></p>
<p><b>12. Ходьба в колонне по двое. Упражнять в построении в шеренгу ,колонну, ходьбе широкими шагами. Бег в колонне по двое. Сохранять равновесия при ходьбе на носках; прыжкам на двух ногах с обруча в обруч. Учить прыжкам с за jakiщым мячом между ног; закрепить перебрасывание мяча друг к другу.</b></p>
<p><b>Ай тақырыбы. Қазан - «Кош келдің, Алтын құз!»</b>  <b>Октябрь тема: «Здравствуй осень золотая!»</b></p>
<p><b>Күздің үшін шоктарды          Осенние бусары          (И-нспектор)</b></p> <p><b>Зч</b></p>
<p><b>13.Учить ползать с подлезанием под дуги. Дуги (высота 40 см). Учить ходить по канату приставным шагом; прыгать через предметы по прямой на двух ногах. (высота 15-20 см). Мячи. Учить прыгать через предметы по прямой на двух ногах; лазать по гимнастической стенке ло верха, не пропуская реек.По сигналу перестроение в колонну по двое.</b></p>
<p><b>14.Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу,заявившись за руки,построение в колонну по 1, ходьбе.Закрепить умение ходить на носках с захватом каната над головой. Учить ходить по канату с мешочком на голове, ходьба на носках с захватом каната над головой, развивать равновесие.</b></p>
<p><b>15.Упражнять детей в ходьбе с переплетением через предметы,с выпадами спиной вперед,построение в колонны,соблюдая дистанцию,умели размыкаться на вытянутые руки вперед.Бег длиной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу,перестроение две колонны,Ходьба по канату приставным шагом, прыжки через предметы.</b></p>
<p><b>16. Тема: "Турнир злоровичков"</b>  <b>Цель: Учить детей сохранять и укреплять свое здоровье, формировать привычку к здоровому образу жизни. Доставить</b></p>

**(2- неделя)**  
**2ч**  
**Физкультурный досуг:**  
**"Турнир здоровчиков"**

достиг умственное от обогащения знакомых образов. Создавать весёлое , радостное настроение, укрепить здоровье детей с помощью физических упражнений и подвижных игр.

**Практические игры: " Назови вид спорта", " Угадай вид спорта по показу".**

**Подвижная игра "Бегающая метла"**

17..Упражнять в ходьбе по кругу направо и налево, на носочках, пятках,в полутишие спокойно,в темпе в чередовании с бегом.Бег с изменением положения рук.Учить прыгать в длину с места.Метать мячик в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.

Упражнить детей в ходьбе и беге по кругу. Бег длиной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу,перестроение две колонны.Ходьба по канату приставным шагом, прыжки через предметы

**Жыны күнегары.**  
**«Перелетные птицы»**  
**(3- неделя)**  
**3ч**

18. Учить ходить по гимнастической скамейке с перепадами через предмет. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед, с переключением на каждый шаг вперед мяча из руки в руки перед собой.

Прыжки, чередовать прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

19. Учить ползать на животе с мешочком на спине. Учить: ходить по гимнастической скамейке с перепадами через предмет, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед. Учить прыжку в длину с места ( не менее 70cm).

20. Учить ходить по гимнастической скамейке с перепадами через предмет. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед, с переключением на каждый шаг вперед мяча из руки в руки перед собой. Прыжки, чередовать прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

21.Упражнить строиться в две круги,2-3 колонны, в ходьбе стояй вперед,поворачиваться на месте с прыжком в разные стороны,ходьба с выполнением плавного.Закрепить навыки ходьбы в гимнастической скамейке с перепадами через падение мячи.Лазание по деревянной лестнице одноименным способом.

**Жыны күнегары**  
**«Перелетные птицы»**  
**Жынгіттій күнр готовитъся**  
**к зиме.**

<p><b>(4 неделя)</b> <b>2ч</b></p> <p>«Безопасность дома и на улице» <b>(2 - неделя)</b> <b>2ч</b></p> <p>Физкультурический досуг: "Ярмарка"</p>	<p>22.Упражнить в ходьбе и беге по кругу, строится в колонну по одному,по сигналу поворот на месте направо налево. Ходьба мелким, широким шагом, вразбросшую между предметами. Бег парами меня направление и темп. Учить бегать по гимнастической скамейке, на конец сесть и руки вытянуть вперед, сосок на обозначенном месте. Ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p><b>Ай тақырыбы. Карапа - «Менің отбасым»</b> <b>Ноябрь Тема месяца: «Моя семья»</b></p> <p><b>Уйдеги және көшелеги</b> кауысіздік.</p> <p>Создовать радостную, дружескую обстановку.Закрепить у детей двигательные умения. Развивать мелкую и общую моторику, координацию движений, ловкость, быстроту.</p> <p><b>Игры:</b>"Горелки", "Мосточек", "Гуси- лебеди"</p> <p><b>24</b></p> <p>Физкультурный досуг: "Ярмарка"</p> <p>Цель: Закреплять навыки игр в русских народных играх "Горелки", "Мосточек", "Гуси- лебеди", "Золотые ворота". Создовать радостную, дружескую обстановку.Закрепить у детей двигательные умения. Развивать мелкую и общую моторику, координацию движений, ловкость, быстроту.</p> <p><b>23. Физкультурный досуг " Ярмарка "</b></p> <p>Цель: Закреплять навыки игр в русских народных играх "Горелки", "Мосточек", "Гуси- лебеди", "Золотые ворота". Создовать радостную, дружескую обстановку.Закрепить у детей двигательные умения. Развивать мелкую и общую моторику, координацию движений, ловкость, быстроту.</p> <p><b>Игры:</b>"Горелки", "Мосточек", "Гуси- лебеди"</p> <p><b>24</b></p> <p>Физкультурный досуг: "Ярмарка"</p> <p>Цель: Закреплять навыки игр в русских народных играх "Горелки", "Мосточек", "Гуси- лебеди", "Золотые ворота". Создовать радостную, дружескую обстановку.Закрепить у детей двигательные умения. Развивать мелкую и общую моторику, координацию движений, ловкость, быстроту.</p> <p><b>25</b></p> <p>Учить бегать по гимнастической скамейке с предметом в руке, подавать под шею, не касаясь руками пола</p> <p>Учить прыгать с поворотом кругом. Отбивание мяча о землю правой и левой рукой .</p> <p>Мячом по корточкам, коленям, ягодицам в цель. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне и выполнять различные поручения во время бега, по сигналу менять направление движения, вперед, назад, приставным шагом, боком.</p> <p>Закрепить навыки прыжков через предметы правым и левым боком.</p> <p><b>26</b></p> <p>Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы, ходьба спиной вперед. Бег мелкими и широкими шагами, со</p>
--	---

<p><b>Тәулеіз Қазақстаным, «Независимый мой Казахстан» (2 - неделя)</b></p>	<p>смелой ведущего. Бег в кругу, врассыпную. Перестроение в две колонны, два круга. Учить ходить по гимнастической скамейке, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловя его двумя руками, метание в цель.</p> <p><b>27. Упражнение № 10</b> Упражнение № 10 входе между препятствиями, ходьба спиной вперед. Бег мелкими и широкими шагами со смелой ведущего. Бег в кругу, взвинившись за руки, в рассыпную, перестроение в две колонны, два круга. Закрепить бросание мяча о землю и ловить его двумя руками. Учить метать асык или мешочек в цель. Полнуть до флагажка, прокатывая перед собой мяч головой.</p> <p><b>Уй жандарларды жүте</b> Телдері.</p> <p><b>«Домашние животные из их домашних»</b> (4 - неделя)</p> <p><b>2Ч</b></p> <p>Полнуть до флагажка, прокатывая перед собой мяч головой. Учить прыгать со скамейки и впрывгивать на возведенность; бросать мешочек в обруч одной рукой снизу.</p> <p><b>22. Упражнение № 11</b> Упражнение № 11 Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу, повороты на месте по сигналу педагога. Построение в 2 колонны, перестроение в 3 колонны. Учить спрыгивать со скамейки, впрывгивая на возведенность, забрасывание мешочка в обруч одною рукой. Упражнение в ходьбе в колонне, меняя направление по сигналу. Медленный бег, в чередовании с прыжками с ноги на ногу. Развивать манера плавчевого бояса и ног. По сигналу повороты на месте кругом, построение в две колонны, челочивый бег. Ходьба гимнастическим шагом. Закрепить забрасывание мешочка в обруч снизу, учить пролезать в обруч прямо, боком, не касаясь пола руками.</p> <p><b>Ай тәкърыбыт Жалтоқсан – «Менің Казақстаным!»</b> <b>ДЕКАБРЬ Тема месяца: «Мой Казахстан!»</b></p> <p><b>«Менің кезімдің Айының!»</b> «Город мой Астана!» (1 - неделя)</p> <p><b>2Ч</b></p> <p>30. Учить ходить по ребристой поверхности, прыгать с гимнастической скамейки на обозначенное место, метко прыгаясь на согнутые ноги. Гимнастическая скамейка (высота 30 см) Упражнение № 10 Учить метать в вертикальную цель правой, левой рукой от плеча..</p> <p>31. Учить ходить по ребристой поверхности, прыгать с гимнастической скамейки на обозначенное место, метко прыгаясь на согнутые ноги. Гимнастическая скамейка (высота 30 см) Упражнение № 11 Учить метать в вертикальную цель правой, левой рукой от плеча..</p> <p>32. Упражнение № 12 Упражнение № 12 Ходьба в шеренге, высоко поднимая колени, широким шагом, скользящим движением "лыжники", выполнения задание в медленном и быстром темпе. Бег с преодолением "снежных преград", метание снежка в вертикальную цель. Ходьба по гимнастической скамейке, с перекладывание на каждый шаг вперед мяч из руки в руку за спиной.</p>
---	---

<p><b>2н</b></p> <p><b>Физкультурный досуг "Зимняя забава"</b></p> <p><b>"Этапы забавы"</b></p> <p><b>Тоулесі Қазақстаным.</b> «Независимый мол</p> <p><b>Казахстан»</b> <b>(3 - Неделя)</b></p> <p><b>2н</b></p>	<p><b>23. Физкультурный досуг "Зимняя забава"</b></p> <p><b>Цель:</b> Упражняться ходьбе и беге с одновременным выполнением разночтных заданий. Закрепить знания о зимнем времени года , играх и забавах. Воспитывать у детей потребность в движении.</p> <p><b>Материалы:</b> "Попади в цель", "Кто первый побежит скользящим шагом до флагка", "Попади в цель", "Упражняйся в ходьбе в шеренге", "Быстро поднимай колени, широким шагом, скользящим движением "лыжники", выполнение задание в медленном и быстрым темпе.Бег с преодолением "снежных преград". Прыжки в длину с разбега.</p> <p><b>Учить ползать с подлезанием под дуги с мячом в руках.</b></p> <p>Построение в шеренге, равнение на вытянутые руки в стороны.Ходьба приставным шагом вперед и в сторону. Легкий бег в сочетании с бегом с высоким подниманием колен, захлестом голени. Закрепить умение вести мяч между предметами двумя руками, ползание под дугами на четырехъяк, толкая головой мяч.</p> <p><b>34. Упражнение под дугами на четырехъяк, толкая головой мяч. дуги (высота 50 см),</b></p> <p><b>Учите: прыгать с разбега, отталкиваясь двумя ногами, через веревку.</b></p> <p><b>Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом, сохраняя равновесие; перебрасывания мяч друг к другу двумя руками из-за головы</b></p> <p><b>35.Упражнять в умении ходить по кругу, в процессе ходьбы перестраиваться в пары и обратно, имитирует движения конькобежцев, ходить и бегать парами разным темпом.Учить называть колыца на кольцеброс, прыжкам с разбега в высоту, отталкивайтесь двумя ногами, через веревку.Развивать глазомер, ловкость, координацию движений.</b></p> <p><b>2ч</b></p> <p><b>36.Упражняться в умении ходить по кругу, перестраиваться в пары и обратно.Закрепить навыки называния колыца на кольцеброс, прыжком с разбега в высоту.Развивать глазомер, ловкость, координацию движений.</b></p>
<p><b>Көміл келдің, жаңа жыл!</b> <b>Страна встречает Новый</b></p> <p><b>год!</b> <b>(5- неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p><b>37. Упражнение в высоту с разбега. Прыжки чередуя прыжки на двух, одной ноге, продвигаясь вперед (расстояние 3-4м).</b></p> <p><b>Учить прыгать по гимнастической скамейке ползанием, на руках .Перебрасывать мяч друг к другу двумя руками из-за головы.</b></p> <p><b>38.Упражнение в ходьбе по залу на восьми, пятак, построение в колонны, построение в 3 колонны бег вразбросанного, змеёйкой, со смешкой вспучного.Захватить ходьбу по наклонной доске боком, приставным шагом, ползание по гимнастической скамейке, подтаскивая ее руками с рюкзаком на спине.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</b></p>
<p><b>Көміл келдің, жаңа жыл!</b> <b>Страна встречает Новый</b></p> <p><b>год!</b> <b>(5- неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p><b>37. Упражнение в высоту с разбега. Прыжки чередуя прыжки на двух, одной ноге, продвигаясь вперед (расстояние 3-4м).</b></p> <p><b>Учить прыгать по гимнастической скамейке ползанием, на руках .Перебрасывать мяч друг к другу двумя руками из-за головы.</b></p> <p><b>38.Упражнение в ходьбе по залу на восьми, пятак, построение в колонны, построение в 3 колонны бег вразбросанного, змеёйкой, со смешкой вспучного.Захватить ходьбу по наклонной доске боком, приставным шагом, ползание по гимнастической скамейке, подтаскивая ее руками с рюкзаком на спине.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</b></p>

Ай тақырыбы, Қантар - «Қызыл тамаша көзі»	
Динамика Тема: «Зима прекрасная пора»	
<b>Алакай жыл калді?</b> <b>«Здравствуй, Зимушка-зима!»</b> <b>(2 - ишдең)</b> 2н	<b>29. Физкультурный досуг: "У Мишки в гостях"</b> Цель: Создавать у детей эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение. Развивать двигательные навыки, быстроту, гибкость, ловкость, координацию Игровая ситуация "В гости к Мишке". Зарядка вместе с Мишкой. Игры: "Мишка", "Из обруча в сбрую", "Пробеги с мячом", "У медведя во бору".
<b>Жаңалығының мақсаты</b> <b>«Зимушка-зима!»</b> <b>(3- ажелді)</b> 3н	<b>40. Упражняться в умении ходить по кругу, проходе ходьбы пересекающейся в пары и обратно. Закрепить прыжок с разбега в высоту. Развивать гибкость, ловкость, координацию движений.</b> Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. Упражнять ходьбу по залу на носках, пятках, построение в колонну, перестроение в 3 колонны. Бег вразбросенную, змейкой, со сплошной звеноуда. Закрепить ходьбу по наклонной доске боком, приставным шагом. Ползание по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы.
<b>Жаңалығының мақсаты</b> <b>«Зимушка-зима!»</b> <b>(3- ажелді)</b> 3н	<b>41 Учить бегать по наклонной доске, спускаясь ногами. Прыгать попарно на правой и левой ноге.</b> Учить прыгать попарно на правой и левой ноге. Перебрасывание мяча друг к другу двумя руками из-за головы, стоя на коленях в шеренге. Учить ходить по канату приставными шагами (шаги на изнанку, носки на полу); прыгать через пинтуры, положенные на пол в ряд.
<b>Жаңалығының мақсаты</b> <b>«Зимушка-зима!»</b> <b>(3- ажелді)</b> 3н	<b>42. Закрепить наше умение держать осанку при ходьбе, беге. Упражнять проходить расстояние с закрытыми глазами(Зимушка). Построение в круг, размыкание за волнистые руки. Бег длинной змейкой. Учить бегать по наклонной доске еверх, спускаясь шагом вниз, прыгать на правой и левой ноге. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы стоя на коленях в шеренге.</b> <b>43 Упражняться в ходьбе широким шагом с перекрестом линии в другую руку. В процессе ходьбы построение в 2-3 колонны. Бегать легко, выпотягивая элементы крахмального пачинского танца. Закрепить ходьбу по канату приставным шагом, проползать в обруче правым и левым боком, не касаясь верхнего края.</b>
<b>Жаңалығының мақсаты</b> <b>«Как зимуют звери?»</b>	<b>44. Учить пролезать в обруч правым и левым боком, не касаясь верхнего края. Перепрыгивание на двух ногах через бруски, расположенные в шахматном порядке</b> Учить вести мяч двумя руками вперед шагом. Бег шагами меня направление. Построение в круг. Бегать по наклонной доске, сохраняя правильную осанку

<p><b>(4 - неделя)</b> <b>2ч</b></p> <p><b>ПРАКТИЧНИКИ ИСКРЫСТЬ,</b> <b>«Прекрасное рядом</b> <b>(язык на пальцах</b> <b>природы»)</b> <b>(1 - неделя)</b> <b>Зч</b></p>	<p><b>45.</b> Упражните детей в ходьбе с изменением положения рук по сигналу. Бег в сочетании с другими видами движения. Построение в 3 колонны. Развивать навыки передвижений животных. Зарепить навык лазания по лестнице одновременным способом. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прятки через длинную скакалку на двух ногах. Упражните детей в ходьбе с изменением положения рук по сигналу. Бег в сочетании с другими видами движения. Построение в 3 колонны. Развивать навыки передвижений животных. Зарепить навык лазания по лестнице одновременным способом. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прятки через длинную скакалку на двух ногах. Лазание по гимнастической стенке до верха, с переходом на другой пролет, не пропуская реек.</p> <p><b>А.М. тактырбай. Алан - «Білді көршаган әлем»</b></p> <p><b>Февраль тема: «Мир вокруг нас»</b></p> <p><b>46.</b> Учить перепрыгивать на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке. Перебрасывать мяч друг к другу двуми руками из-за головы, стоя на коленях. Учить прокатывать обручи и пролезать в них. Учить охранять равновесие и превалирую осанку при ходьбе по ограниченной поверхности шагом, на носках. Бросание мешочков в обруч одной рукой снизу. Переступать ногами, держась за канат.</p> <p><b>47.</b> Учить сажать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прятать через длинную скакалку на двух ногах. Учить сажать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Лазать по гимнастической стенке до верха, ее прорубкой реек, с переходом на другой пролет и спускаться вниз. Учить бегать по наклонной доске, сажая правильную осанку. Перепрыгивание на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке</p> <p><b>48.</b> Упражнение бегать представив шагом право, влево с изменением темпа движения, со сменой ведущего. Перестраиваться из одной позиции в другую и обратно. Ходьба с пяткой на носок, обогнув ходьба, по сигналу поворот прыжком. Учить бегать по наклонной доске, прыжки на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке.</p> <p><b>Техника жоне біз!</b> <b>«Техника и мы»</b> <b>Электронприборы</b> <b>(3 - неделя)</b></p> <p><b>49.</b> Учить: Ходить по наклонной доске боком. Работа на гимнастических кольцах: вис, раскачивание, скок. Бросание мяча вверх двумя руками, ловля после хлопка в ладони Учить сажать равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой. Прыжки через пуфики правым и левым боком, на двух ногах с проложением вперед</p>
--	--

**3ч**

**3ч**

**50.** Бегать змейкой между предметами, с выполнением задания.

Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Прыгать через палки, положенные в ряд. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по бревну. Прокатывание обруча и пролезание в него.

**51.** Упражнять в ходьбе в колонне по одному. Самостоятельно строиться в один, два круга. Ходить в полуприятие на согнутых ногах. Бегать змейко межу предметами с выполнением задания.

**Жыныздар мен ылдасын.**

**«Мебель, посуда»**

**(4 - недели)**

**2 ч**

**52.** Упакткы: Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз) Прыжки через короткую скакалку на двух ногах с продвижением вперед. Ползать на животе наперегонки до обозначенного места, и подлезать под гимнастическую скамейку. Учить координировать движения рук и ног при ходьбе.

Учить кружиться на паралл., держась за руки. Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз). Бег по гимнастической скамейке..

**53.** Продолжить закреплять выполнение ходьбы на прямых лестничных ногах, не сгибая колени. Построение в пары и обратно в колонну. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку и переползание с ходьбой. Пробкин через шифон прыгает и лежит боком на двух ногах с продвижением вперед.

Разминать и укреплять мышцы плечевого пояса, ног и стопы. Продолжать закреплять нахождение ходьбы на прямых лестничных ногах, не сгибая колен. Построение в пары и обратно в колонну. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку в передовании с ходьбой.

**Ай тәсірібі: Наурда: "Халық - өнердің қайнар көзі"**

**Март тегі:** «Народ; источник искусства»

**Әжелер мен азаттар  
мерекесі.**

**Меганне меншік бабунаң ішінде.**  
Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Меганне меншік бабунаң ішінде.

**(1 - недели)**

**3ч**

<p><b>55.</b> Упражнить в ходьбе с палкой плотно прижатой сзади к спине, под мышками. Перестроение из колонны по одному в колону по три. Бег в чередовании с ходьбой 2-3 раза(120-200метров).</p> <p>Закрепить переползание через скамейку в чередовании с ходьбой.</p> <p>Учить бросать мяч о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола 10 раз. Прыжки сос скакалкой с передвижением вперед</p> <p><b>56.</b> Упражнить в ходьбе с палкой плотно прижатой сзади к спине, под мышками. Перестроение из колонны по одному в колонну по три. Бег в чередовании с ходьбой 2-3 раза(120-200метров). Закрепить переползание через скамейку в чередовании с ходьбой. Учить бросать мяч о стену и ловить его двумя руками после отскока от пола 10 раз. Прыжки сос скакалкой с передвижением вперед</p> <p><b>57. Физкультурный досуг;"Мой веселый звонкий мяч"</b></p> <p>Цель: Формировать интерес к физической культуре и спортивным играм с мячом.Продолжать укреплять здоровье детей.</p> <p>Развивать ловкость, быстроту, координацию движений.</p> <p>Этапы: Бег с мячом, прокати мяч.</p> <p>Проводимые упражнения: Бросание мяча в цель, Прыжки на фитнес мяче.</p> <p><b>Игры:</b>"Лети мой мяч"</p> <p><b>58.</b> Упражнить в ходьбе, другую руку за головой сохраняя равновесие. Учить рису на гимнастической стенке, поднимая предметы ногой, разводить ноги в стороны и синхронизировать. Метание - попасть в забавными мячом в лёгкий стоящих на бревне, гимнастической скамейке.</p> <p>Учить сохранение равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке, метанию мяча в цель из-за 1000м правой и левой рукой.</p> <p><b>59.Упражнение на пересечении</b></p> <p><b>Кирпич - прыжки</b></p> <p><b>обновленный</b></p> <p><b>(3 - подросток)</b></p> <p><b>3-4</b></p> <p>Учить бросанного и ловите мяча двумя руками, не прикасаясь к труда, закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обруч.</p> <p>Учить хождению по гимнастической скамейке с переключением через предметы, прыжкам через рейки, шнурь, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p> <p><b>60.</b> Упражнить в ходьбе, дарка руки за головой, сохраняя равновесие. Пересечение из одной колонны в три. Бег на 20-30метров. Учить ходить по наклонной линии, с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Метание мячика в корзину. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.</p> <p><b>61.</b> Учить хождению по гимнастической скамейке с переключением через предметы; прыжкам через рейки, шнурь, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p> <p><b>Ай тақырыбы: Сәүір: "Табигаттың ғұлденү"</b></p> <p><b>Апрель Тема: «Расцветание природы»</b></p>
--

<p><b>Активные виды спорта</b>  <b>(стремление к новому)</b>  <b>(1. неделя)</b></p> <p><b>Зн</b></p> <p><b>Гармония танца.</b>  <b>(занятия с инвалидом)</b></p> <p><b>(2 - неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p><b>62. Упражнить в ходьбе с перекосом с пятки на носок, бег метким широким шагом, брассыную, построение в колонну, передвижение в пары на месте, выполнить галупательные элементы, учит прыжкам с захватом между ног мячом, лазание по наклонной лестнице на четверенках, запретить перебрасывание мяча друг другу.</b></p> <p><b>63. Упражнить в построении в колонну, пирсингу по одному. Ходьба полуприседе. Учить: прыгать в длину с места, присевшись на полусогнутые колени, лежать на спине, прыгать вперед с мешочком на спине. Учить лазать по веревочной лестнице, одинаковым способом</b></p> <p><b>64. Упражнить в беге врасплощую, перестроения в колонну, находящимся со своего места в колонне, бег на определенную дистанцию, учить сокращать равноколесие при погонии на четверенках, развивать ловкость, координацию движений. Закрепить произвольные прыжки со скакалкой.</b></p> <p><b>65. Физкультура для "Будущие космонавты"</b>  <b>Цель: разрабатывать потребность в движении, к здоровому образу жизни, вызывать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном досуге.</b></p> <p><b>Игры: "Построим ракету", "Луноход", "Звездное небо", "Самолеты".</b></p> <p><b>66. Формировать навык гармоничной осанки, упражнить в ходьбе в полуправом, по канату, перескакиваться из шеренги в колонну, работать над ритмичностью шага.</b></p> <p><b>Учить прыгать через рееки, ходить по гимнастической скамейке, перебрасывать мяч одной рукой другой друг к другу.</b></p> <p><b>Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке с перепадом через приставки.</b></p> <p><b>67. Упражните легкую ходьбу и бег по кругу, взаимясь за руки, построение в колонну по 1 в движении. Закрепить умение ходить на носках с захватом каната на головной. Бег длинной скамейкой, по склону приставь, затем быстро встать на ноги и продолжить бег.</b></p> <p><b>68. Учить ходить по гимнастической скамейке, с перекидыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руки перед собой.</b></p> <p><b>Бросание мяча взорх к юбкам его двумя руками с продвижением вперед</b></p> <p><b>Учить лазать по гимнастической скамейке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; перебрасывание мяча друг к другу из-за головы, стоя в шеренгах и на коленях</b></p> <p><b>69. Учить ходить по гимнастической скамейке, с перекладыванием на каждый шаг мяча из руки в руки перед собой.</b></p> <p><b>Бросание мяча взорх и ловля его двумя руками с продвижением вперед</b></p> <p><b>Учить лазать по гимнастической скамейке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз. Развивать ловкость,</b></p>
---	--

		Быстро, короткими движениями. Трикки на двух ногах с продолжением вперед; перебрасывание мяча друг к другу из-за головы, стоя в ширенках и на коленях
<b>Еще шаги на руках, прыжки:</b> <b>«В семье единой»</b> <b>(4 - пятерка)</b> <b>2 ч</b>		<p>70. Учить легко бегать по гимнастической скамейке на животе, ползтиваясь на руках.</p> <p>Учить ссыпывать из соломы ножи с высоты в обозначенное место. (высота 30 см)</p> <p>Учить бегать на руках с ускорением, врасплох; перестраиваться в несколько колонн</p> <p>Учить бегать по гимнастической скамейке с рогаткой на спине. Прятать через предметы, правым и левым боком на двух ногах, пролегаясь вперед. Прыгать до флагов, прокатывая перед собой мяч головой</p> <p>71. Упражнить ходьбу по кругу направо налево, на носочках, пятках, в полуночье спокойно, в темпе в чередовании с бегом. Бег с изменением положения рук.</p> <p>Закрепить прыжок на месте, прыжок в длину с места. Метать мячиком в вертикальную цепь правой и левой рукой от плеча.</p>
		ЛН танецрабы: Манасар: "Эркапан күн сөндесін!"
		Мая тема: «Гусь всегда будет солнце»
<b>Оценка квест:</b> <b>На страже мира!</b> <b>(Армия РК, пешерники</b> <b>ВОВ)</b> <b>С* (пять баллов)</b> <b>2 ч</b>		<p>72. Учить бросание и ловлю мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обхвате, хождение по гимнастической скамейке с переключением через предметы; прыжкам через рейки, шнурсы, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p> <p>73. Флэшмоб "Урнил досуг: "Аты-Батыши солдаты"</p> <p>Цель: способствовать учащемуся развитию спорта. Закрепить разные спортивные навыки: бег, прыжки, метание в цель. Воспитывать чувство интереса, испытывать удовольствие от занятий спортом, поддерживать здоровый образ жизни, воспитывать любовь к спорту, спортивной направленности со сверстниками.</p> <p>Музыка: "Кто первый", "Поздни в цель", "Меткие стрелки".</p> <p>74. Упражнение в ходьбе с изменением направления действия мячом между предметами. Построение в колонны, повороты вправо, падение на место. Бег с лопатой и квартшиванием.</p> <p>После гимнастической скамейки пойти в сторону, разводить в стороны и сбрасывать мячи. Учить прыжкам с закатым мячом между ног. Закрепить перебрасывание мяча друг к другу</p> <p>75. Упражнение легкой ходьбы с переключением через предметы, с бегадами спиной вперед, построение в колонны, соблюдая дистанцию, умение разыгрываться на выбитые руки вперед. Бег длинной и короткой скамейкой с поворотом кругом по сигналу, перестроение в две колонны. Ходьба по канату приставным шагом, прыжки через предметы</p> <p>76. Учить бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обхвате, хождение по гимнастической скамейке с переключением через предметы; прыжкам через рейки, шнурсы, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p>

(3 недели) 3ч

77. Упражнение стояться в две круга, прыгнув, 2 колонны, в ходьбе спиной вперед, поворачиваться на месте с прыжком в разные стороны. Закрепить на ноги ходьбы по гимнастической скамейке с переползанием через набивные чучи.

Позиции по перекошной лестнице одновременным способом.

78. Упражнение для ходьбы с переползанием через предметы, с выпадами спиной вперед, построение в колонны, соблюдая дистанцию, умения разыграться на выпады руки вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу, перетяжение в две колонны.

Ходьба по канату приставным шагом, прыжки через предметы

79. Упражнение для ходьбы с переползанием через предметы, с выпадами спиной вперед, построение в колонны, соблюдая дистанцию, умения разыграться на выпады руки вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу, перетяжение в две колонны.

Ходьба по канату приставным шагом, прыжки через предметы

80. Упражнение для бросания и ловли мяча двумя руками, не прижимая к груди, закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обручах кожаную по гимнастической скамейке с переползанием через предметы, прыжкам через рейки, шпоры, предметы, закрепить бег со средней скоростью

Итого часов :80

Директор ГБОУ ШКОЛА № 10  
БАКАЕВА Р.К.

25 августа 2021 г.

2021-2022 окуйының арналған

ҰЙЫМДАСТЫРУ ОКУ КЫЗМЕТІНІҢ ПЕРЕСПЕКТИВТІК ЖОСПАРЫ

Перспективный план

организационной учебной деятельности

## по физической культуре в группе предшкольной подготовки

на 2021-2022 учебный год.

Дене шыныктыру пәннің мұғалімі

Учитель физической культуры

Муртасова Гульжанат Абилакимовна

**Перспективный план ОУД по Типовой учебной программе  
дошкольного воспитания и обучения на 2021– 2022 учебный год**

**Предшкольная группа**

<b>Апталық тақырыптар</b> <b>Тема недели:</b> <b>"Менін балабакшам"</b> <b>«Мой детский сад»</b> <b>(1-неделя)</b> <b>3ч</b>	<b>Ай тақырыбы. Кыркүйек - "Балабакша"</b> <b>Тема месяца: Сентябрь тема: «Мой детский сад»</b> <b>1.</b> Упражнять в построении в колонну по одному, ходьбе на пятках, носках, переходя на бег в спокойном темпе,учить метанию вдаль из-за головы правой и левой рукой,ползании на четвереньках между предметами. <b>2.</b> Упражнять в хольбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках, прыжкам на двух ногах из обруча в обруч. Учить бросанию и ловле мяча руками, не прижимая к груди.
<b>Балабакшада кімлер жұмыс жасайды?</b> <b>«Кто работает в детском саду»</b> <b>(2- неделя)</b> <b>2ч</b>	<b>3 Физкультурный досуг: " Тропинка к здоровью".</b> <b>Гимнастика для ног для профилактики плоскостопия.</b> <b>Ходьба на месте, не отрывая носки от пола, стараясь поднимать выше пятки.</b> <b>Ходьба на пятках, руки за спиной.</b> <b>Ходьба на носках, руки за головой.</b> <b>Ходьба босиком по " ТРОПИНКЕ ЗДОРОВЬЯ"(массажные коврики, по резиновым кочкам, приставным шагом по канату и т.д.).</b> <b>ВЕСЕЛЫЙ ТРЕНИНГ"Ах ладошки, вы ладошки"</b> <b>Ах, ладошки, вы ладошки!</b> <b>За спиной спрячем вас.</b> <b>Это нужно для осанки,</b> <b>Это точно! Без прикрас!</b> <b>Игра: " Второй липший"</b> <b>Игра малой подвижности: " Стрела".</b> <b>Цель: Оказывать общеукрепляющее воздействие на организм детей. Формировать и закреплять навыки правильной осанки, проводить профилактику её нарушений.</b> <b>Упражнение на дыхание: "Дыхок"</b>

<p><b>Кызыкты ойындар мен ойыншыктар.</b>  <b>«Любимые игрушки»</b>  <b>(3 неделя)</b></p> <p><b>3ч</b></p>	<p>4. Упражнять в ходьбе с перекатом с пятки на носках, бег мелким и широким шагом, врассыпную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы, учить прыжкам с закатым между ног мячом, перебрасывать мяч друг другу. Упражнять в ходьбе с перекатом с пятки на носках, бег мелким и широким шагом, врассыпную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы, учить прыжкам с закатым между ног мячом, перебрасывать мяч друг другу.</p>
<p><b>Менің лостарым.</b>  <b>«Мои друзья»</b>  <b>(4 неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p>5. Учить прыжкам с закатым между ногами мячом, лазанию по наклонной лесенке на четвереньках; закрепить перебрасывание мяча друг к другу.  Учить сохранению равновесия при ходьбе с перешагиванием через предметы. Произвольно прыгать со скакалкой.  Учить хождению по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; прыжкам через шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p> <p>6. Упражнять в беге врассыпную, перестроении в колонну, нахождении своего места в колонне, бег на определенную дистанцию, учить сохранять равновесие при ползании на четвереньках, развивать ловкость, координацию движений. Закрепить произвольные прыжки со скакалкой.</p> <p>7. Упражнять в беге врассыпную, перестроении в колонну, нахождении своего места в колонне. Бег на определенную дистанцию.  Учить сохранять равновесие при ползании на четвереньках, развивать ловкость, координацию движений.  Закрепить произвольные прыжки со скакалкой.</p> <p>8. Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Учить ходьбу по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие</p> <p>9. Формировать навык правильной осанки, упражнять в ходьбе в полуприятие, по канату, перестраиваться из шеренги в колонну, работать над ритмичностью шага. Учить прыгать через рейки, ходить по гимнастической скамейке, перебрасывать мяча одной рукой друг к другу, закрепить ходьбу по гимнастической скамейке перешагиванием через предметами. Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Учить ходьбу по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие.</p>

<p><b>Дені сау болып осеміз. Растем здоровыми. (5-неделя) 3ч</b></p>	<p><b>10.</b> Ходьба в колонне по одному. Упражнять в беге врасыпную, перестроение в колонну нахождении своего места в колонне. Бег на определенную дистанцию. Учить сохранять равновесие при ползании на четвереньках, развивать ловкость, координацию движений.</p>	
<p><b>Күзді гүл шоктары Осенние букеты (1-неделя) 3ч</b></p>	<p><b>11.</b> Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Учить ходьбе по канату с мешочком на голове; захватив канат руками над головой, подняться на носки; развивать ловкость и устойчивое равновесие</p>	
<p><b>Ай тақырыбы. Казан - «Көп келдін, Алтын күз!» Октябрь тема: «Здравствуй осень золотая!»</b></p>	<p><b>12.</b> Ходьба в колонне по двое. Упражнять в построении в шеренгу ,колонну, ходьбе широкими шагами. Бег в колонне по двое. Сохранять равновесия при ходьбе на носках; прыжкам на двух ногах с обручем. Учить прыжкам с зажатым мячом между ног; закрепить перебрасывание мяча друг к другу.</p>	
<p><b>13. Учить ползать с подлезанием под дуги, дуги (высота 40 см). Учить ходить по канату приставным шагом; прыгать через предметы по прямой на двух ногах. (высота 15-20 см), мячи. Учить прыгать через предметы по прямой на двух ногах; лазать по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек.По сигналу перестроение в колонну по двое.</b></p>	<p><b>14.</b> Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу,взявшись за руки,построение в колонну по 1, ходьбе.Закрепить умение ходить на носках с захватом каната над головой.Учить ходить по канату с мешочком на голове, ходьба на носках с захватом каната над головой, развивать равновесие.</p>	
<p><b>15. Упражнять детей в ходьбе с перепагиванием через предметы,с выпадами спиной вперед,построение в колонны,соблюдая дистанцию,умении размыкаться на вытянутые руки вперед.Бег длиной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу,перестроение две колонны,Ходьба по канату приставным шагом, прыжки через предметы.</b></p>	<p><b>16. Тема: "Турнир здоровичков" Цель: Учить детей сохранять и укреплять своё здоровье, формировать привычку к здоровому образу жизни. Доставить</b></p>	

		(2- неделя) 2ч
<b>Физкультурный досуг: "Турнир здоровчиков"</b>		детям удовольствие от обыгрывания знакомых образов. Создавать весёлое , радостное настроение, укрепить здоровье детей с помощью физических упражнений и поливикных игр.
		<b>Дилактические игры:</b> " Назови вид спорта" , " Угадай вид спорта по показу"
		<b>Поливикная игра " Бегающая метла"</b>
<b>Жыл кустары. «Перелетные птицы» (3- неделя) 3ч</b>		<p>17..Упражнять в ходьбе по кругу направо и налево, на носочках, пятках,в полуприсяде спокойно,в темпе в чередовании с бегом.Бег с изменением положения рук.Учить прыгать в длину с места.Метать мешочек в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Бег длиной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу,перестроение две колонны,Хольба по канату приставным шагом, прыжки через предметы</p>
		18. Учить ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед, с перекладывание на каждый шаг вперед мяча из руки в руки перед собой.
		Прыжки, чередовать прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
		19. Учить ползать на животе с мешочком на спине. Учить: ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Прыжки, чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед.Учить прыжку в длину с места ( не менее 70см).
		20. Учить ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед, с перекладывание на каждый шаг вперед мяча из руки в руки перед собой.
		Прыжки, чередовать прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
<b>Жануарлар әлемінің қызықтылығы. Животный мир готовиться к зиме.</b>		<p>21.Упражнять строиться в два круга,шеренгу,2-3 колонны, в ходьбе спиной вперед,поворачиваться на месте с прыжком в разные стороны,хольбес с выполнением педагога.Закрепить навыки ходьбы в гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.Лазание по веревочной лестнице одноименным способом.</p>

<b>(4 неделя)</b> <b>2ч</b> <b>Мен және менің жаныым.</b> <b>Я и моя семья»</b> <b>(1 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<p><b>22. Упражнять в хольбе и беге по кругу, строиться в колонну по одному, по сигналу поворот на месте направо налево.</b></p> <p>Хольба мелким, широким шагом, врассыпную между предметами. Бег парами меняя направление и темп.</p> <p>Учить бегать по гимнастической скамейке, на конец сесть и руки вытянуть вперед, сосок на обозначенном месте.</p> <p><b>Ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</b></p>
<b>Ай тақтырыбы. Карапа - «Мениң отбасым»</b> <b>Ноябрь Тема месяца: «Моя семья»</b>	<p><b>23. Учить легко бегать по гимнастической скамейке, на конце присесть, руки вытянуть вперед, сосок на обозначенное место; Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках Учить спрыгивать на согнутые ноги с высоты в обозначенное место. гимнастическая скамейка (высота 30 см) Учить лазать по гимнастической стенке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз.</b></p> <p><b>24. Упражняться в хольбе и бете по кругу, взявшись за руки, строиться в колонну парами, по сигналу повороты на месте направо, налево.</b></p> <p>Хольба мелким и широким шагом по следу, врассыпную между предметами, бег парами меняя направление темп.</p> <p>Закрепить умение ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках.</p> <p><b>Учить спрыгивать на согнутые ноги с высоты в обозначенное место.</b></p> <p><b>25. Закрепить перестроение из одной колонны в две, хольба друг за другом, поднимая ногу выше вытягивая вперед носок.</b></p> <p>Бег с ускорением, врассыпную, с остановкой по сигналу.</p> <p>Упражняться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Перебрасывать мяч друг другу из-за головы. Развивать ловкость, гибкость, координацию движений.</p>
<b>Үйлегі және көшпелегі</b> <b>кауысіздік.</b> <b>«Безопасность дома и на</b> <b>улице»</b> <b>(2 - неделя)</b> <b>2ч</b>	<p><b>26. Физкультурный досуг " Ярмарка "</b></p> <p>Цель: Закреплять навыки игры в русских народных играх "Горелки", "Мосточек", "Гуси- лебеди", "Золотые ворота". Создовать радостную, дружескую обстановку. Закреплять у детей двигательные умения, Развивать мелкую и общую моторику, координацию движения, ловкость, быстроту.</p> <p><b>Игры:</b>" Горелки ", " Мосточек ", " Гуси- лебеди"</p>

<p><b>Физкультурийл досуг:</b> "Ярмарка"</p> <p><b>Эргурлі мамандыктар</b> кәжет, эргурлі мамандыктар манызды. «Профессии разные чужки, профессии разные важны»</p> <p>(3 - пелсля) 3ч</p>	<p>27. Перестроение в две колонны, повороты на месте, обычная ходьба, по сигналу со сменой направления движения; вперед, назад, приставным шагом, боком.</p> <p>Бег с приставными шагами по наклонной доске, через рейки высотой 10 см.</p> <p>Закрепить навык ходьбы на четвереньках.</p> <p>Бег по гимнастической скамейке. Прыжки через предметы правым и левым боком.</p> <p>Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне и выполнять различные поручения во время бега, по сигналу менять направление движения, вперед, назад, приставным шагом, боком.</p> <p>Закрепить навыки прыжков через предметы правым и левым боком.</p>
<p><b>Уй жануарлары және толдері.</b></p> <p><b>«Домашние животные и их</b></p>	<p>28. Учить бегать по гимнастической скамейке с предметом на руке; подлезать под шнур, не касаясь руками пола</p> <p>Учить: прыгать с поворотом кругом. Отбивание мяча о землю правой и левой рукой.</p> <p>Метание колец (мяч, мешочек, камень) в цель. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне и выполнять различные поручения во время бега, по сигналу менять направление движения, вперед, назад, приставным шагом, боком.</p> <p>Закрепить навыки прыжков через предметы правым и левым боком.</p>
<p><b>29. Упражнять в хольбе с перешагиванием через предметы, ходьба спиной вперед. Бег мелкими и широкими шагами, со сменой ведущего. Бег в кругу, врасыпную. Перестроение в две колонны, два круга.</b></p> <p>Учить ходить по гимнастической скамейке, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками, метание в цель.</p> <p><b>30. Упражнять в хольбе между препятствиями, ходьба спиной вперед. Бег мелкими и широкими шагами со сменой ведущего. Бег в кругу, взявшись за руки, в рассыпную, перестроение в две колонны, два круга.</b></p> <p>Закрепить бросание мяча о землю и ловить его двумя руками.</p> <p>Учить метать асык или мешочек в цель. Ползать до флагжа, прокатывая перед собой мяч головой.</p>	<p>29. Упражнять в хольбе с перешагиванием через предметы, ходьба спиной вперед. Бег мелкими и широкими шагами, со сменой ведущего. Бег в кругу, врасыпную. Перестроение в две колонны, два круга.</p> <p>Учить ходить по гимнастической скамейке, бросая мяч то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками, метание в цель.</p> <p><b>30. Упражнять в хольбе между препятствиями, ходьба спиной вперед. Бег мелкими и широкими шагами со сменой ведущего. Бег в кругу, взявшись за руки, в рассыпную, перестроение в две колонны, два круга.</b></p> <p>Закрепить бросание мяча о землю и ловить его двумя руками.</p> <p>Учить метать асык или мешочек в цель. Ползать до флагжа, прокатывая перед собой мяч головой.</p>

<p><b>«Менін калам- Алматы!»</b>  <b>«Город мой Алматы»</b>  <b>(1 – неделя)</b></p> <p><b>3ч</b></p>	<p><b>32. Упражнять в хольбе в колонне, по канату, шишуру прямо, боком.Хольба гимнастическом шагом, челночный бег 3*10м.</b>  <b>Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу, повороты на месте по сигналу педагога. Построение в 2 колонны, перестроение в 3 колонны. Учить спрыгивать со скамейки, прыгивая на возвышенностъ, забрасывание мешочка в обруч одною рукой.</b></p> <p><b>Упражнять в хольбе в колонне, меняя направление по сигналу.Медленный бег, в чередовании с прыжками с ноги на ногу.Развивать мышцы плечевого пояса и ног. По сигналу повороты на месте кругом, построение в две колонны, челочный бег.Хольба гимнастическим шагом.Закрепить забрасывание мешочка в обруч снизу, учить пролезать в обруч прямо, боком, не касаясь пола руками.</b></p>
<p><b>Ай тақтырыбы. Желтоксан - «Менін Казахстаны!»</b></p> <p><b>ДЕКАБРЬ Тема месяца: «Мой Казахстан!»</b></p>	<p><b>33. Учить ходить по ребристой поверхности; прыгать с гимнастической скамейки на обозначенное место, мягко приземляться на согнутые ноги.гимнастическая скамейка (высота 30 см)</b></p> <p><b>Учить: метать в вертикальную цель правой, левой рукой от плеча..</b></p>
<p><b>Тәулесіз Казакстаным.</b>  <b>«Независимый мой</b>  <b>Казахстан»</b></p> <p><b>(2 - неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p><b>34. Упражнять в движении в соответствии с музыкой, в колонне по одному, по сигналу хольба на пятках, носках с поворотом кругом.Бег вразсыпаную, змейкой до 2 мин. Упражнять в хольбе по ребристой доске, прыжками с гимнастической скамейки,метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</b></p>
<p><b>Физкультурный досуг:</b>  <b>“Зимняя забава”</b></p> <p><b>Тәулесіз Казакстаным.</b>  <b>«Независимый мой</b>  <b>Казахстан»</b></p> <p><b>(3 - неделя)</b></p> <p><b>2ч</b></p>	<p><b>35.Упражнять в хольбе в шеренге, высоко поднимая колени, широким шагом, скользящим движением "лыжники", выполняя задание в медленном и быстром темпе. Бег с преодолением "снежных преград", метание снежка в вертикальную цель.Хольба по гимнастической скамейке, с перекладывание на каждый шаг вперед мяч из руки в руку за спиной.</b></p> <p><b>36 . Физкультурный досуг " Зимняя забава "</b></p> <p><b>Цель: Упражнять в хольбе и беге с одновременным выполнением различных заданий.Закрепить знания о зимнем времени года , играх и забавах. Воспитывать у детей потребность в движении.</b></p> <p><b>Игра: " Попади в ворота ", " Кто первый добежит скользящим шагом до флагажа ", " Попади в цель "</b></p> <p><b>37Упражнять в хольбе в шеренге, высоко поднимая колени, широким шагом, скользящим движением "лыжники", выполняя задание в медленном и быстрым темпе.Бег с преодолением "снежных преград". Прыжки в длинну с разбега.</b></p> <p><b>Учить ползать с подлезанием под дуги с мячом в руках.</b></p> <p><b>Построению в шеренге, равнение на вытянутые руки в стороны.Хольба приставным шагом вперед и в сторону. Легкий бег в сочтании с бегом с высоким подниманием колен,захлестом голени. Закрепить умение вести мяч между предметами двумя руками, ползание под дугами на четвереньках,толкая головой мяч.</b></p>

	<p><b>38.</b> Учить проползанио пол дугами на четвереньках, толкая головой мяч. дути (высота 50 см),</p> <p>Учить: прыгать с разбега, отталкиваясь двумя ногами, через веревку.</p> <p>Хольба по наклонной доске боком, приставным шагом, сохраняя равновесие; перебрасывания мяч друг к другу двумя руками из-за головы</p>
<b>Гүлдене бер, Казахстан!</b> «Цветы, мой Казахстан.» (4 - неделя)	<p><b>39.</b> Упражнять в умении ходить по кругу, в процессе хольбы перестраиваться в пары и обратно, имитирует движения конькобежцев,ходить и бегать парами разным темпом. Учить нанизывать кольца на колышбос, прыжкам с разбега в высоту, отталкиваясь двумя ногами, через веревку.Развивать глазомер, ловкость, координацию движений.</p>
<b>Көп келдін, Жанаңа жыл!</b> Страна встречает Новый год! (5- неделя)	<p><b>40.</b> Упражнять в умении ходить по кругу, перестраиваться в пары и обратно.Закрепить навыки нанизывания кольца на кольцеброс, прыжкам с разбега в высоту.Развивать глазомер, ловкость, координацию движений.</p>
<b>Ай тақырыбы. Кантар - «Кыстың тамаша кезі!»</b> <b>Январь Тема: «Зима прекрасная пора»</b>	<p><b>41.</b> Учить прыгать в высоту с разбега. Прыжки чередуя прыжок на двух, одной ноге, продвигаясь вперед (расстояние 3-4м).</p> <p>Учить ползать по гимнастической скамейке ползтиваясь на руках .Перебрасывать мяч друг к другу двумя руками из-за головы.</p> <p><b>42.</b>Упражнять в хольбе по залу на носках, пятках, построение в колонну, построение в 3 колонны,бег врассыпную, змейкой, со сменой ведущего.Закрепить хольбу по наклонной доске боком, приставным шагом, ползание по гимнастической скамейке, ползтиваясь на руках с рюкзаком на спине.Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p><b>43.</b> Прыжки с поворотом на право, налево, кругом, перестроение в колону по одному, по два. Хольба на носочке, на пятках, бег в заданном направление, в рассыпную. Прыжки на двух ногах с продвижение вперед Учить ходить по канату приставным шагом (пяты на канате, носки на полу); прыгать через шнурьы, положенные на пол в ряд.</p>

<p><b>Кош келдін, Жана жыл!</b>  <b>Страна встречает Новый</b>  <b>год!</b>  <b>(1 - неделя)</b>  <b>1ч</b></p>	<p><b>44.</b>Построению в шеренгу, равнение на вытянутые руки в стороны.Хольбе приставным шагом на и в сторону.Легкий бег в сочетании с бегом с высоким подниманием колен, захлестом голени.  <b>Закрепить умение вести мяч между предметами двумя руками,ползание под дугами на четвереньках, толкай головой мяч.</b></p>
<p><b>Алакай кыс келді!</b>  <b>«Здравствуй, Зимушка-</b>  <b>зима»</b>  <b>(2 - неделя)</b>  <b>2ч</b></p>	<p><b>45. Физкультурный досуг: "У Мишки в гостях"</b>  <b>Цель:</b> Создавать у детей эмоциональный настрой, веселое, бодрое настроение. Развивать двигательные навыки, быстроту, гибкость, ловкость, координацию  <b>Игровая ситуация</b> " В гости к Мишке". Зарядка вместе с Мишкой.  <b>Игры:</b> " Мишка", " Из обруча в обруч", " Пробеги с мячом", " У медведя во бору".</p> <p><b>46.</b>Упражнять в умении ходить по кругу, процессе ходьбы перстраиваться в пары и обратно. Закрепить прыжок с разбега в высоту. Развивать глазомер, ловкость, координацию движений.      Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. Упражнять хольбе по залу на носках, пятках, построение в 3 колонны. Бег вразсыпаную, змейкой, со сменой ведущего. Закрепить хольбу по наклонной доске боком, приставным шагом. Ползание по гимнастической скамейке,подтягиваясь на руках.Перебрасывать мяч друг другу двумя руками из за головы.</p>
<p><b>Кыстап калатын кустра.</b>  <b>«Зимующие типсы»</b>  <b>(3- неделя)</b>  <b>3ч</b></p>	<p><b>47</b> Учить бегать по наклонной доске, спускаясь шагом. Прыгать попаременно на правой и левой ноге.  <b>Учить прыгать попаременно на правой и левой ноге. Перебрасывание мяча друг к другу двумя руками из-за головы, стоя на коленях в ширенге.</b>      Учить ходить по канату приставным шагом (пятки на канате, носки на полу); прыгать через шнуры, положенные на пол в ряд.</p> <p><b>48.</b>Закрепить навык умения держать осанку при хольбе, беге. Упражнять проходить расстояние с закрытыми глазами(Змегра). Построение в круг, размыкание на вытянутые руки. Бег линией змейкой. Учить бегать по наклонной доске вверх, спускаясь шагом вниз, прыгать на правой и левой ноге. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками из-за головы стоя на коленях в ширенге.</p>

		<b>49.</b> Упражнять в хольбе широким шагом с перехватом шнура в другую руку. В процессе хольбы построение в 2-3 колонны. Бегать легко, выполняя элементы казахского национального танца. Закрепить хольбу по канату приставным шагом, пролезать в обруч правым и левым боком, не касаясь верхнего края.
<b>Жануарлар қалай күстійді.</b>  «Как зимуют звери?»	<b>( 4 - неделя)</b>  2ч	<b>50.</b> Учить пролезать в обруч правым и левым боком, не касаясь верхнего края. Перепрыгивание на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке Учить вести мяч двумя руками вперед шагом. Бег парами меняя направление. Построение в круг. Бегать по наклонной доске, сохраняя правильную осанку
<b>Жақын майдагы керемет. «Прекрасное рядом (явление неживой природы)»</b>  (1 – неделя)  3ч		<b>51.</b> Упражнять детей в хольбе с изменением положения рук по сигналу. Бег в сочетании с другими видами движения. Построение в 3 колонны. Развивать навыки передачи движений животных. Закрепить навык лазания по лестнице одноименным способом. Хольба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прыжки через длинную скакалку на двух ногах. Упражнять детей в хольбе с изменением положения рук по сигналу. Бег в сочетании с другими видами движения. Построение в 3 колонны. Развивать навыки передачи движений животных. Закрепить навык лазания по лестнице одноименным способом. Хольба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прыжки через длинную скакалку на двух ногах. Лазание по гимнастической стенке до верха, с переходом на другой пролет, не пропуская реек.
		<b>Ай тақырыбы. Актап – «Бізді коршаған әлем»</b>  Февраль тема: «Мир вокруг нас»
		<b>52.</b> Учить перепрыгивать на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке. Перебрасывать мяч друг к другу двумя руками из-за головы, стоя на коленях. Учить прокатывать обручи и пролезать в них. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при хольбе по ограниченной поверхности шагом, на носках. Бросание мешочеков в обруч одной рукой снизу. Переступать ногами, держась за канат.
		<b>53.</b> Учить сохранять правильную осанку при хольбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прягать через длинную скакалку на двух ногах. Учить сохранять правильную осанку при хольбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Лазать по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек, с переходом на другой пролет и спускаться вниз. Учить бегать по наклонной доске, сохраняя правильную осанку. Перепрыгивание на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке

		<p><b>54.</b> Упражнять бегать приставным шагом вправо, влево с изменением темпа движения, со сменой ведущего. Перестраиваясь из одной шеренги в две и обратно. Ходьба с пятки на носок, обычная ходьба, по сигналу поворот прыжком. Учить бегать по наклонной доске, прыжки на двух ногах через бруски, положенные в шахматном порядке.</p>
	<p><b>Коллектив</b> «Гранспорт» (едет, плывёт, летит.) (2 - неделя) 2ч</p>	<p><b>55. Физкультурный досуг: "Незнайка в гостях у Светофора".</b> Цель: Расширение представлений о важности соблюдения правил дорожного движения. Обогащение двигательной активности детей. Воспитание дисциплинированности, культуры поведения в обществе, желания помочь. <b>Гимнастика под музыку Светофор.</b> Игры: " Построй светофор", "Огни светофора", " Найди свой знак"</p>
	<p><b>Техника және біз!</b> «Техника и мы» Электроприборы (3 - неделя) 3ч</p>	<p><b>56.</b>Упражнять в построении в колонну - шеренгу (расчет по порядку номеров) и размыкание приставным шагом. Проходить 4 метра с закрытыми глазами. Бег со сменой направления движения по сигналу. Прыжки на двух ногах правым и левым боком. Учить перекатывать обруч и пролезать в него. Упражнять в построении в колонну - шеренгу (расчет по порядку номеров) и размыкание приставным шагом. Бег со сменой направления движения по сигналу. Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по бревну.</p>
	<p><b>57.</b>Учить: Ходить по наклонной доске боком.Работа на гимнастических кольцах: вис, раскачивание, сосок. Бросание мяча вверх двумя руками, ловля после хлопка в ладоши Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой. Прыжки через пупфики правым и левым боком, на двух ногах с продвижением вперед</p>	<p><b>58.</b> Бегать змейкой между предметами, с выполнением задания. Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Прягать через палки, положенные в ряд. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по бревну. Прокатывание обруча и пролезание в него.</p>
	<p><b>59.</b> Упражнять в ходьбе в колонне по одному. Самостоятельно строиться в один, два круга. Ходить в полуприсяде на согнутых ногах. Бегать змейкой между предметами с выполнением задания. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке.</p>	<p><b>60.</b> Упражнять в ходьбе в колонне по одному. Самостоятельно строиться в один, два круга. Ходить в полуприсяде на согнутых ногах. Бегать змейкой между предметами с выполнением задания. Учить сохранять правильную осанку при ходьбе по скамейке.</p>

<b>Жиһаздар мен ылдыстар.</b> <b>«Мебель, посуда»</b> <b>(4 - неделя)</b> <b>2ч</b>	<b>60.</b> Учить: Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз) Прыжки через короткую скакалку на двух ногах с продвижением вперед. Ползать на животе наперегонки до обозначенного места, и подлезать под гимнастическую скамейку. Учить координировать движения рук и ног при ходьбе. Учить кружиться парами, держась за руки. Бросать о стену мяч и ловить двумя руками после отскока от пола (не менее 10 раз). Бег по гимнастической скамейке...
<b>Әжелер мей аналар</b> <b>Мерекесі.</b> <b>Праздник бабушек и мам.</b> <b>(1 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<b>61.</b> Продолжить закреплять навыки ходьбы на прямых жестких ногах, не стибая колени. Построение в пары и обратно в колонну. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой. Прыжки через пуффики правым и левым боком на двух ногах с продвижением вперед. Развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, ног и стопы. Продолжать закреплять навыки ходьбы на прямых жестких ногах, не стибая колени. Построение в пары и обратно в колонну. Учить сохранять равновесие и правильную осанку при ходьбе по наклонной доске боком. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой.
<b>Ай тәкірыбы: Наурыз: "Халық - опердің қайнар көзі"</b> <b>Март тема: «Народ источник искусства»</b>	<b>62.</b> Учить ходить по наклонной доске с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Метание мячика в корзину на расстоянии 3 - 4 м; Бросание мяча вверх и ловля одной рукой. Учить выполнять упражнение «Ласточка»; упражнение на, выс стоя, захватив канат руками над головой. Переползать через препятствие и подлезанием под дугу не касаясь руками пола. Учить метанию вдаль из-за головы правой и левой рукой, ползанию на четвереньках между предметами

<b>(2 - неделя)</b> <b>2ч</b> <b>Игровые упражнения:</b> Бросание мяча вдаль, Прыжки на фитнес мяче <b>Игры:</b> "Лети мой мяч"	<p>Развивать ловкость, быстроту, координацию движения.</p> <p>Эстафеты: Бег с мячом, прокати мяч.</p> <p>Гимнастические упражнения: Бросание мяча вдаль, Прыжки на фитнес мяче.</p>
<b>Наурыз-жанару мерекесі!</b> <b>Наурыз -праздник обновления!»</b> <b>(3 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<p>66. Упражнять в хольбе, держа руки за головой сохраня равновесие. Учить вису на гимнастической стенке, поднимая прямые ноги, разводить ноги в стороны и сводить. Метание - попасть набивным мячом в детей стоящих на бревне, гимнастической скамейке.</p> <p>Учить сохранению равновесия при хольбе по гимнастической скамейке, метанию мяча вдаль из-за головы правой и левой рукой.</p>
<b>Наурыз-жанару мерекесі!</b> <b>Наурыз -праздник обновления!»</b> <b>(3 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<p>67.Учить движением в соответствии с характером музыки; сохранению равновесия при хольбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках; прыжкам на двух ногах с обруча в обруч.</p> <p>Учить бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обруч.</p> <p>Учить хождению по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; прыжкам через рейки, шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p>
<b>Наурыз-жанару мерекесі!</b> <b>Наурыз -праздник обновления!»</b> <b>(4 - неделя)</b> <b>1ч</b>	<p>68. Упражнять входьбе, держа руки за головой, сохраняя равновесие. Перестроение из одной колонны в три. Бег на 20-30метров. Учить ходить по наклонной доске, с сохранением осанки. Пролезать между рейками, поставленной на бок лестницы. Метание мелочкой в корзину. Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой.</p> <p>69.Учить хождению по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; прыжкам через рейки, шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p> <p>70.Учить прыжкам с зажатым мячом между ног; закрепить перебрасывание мяча друг к другу.</p> <p>Учить сохранению равновесия при хольбе с перешагиванием через предметы. Произвольно прыгать со скакалкой.</p> <p>Учить ползать с ползанием под дуги.(40см)</p>
<b>Алакай, көктем келді!</b> <b>«Весна-красна!»</b> <b>(5 - неделя)</b> <b>3ч</b>	<p>71. Упражнять в хольбе с изменением направления движения между предметами.Построении в колонны, повороты направо, налево на месте. Бег с ловлей и квартшиванием.</p> <p>Бис на гимнастической стенке, поднимая ноги в стороны, разводить и сводить их.</p> <p>72. Учить прыжкам через предметы; перебрасывание мяча одной рукой друг к другу, стоя в колонне, кругу; закреплять - ходить по гимнастической скамейке с перепагиванием через предметы.</p> <p>Учить хольбе по канату с мелочком на голове; Учить движениям в соответствии с характером музыки, сохранению равновесия при хольбе по ограниченной поверхности приставным шагом, на носках; прыжкам на двух ногах с обруча в обруч.</p>

	<p>Учить бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обручах,хватив канат руками над головой, подняться на носки.</p> <p>Учить метание вдаль из-за головы правой и левой рукой, ползании на четвереньках между предметами.</p>
	<p>73. Упражнять в построении в шеренгу, колонну, ходьбе широкими шагами, высоко поднимая согнутую ногу.</p> <p>Учить бросанию и ловле мяча руками, не прижимая к груди. Закрепить прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>Учить прыжкам с закатым между ног мячом, перебрасывать мяч друг другу.</p>
	<p><b>Ай тақырыбы: Саүр: "Табигаттың ғұлденү"</b></p> <p><b>Апрель Тема: «Расцветание природы»</b></p>
<b>Алғашкы көктемгі құстар. «Первые весенние птицы» ( 1 - неделя)</b>	<p><b>3ч</b></p> <p>74. Упражнять в ходьбе с перекатом с пятки на носок, бег мелким и широким шагом, вразсыпную, построение в колонну, чередуя построение в пары на месте, выполнять танцевальные элементы, учить прыжкам с закатым между ног мячом, лазание по наклонной лесенке на четвереньках, закрепить перебрасывание мяча друг другу.</p>
	<p>75. Упражнять в построении в колонну, переногу по одному. Ходьбе полууприяде. Учить: прыгать в длину с места, приземляясь на полусогнутые ноги; метать мячик в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.</p> <p>Учить ползать на животе по гимнастической скамейке с мячиком на спине. Учить лазать по веревочной лестнице, одноименным способом Физкультурный досуг: "Будущие космонавты"</p> <p>Цель: развивать потребность в движениях, к здоровому образу жизни, вызывать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном досуге.</p> <p>Игры: " Построим ракету", "Луноход", "Звездное небо", "Самолеты" .</p>
	<p>76. Упражнять в беге вразсыпную, перестроении в колонну, нахождении соего места в колонне, бег на определенную дистанцию, учить сохранять равновесие при ползании на четвереньках, развивать ловкость, координацию движений. Закреплять произвольные прыжки со скакалкой.</p>
<b>Гарышпен танысу. «Знакомимся с космосом» ( 2 - неделя)</b>	<p><b>2ч</b></p> <p>77. <b>Физкульттурный досуг: " Будущие космонавты"</b></p> <p>Цель: развивать потребность в движениях, к здоровому образу жизни, вызывать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном досуге.</p> <p>Игры: " Построим ракету", "Луноход", "Звездное небо", "Самолеты".</p>
	<p>78. Формировать навык правильной осанки, упражнять в ходьбе в полуприяде, по канату, перстраиваться из шеренги в</p>

		колонну, работать над ритмичностью шага. Учить прыгать через рейки, ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы.
<b>Әсімдіктер алемі. «Мир растений!» ( 3 - неделя)</b>	<b>3ч</b>	<b>79.</b> Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, построение в колонну по 1 в движении. Закрепить умение ходить на носках с захватом каната над головой.Бег длинной змейкой, по сигналу присесть, затем быстро встать на ноги и продолжить бег.
<b>Бір шанырак астында! «В семье единой» ( 4 - неделя)</b>	<b>2ч</b>	<b>80.</b> Учить ходить по гимнастической скамейке, с перекладывание на каждый шаг вперед мяча из руки перед собой. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед Учить лазать по гимнастической стенке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед; перебрасывание мяча друг к другу из-за головы, стоя в шеренгах и на коленях <b>81.</b> Учить ходить по гимнастической скамейке, с перекладывание на каждый шаг вперед мяча из руки перед собой. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с продвижением вперед Учить лазать по гимнастической стенке до верха с переходом на другой пролет и спуском вниз. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед из-за головы, стоя в шеренгах и на коленях
<b>Бір шанырак астында! «В семье единой» ( 4 - неделя)</b>	<b>2ч</b>	<b>82.</b> Учить легко бегать по гимнастической скамейке, на конце присесть, руки вытянуть вперед, сосок на обозначенное место, ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках. Учить спрыгивать на согнутые ноги с высоты в обозначенное место. (высота 30 см) Учить бегать парами с ускорением, врасыпную; перестраиваться в несколько колонн Учить бегать по гимнастической скамейке с рюкзаком на спине. Прыгать через предметы, правым и левым боком на двух ногах, продвигаясь вперед. Ползать до флагшка, прокатывая перед собой мяч головой <b>83.</b> Упражнять ходьбе по кругу направо налево, на носочках , пятках, в полуприятие спокойно, в темпе в чередовании с бегом. Бег с изменением положения рук. Закрепить прыжок на месте, прыжок в длину с места. Метать мячик в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча.
<b>Ай тақырыбы: Мамыр: "Әрқашан күн сөбесін!"</b> <b>Майт тема: «Пусть всегда будет солнце»</b>		
<b>Әлемдегі күзет! На страже мира! (Армия РК, ветераны ВОВ)»</b>	<b>1 - неделя)</b>	<b>84.</b> Учить бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обхвате; закрепить бег со средней скоростью <b>85. Физкультурный досуг: "Аты-Баты или солдаты"</b> Цель: способствовать участию детей занятием спорта. Закреплять ранее изученные навыки: бег,прыжки, метание в цель.

<b>2ч</b>	Воспитывать чувство патриотизма, воспитывать умение быть организованными, поддерживать дружеские отношения со сверстниками.
<b>Я и окружающая среда. (2 неделя)</b>	<b>Игры:" Кто первый", " Попали в цель ", " Меткие стрелки".</b>
<b>2ч</b>	<p><b>86.</b> Упражнять в хольбе с изменением направления движения между предметами.Построение в колонны, повороты направо, налево на месте. Бег с ловлей и квартеванием.</p> <p>Выс на гимнастической стенке, поднимая ноги в стороны, разводить и сводить их. Учить прыжкам с закатым мячом между ног. Закрепить перебрасывание мяча друг к другу</p> <p><b>87.</b> Упражнять детей в хольбе с перепативанием через предметы, с выпадами спиной вперед, построение в колонны, соблюдая дистанцию, умении размыкаться на вытянутые руки вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу, перестроение в две колонны.</p> <p>Хольба по канату приставным шагом, прыжки через предметы</p>
<b>Жәнлітер мен космекенділер.</b>	<p><b>88.</b>Учить бросанию и ловле мяча двумя руками, не прижимая к груди; закрепить прыжки на двух ногах с обруча в обр Учить хождению по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы; прыжкам через рейки, шнуры, предметы; закрепить бег со средней скоростью</p>
<b>Насекомые земноводные (3 неделя) 3ч</b>	<p><b>89.</b> Упражняться строиться в два круга, шеренгу, 2 колонны, в хольбе спиной вперед, поворачиваться на месте с прыжком в разные стороны. Закрепить навыки хольбы по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные чайки.</p> <p>Лазание по веревочной лестнице односторонним способом.</p> <p><b>90.</b>Упражнять детей в хольбе с переплаганием через предметы, с выпадами спиной вперед, построение в колонны, соблюдая дистанцию, умении размыкаться на вытянутые руки вперед. Бег длинной и короткой змейкой с поворотом кругом по сигналу, перестроение в две колонны.</p> <p>Хольба по канату приставным шагом, прыжки через предметы</p>

Итого часов :90