

«УТВЕРЖДАЮ»

ДО «Балауса»

в.н.о. заведующий

Аманбаева Ү.А.

«16» май 2021 г.



«СОГЛАСОВАНО»

ДО «Балауса»

методист

Аманбаева Ү.А.

«16» май 2021 г.



ГОДОВОЙ ПЛАН РАБОТЫ
Средняя группа «КОЛОКОЛЬЧИК»

Спорт инструктор: Жауғашар А.Б.

2021-2022 учебный год

Физкультурные занятия для средней группы

№	Месяц	Темы	Цель	Часы
1	Сентябрь	Детский сад	<p>1.учить находить свое место в колонне; закреплять умение энергично отталкиваться от пола двумя ногами одновременно; упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать умение сохранять равновесие; ловкость, внимание, формировать интерес к занятиям физической культурой в детском саду.</p>	
			<p>2 «Мы немножко порезвились» 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. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Игра: «Кролики».</p>	
			<p>3 «Мы ловкие ребята» учить выполнять подскоки, ноги вместе, ноги врозь; закреплять умение шагать ритмично и изменять направление при ходьбе в колонне по сигналу педагога; упражнять в ползании в разном направлении, не сталкиваясь друг с другом; развивать ловкость, координацию движений и ориентировку в пространстве спортивного зала</p>	
			<p>1 «Разноцветные кегли» учить прокатывать мяч друг другу из исходного положения сед на пятки, сохраняя направление движения мяча; закреплять умение прыжком ставить ноги врозь и вместе, слегка сгибая ноги в коленях; упражнять в ходьбе по залу в разном направлении; совершенствовать умение огибать предметы слева и справа; воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации</p>	

			самосовершенствоваться.	
			<p>2«На лесной полянке. учить ползать на четвереньках (на расстояние 6 м), сохраняя направление движения; закреплять умение прокатывать мяч друг другу; развивать силу толчка мяча, соответствующую расстоянию; развивать общую выносливость, ловкость, координационные способности; способствовать воспитанию экологической культуры, эстетического восприятия окружающего мира.</p>	
			<p>3 «Осенний букет» учить ходить по шнуру, положенному прямо, сохраняя равновесие; закреплять умение согласовывать движения рук и ног при ползании на четвереньках с опорой на руки и колени; упражнять в ритмичном подпрыгивании - ноги вместе, ноги врозь с выполнением хлопков над головой; воспитывать эстетику, доброжелательное отношение к окружающим.</p>	
			<p>1 «Игры на поляне» учить бегать в колонне по одному, сохраняя направление движения; закреплять умение сохранять правильное положение головы при ходьбе по шнуру; упражнять в катании мячей в произвольном направлении; обогащать двигательный опыт посредством использования игр, воспитывать доброжелательность, привычку к активному отдыху и игровой деятельности на занятиях физической культуры</p>	
			<p>2. «Упражнения с флажками» учить выполнять подскоки (одна нога вперед, другая назад); упражнять в ползании на четвереньках, сохраняя направление движения; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное</p>	

			<p>мироощущение, организованность. закреплять умение бегать легко и ритмично с естественными движениями рук, не выходя из колонны;</p> <p>упражнять в ползании на четвереньках, сохраняя направление движения; развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать позитивное мироощущение, организованность в игровой деятельности.</p> <p>3. «Играй и здоровье укрепляй!»</p> <p>учить энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча; закреплять умение последовательно менять положение ног в подскоке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, профилактика нарушений осанки;</p>	
			<p>1 «Играем с обезьянкой».</p> <p>учить ползать на четвереньках под веревку, не касаясь ее головой; закреплять умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер; выполнять ОРУ со стулом; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми; воспитывать выдержку, организованность.</p>	
			<p>2 «Станем красивыми»</p> <p>учить ходить по ленте, положенной по кругу, сохраняя равновесие; профилактика нарушений осанки; продолжать развивать координацию работы рук и ног при ползании на четвереньках, закреплять умение группироваться и не задевать ленту; формировать мотивацию самосовершенствоваться, воспитывать привычку к занятиям спортом, желание быть красивыми.</p> <p>Игра: «Кто быстрее добежит до стульчика».</p>	

			<p>3«Необычный шнур» учить ритмично ходить и бегать в колонне, сохраняя строй, согласовывая свои действия с действиями других; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру; упражнять в катании мячей друг другу; развивать глазомер, интерес к занятиям физкультурой; воспитывать самостоятельность, организованность. П/игра: «Соқыр теке».</p>	
2	Октябрь	Здравствуй осень золотая	<p>1 «Гуляем по дорожке» Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упр. в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании на месте. П/и «Найди себе пару»</p>	
			<p>2«Достань до предмета» Учить детей энергичному отталкиванию от пола и приземлению на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. П/и «Самолёт»</p>	
			<p>3«Ловкие – умелые» Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; разучить подбрасывание мяча вверх и ловлю его двумя руками; упражнять в подлезании под шнур.</p>	
			<p>1 «В гости к Мишутке» Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы и бега; учить умению детей группироваться при подлезании под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. П/и «У медведя во бору»</p>	

			<p>2 «Поможем Зайке стать здоровым» учить прыгать достаточно высоко, чтоб повернуться в сторону; закреплять умение чередовать ходьбу и бег в колонне, соблюдая одинаковый темп движения; упражнять в ползании на четвереньках последовательно под тремя дугами; развивать ловкость и гибкость; воспитывать бережное отношение к своему здоровью, мотивацию к здоровому образу жизни. М/игра: «Сбей кеглю».</p>	
			<p>3 «Станем внимательными» учить менять направление мяча при катании между предметами; закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, вокруг себя; развивать внимание, координационные способности; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, способствовать формированию социальной компетентности. П/игра: «Догони голубя».</p>	
			<p>1 «Орамал» продолжать учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени, учитывать высоту поднятого предмета при ползании под него; закреплять умение легко подталкивать мяч пальцами рук и менять направление мяча при катании между предметами; способствовать формированию социальной компетентности, толерантности, обогащать двигательный опыт посредством использования казахских игр. М/игра: «Ұшты, ұшты».</p>	
			<p>2 «Разноцветные платочки» учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки); закреплять умение координировать работу рук и ног при ползании, не касаться палки при ползании под ней; упражнять в энергичном</p>	

			подпрыгивании с поворотами направо и налево; формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. М/игра: «Шарики и столбики».	
			3»Мышки – шалунишки» Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед П/и «Кот и мыши»	
			1 «Дружат дети, дружат звери» Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета, упражнять в прокатывании мяча.	
			2«Играем с медвежонком» Закреплять у детей умение ходить в колонне по – одному, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, подлезании под дугу.	
			3«Ножки бежали по дорожке» Учить детей ходьбе и бегу в колонне по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	

3	Ноябрь	Транспорт	<p>1 «Мы куклы» учить выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично, легко бегать; Упражнять в равновесии, закреплять умение ходить по шнуру с мешочком на голове сохраняя правильное положение головы. Формирование навыка красивой походки, профилактика нарушений осанки. М/игра: «Великаны и карлики».</p>	
			<p>2. « Волшебный сундучок» Учить шагать более широким шагом с естественными движениями рук по дорожке между двумя параллельными линиями. Закреплять умение четко выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением, ходить ритмично, легко бегать вперед-назад с естественными движениями рук. Упражнять в катании мячей друг другу , развивать глазомер. Игра «Прыгни – повернись»</p>	
			<p>3.«Лесные загадки» учить выполнять невысокие прыжки, отталкиваясь носками обеих ног; закреплять умение согласовывать шаг с естественными движениями рук, не выходить за пределы линий; упражнять в ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни П/игра: «Кетті, кетті орамал».</p>	
			<p>1«Ловишки» учить подбрасывать мяч вперед-вверх, ловить его двумя руками; закреплять умение ритмично выполнять невысокие поскоки с незначительным сгибанием ног в коленях; упражнять в ходьбе по шнуру мешочком на голове. Продолжать формироватьнавык красивой походки. Игра: «Аларман»</p>	
			<p>2 «Мой веселый звонкий</p>	

			указания педагога точно и быстро, согласовывать свои действия с действиями других детей, воспитывать аккуратность, коллективизм. П/игра: «Цветные автомобили».	
			3«Белочка в гостях у ребят» Учить координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх; закреплять умение активно выносить руку над плечом вперёд – вверх и придавать силу броску при метании вдаль; упр. в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч. П/и «Орнынды тап»	
			1 «Физкультура для зайчат» Учить детей ходить и бегать по кругу взявшись за руки; упр. в ходьбе и беге на носках; продолжать учить приземляться на полусогнутые ноги; упр. в перебрасывании мяча друг другу П/и «Самолёты»	
			2«Айгуль играет вместе с детьми» Упр. детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; учить бросать мяч о землю и ловить его двумя руками; закреплять умения ползать на четвереньках. П/и «Лиса в курятнике»	
			3«Играем с флажками» Упр. в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; повторить ходьбу и бег с остановкой по сигналу воспитателя; учить ползать на животе, закреплять умение сохранять устойчивое равновесие и правильную осанку в ходьбе по уменьшенной площади опоры. П/и «Цветные автомобили»	

4	Декабрь	Мой Казахстан	<p>1 «Станем ловкими» учить бросать мяч вертикально вниз об пол и ловить его двумя руками после отскока; упражнять в прыжке вверх на двух ногах с 4 шагов, согласованной работе рук и ног при выполнении толчка; упражнять в ходьбе в колонне со сменой направления; развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к занятиям спортом. Игра: «Кім зейінді?»</p>	
			<p>2.«Мы весёлые ребята» учить ползать между предметами, меняя направление и не задевая предметы; закреплять умение ловить мяч после отскока одновременным хватом с двух сторон свободными и не напряженными движениями кистей рук; способствовать формированию позитивного мироощущения, доброжелательности; воспитывать привычку к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой в семье. П/игра: «Мы веселые ребята».</p>	
			<p>3«Необычные скамейки» учить ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания, сохраняя устойчивое равновесие; закреплять умение ползать на ладонях и ступнях между предметами, согласовывать движения рук и ног и не задевать предметы; развивать ловкость, выносливость, координационные способности; воспитывать дисциплинированность, смелость. П/игра: «Балапандар».</p>	
			<p>1«Станем самостоятельными» учить бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, согласовывая спокойные движения рук в такт шагов; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильном положении головы при выполнении задания на повышенной опоре; совершенствовать умение</p>	

			<p>подбрасывать мяч вперед- вверх, ловить его согнутыми пальцами, не прижимая к себе; воспитывать самостоятельность, уверенность; формировать мотивацию самосовершенствоваться, привычку к здоровому образу жизни. П/игра: «Стань первым»</p>	
			<p>2«Весёлые мышки» учить прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног; закреплять умение обегать предметы, не задевая их (профилактика плоскостопия - укрепление свода стоп); упражнять в катании футболов друг другу, развивать глазомер, выразительность движений; воспитывать чуткость и доброжелательность. П/игра: «Мыши в кладовой».</p>	
			<p>3«Научим гномика смеяться» учить бросать мяч вертикально вниз об пол и ловить его двумя руками после отскока; закреплять умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками; формировать умение дышать свободно, не задерживать дыхание; воспитывать доброжелательность, желание помочь другим, необходимости заботиться об окружающих. П/игра: «Қасқыр мен лақтар».</p>	
			<p>1«Станем сильными как папы» учить ползать по гимнастической скамейке на животе, держась за края скамейки и подтягиваясь руками; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу, ловить его одновременным хватом с двух сторон свободными движениями кистей рук; упражнять в ходьбе на носках, руки к плечам, сохранять равновесие, не выходить за пределы линий; воспитывать привычку к здоровому</p>	

			<p>образу жизни, ценностного отношения к семье и близким. П/игра: «Тулпар».</p>	
			<p>2«Наш маленький стадион» продолжать учить сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; закреплять умение принимать правильное положение тела и подтягивать его энергичными движениями рук; развивать общую выносливость, силу; продолжать формировать представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать привычку к здоровому образу жизни, ценностного отношения к своему здоровью и близким. П/игра: «Не боюсь».</p>	
			<p>3«Мы любим играть» Учит детей сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры; упражнять в перепрыгивании через препятствия П/и «Лиса в курятнике»</p>	
			<p>1«На прогулке» Учить бегать в колонне по одному. Сохраняя направление движения; закреплять умение сохранять правильное положение головы при ходьбе по шнуру; упр. в катании мячей в произвольном направлении. П/и «Скок – поскок»</p>	
			<p>2«Поиграем с зайкой» Упр. детей в ходьбе в колонне по одному; учить ловить мяч, брошенный товарищем; упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре. П/и «Зайцы и волк»</p>	
			<p>3«Вот пришли мы в зимний лес» Продолжать учить перестраиваться в пары из колонны по одному; уметь находить своё место в колонне; учить правильному хвату за края доски при ползании на четвереньках; упр. в умении сохранять равновесие в</p>	

			ходьбе на повышенной опоре. П/и «Птички и кошка»	
5	Январь	Зимы прекрасная пара	<p>1«Волшебные кубики Деда Мороза» закреплять умение перешагивать через предметы, сохраняя равновесие и правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в бросании мяча вертикально вниз об пол и ловле его двумя руками после отскока,; выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений; воспитывать выдержку, силу воли. П/игра: «Вороны».</p>	3.01
			<p>2«Необычные состязания» 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, использовать все пространство зала, не мешать друг другу во время ходьбы; совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, П/игра: «Птички и кошка».</p>	5.01
			<p>3«Играем с гномиком» учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 1.5м, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами; закреплять умение выполнять резкие движения руками вниз -вперед, энергичный вынос обеих ног в прыжках в длину с места, приземление на полусогнутые ноги; П/игра: «Мыши в кладовой».</p>	06.01
			<p>1«Наурзумский заповедник» учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2м, следить за</p>	10.01

			<p>направлением полета мяча, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук; развивать выразительность движений, ритмичность; способствовать воспитанию экологической культуры, гражданственности. П/игра: «Қасқыр мен лактар».</p>	
			<p>2«Волшебный асык» учить сохранять правильное положение спины и головы, контролировать положение тела при ходьбе по повышенной опоре с мешочком на голове; закреплять умение сохранять равновесие при ползании по бревну; совершенствовать умение подбрасывать мяч вперед- вверх, не забрасывая за голову, и ловить его двумя руками; продолжать развивать двигательный потенциал посредством использования игр и игровых упражнений, развивать социальную компетентность, воспитывать доброжелательность, организованность. М/игра: «Асык кімде?»</p>	12.01.
			<p>3«1,2,3 – игрушка оживи!» 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, легко сходить с нее на носках; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; продолжать формировать навыки рационального дыхания; воспитывать бережное отношение к окружающему миру, ценностное отношение к своему здоровью. М/игра: «Шарики и столбики».</p> <p>1«Волшебная домбра» учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно,</p>	13.01.

			<p>мяч» учить правильно, группироваться и выпрямляться при подлезании под веревку правым и левым боком; закреплять умение подбрасывать мяч вперед-вверх, не забрасывая за голову и ловить его двумя руками; продолжать обогащать двигательный опыт детей, развивать желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. П/игра: «Птички и кошка».</p>	
			<p>3«Разноцветные мячи» Учить согласовывать свои действия в паре при ходьбе. Закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги. сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками. П/игра «Тым-тыракай» (III - неделя)</p>	17.01.
			<p>1«Играем в спортивном зале» учить согласовывать свои действия в паре при ходьбе; закреплять умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги, сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия; упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками; развивать координационные способности, внимание, ориентировку в пространстве зала; воспитывать организованность, выдержку. П/игра: «Қасқыр мен ләктәр».</p>	19.01
			<p>2«Акробаты» учить выполнять толчок ног в нужном месте: не слишком далеко и не подбегая под предмет; закреплять умение ходить и бегать в паре ритмично и легко; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по шнуру; развивать быстроту реакции, координацию движений; продолжать формировать умение выполнять</p>	20.01.

			исходное положение при выполнении прыжков в длину с места; закреплять умение быстро находить своё место в шеренге; совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направления движения мяча. Развивать глазомер, координацию движений, ловкость, внимание. П/и «Птичка и кошка»	
			2«Зоопарк» Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; закреплять умение отбивать мяч об пол; упражнять в ползании по скамейке на четвереньках П/и «Лошадки»	24.01.
			3«Игрушки» Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего, в ходьбе с высоким подниманием колен; закреплять умение правильно подлезать под шнур; сохранять равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке. П/и «Цветные автомобили»	26.01.
6	Февраль	Моя семья	1 «Мы стали большими» учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении стоя, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук; закреплять умение выдерживать темп движения, ставить ногу с пятки на носок, со спокойными, движениями рук, с расслабленными плечами; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя осанку; воспитывать привычку к занятиям, здоровому образу жизни. П/игра: «У медведя в бору».	27.01.
			2«Мы маленькие спортсмены» учить ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, координировать работу рук и ног; закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед- вверх энергичным выпрямлением согнутых рук, воспитывать привычку к занятиям,	31.01.

			<p>приземляться на носки, не наклоняя корпус вперед; закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением: ходить ритмично с высоким подниманием колен, выполнять плавные приседания; упражнять в перебрасывании мяча друг другу способом двумя руками из-за головы; развивать аналитическое мышление, внимание, слуховое восприятие, глазомер, способствовать формированию социальной компетенции, воспитывать старательность, уверенность. П/игра: «Қасқыр какпан».</p>	
			<p>2«Цветик – семицветик» 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; развивать координационные способности, общую выносливость, навыки рационального дыхания; представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать ценностное отношение к своему здоровью. П/игра: «Қарлығаш».</p>	2.02
			<p>3«Весёлые и ловкие» Учить бросать мяч вертикально вниз об пол и ловить его двумя руками после отскока; упражнять в прыжке вверх на двух ногах с четырёх шагов; упр. в ходьбе в колонне со сменой направления;и развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве. П/и « Кто внимательный?»</p>	3.02
			<p>1«Попади в цель» Учить принимать правильное</p>	

			здоровому образу жизни, гражданственность. П/игра: «Совушка».	7.02
			3«Станем солдатами» учить выполнять перекаат ступни с пятки на носок, сохранять равновесие при ходьбе по ребристой доске (профилактика плоскостопия); закреплять умение ползать между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу, не задевая их, быстро менять направление влево- вправо во время ползания; упражнять в прыжках на двух ногах по ограниченной площади М/игра:«Орнынды тап».	9.02
			1 «Мы топаем ногами, мы хлопаем руками» учить бегать в быстром темпе, делая широкие шаги, сочетать движения рук с тактом беговых шагов; закреплять умение выполнять перекаат ступни с пятки на носок, сохранять устойчивое равновесие (профилактика плоскостопия, укрепление свода стопы); упражнять в катании обруча, воспитывать выдержку, организованность. П/игра: «Перелет птиц».	10.02
			2«Лётчики» 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; закреплять умение чередовать ходьбу и бег, умение правильно держат корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед; упражнять в бросании мяча вдаль, воспитывать патриотизм, привычку к здоровому образу жизни. М/игра: «Слушай сигнал».	14.02
			3«Тренируемся как папы» учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя, придавать силу	16.02

		<p>броску энергичным выпрямлением согнутых рук; закреплять умение последовательно перепрыгивать из обруча в обруч, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоняя корпус вперед; развивать быстроту, силу, глазомер; продолжать формировать социальную компетентность; воспитывать ценностное отношение к семье. П/игра: «Птички и кошка».</p>	
		<p>1 «Обезьянка в гостях у ребят» продолжать учить выполнять правильный хват перекладины (4 пальца сверху, большой снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередуя шагами, согласовывать движения рук и ног; закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук; продолжать обогащать двигательный опыт детей посредством игровых упражнений; развивать ловкость, ориентировку в пространстве, ритмичность и выразительность движений; воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира. П/игра: «Зайцы».</p> <p>2 «Путешествие в Африку» учить сохранять равновесие, перешагивать через рейки лестницы высоко поднимая колени, сохраняя ровную осанку; закреплять умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз чередуя шагами, согласовывать движения рук и ног; упражнять в бросании мяча вдаль из-за головы в положении «малдас»; развивать силу броска, умение выполнять энергичное выпрямление рук; продолжать развивать ориентировку в пространстве, общую выносливость, ритмичность и выразительность движений, умение согласовывать свои движения с движениями других детей,</p>	<p>17.02</p> <p>21.02.</p>

			воспитывать любознательность, желание путешествовать. Игра: «Найди себе пару».	
			3«В гости к бабушке» Учить прыгать вверх, доставая до предмета рукой. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади. Развивать ловкость, быстроту. Воспитывать самостоятельность, творчество, интерес к занятиям физкультурой. П/и «Найди свой домик»	23.02
			1 «Веселые зверюшки» Учить катать мяч друг другу стоя, сохраняя направление движения мяча. Закреплять умение энергично отталкиваться от поверхности двумя ногами одновременно. развивать глазомер, внимание; воспитывать организованность, формировать умение выполнять указания педагога. П/и «Зайцы и волк»	24.02
			2 «Гуляем около озера» Закреплять у детей умение ходить с изменением направления движения; упр. в ходьбе и беге в рассыпную; упражнять в лазании по наклонной доске. П/и «Перелёт птиц»	28.02
			3«Шарики – фонарики» Упр. детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; продолжать учить ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках П/и «Воробышки и автомобиль»	2.03

			<p>мяч вперед- вверх; развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми, соблюдать последовательность выполнения движений; развивать координационные способности, ловкость; воспитывать смелость, ценностное отношение к себе и к другим детям</p>	
			<p>2«Смешарик». учить сохранять устойчивое равновесие, расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; закреплять умение переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо, перехватывать руками перекладины лестницы в горизонтальном направлении; упражнять в прыжках в глубину с высоты 20 см; развивать внимание, умение выполнять движения в соответствии с изображением на картинке; воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение, бережное отношение к окружающим. П/игра: «Жмурки».</p>	14.03.
			<p>3«Хорошее настроение» учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными подскоками; закреплять умение расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка; упражнять в катании фитболов, в отталкивании его энергичным движением рук; воспитывать доброжелательность, умение помогать друг другу. П/игра: «Қасқыр қақпан».</p>	16.03
			<p>1 «Игровое лото» учить энергично отталкиваться от поверхности скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании; закреплять умение выносить вперед одну ногу и</p>	17.03

7	Март	Мир природы	<p>1 «Юные пожарные» учить выполнять приставной шаг вправо, без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо; закреплять умение ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы, высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок, держать корпус прямо, сохранять устойчивое равновесие; упражнять в ползании между перекладинами лестницы, стоящей боком на полу; развивать силу, ловкость. П/игра: «Кто соберет больше лент?»</p>	3.03.
			<p>2 «Играем с друзьями» учить активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки; закреплять умение ритмично выполнять приставной шаг влево, без заметного сгибания ног в коленях, не поворачивать плечи; упражнять в беге «змейкой», совершенствовать умение менять направление бега между предметами; продолжать М/игра: «Лови-бросай».</p>	7.03.
			<p>3«Тулпар» учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м; закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед; развивать силу, быстроту, ловкость; воспитывать социальную компетентность, толерантность. М/игра: «Тулпар».</p>	9.03.
			<p>1 «1,2,3 – повтор!» 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, натянутую на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 м, направлять</p>	10.03

			<p>приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом; упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки; продолжать развивать двигательный потенциал посредством игр, формировать социальную компетентность, воспитывать организованность, выдержку. П/игра: «Мысык пен тышкан».</p>	
			<p>2«Волшебные скамейки» учить принимать положение, метать мяч вперед-вверх-вдаль энергичным выпрямлением руки; закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед; развивать глазомер, координацию движений, статистическое равновесие, интерес к занятиям физической культурой, воспитывать организованность, выдержку, двигательную находчивость. Игра: «Птички и кошка».</p>	24.03
			<p>3«Необычные гости» Упр. детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления, в беге в рассыпную; учить ходьбе и бегу по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через шнуры. П/И «Перелёт птиц»</p>	28.03
			<p>Физическая культура -3 1 «Смелый мышонок» Закреплять у детей умение ходить парами, бегать высоко поднимая колени; учить правильно занимать исходное положение в прыжках в длину с места; упражнять в бросании мешочков через сетку П/И «Бездомный заяц»</p>	30.03
			<p>2«Шустрые мячики» Учить катать мяч через ворота (ширина 60см), закреплять умение</p>	

			<p>энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног; формировать умение выполнять упражнения в общем темпе соблюдать правильное положение туловища, сохранять заданное направление движения развивать ловкость, силу, внимание; развивать глазомер Воспитывать культуру поведения в спортивном зале П/и «Быстрее к своему месту»</p>	31.03
			<p>3«Поможем коlobку» Закреплять умение катать мяч друг другу стоя. Развивать координацию движений, ловкость, выносливость. Воспитывать желание заниматься и выполнять упражнения вместе со всеми. П/и «Платок»</p>	04.04
8	Апрель	Здравствуй первая капель	<p>«Белочка в гостях у ребят» учить координировать движения рук и ног при ползании по наклонной доске вверх; закреплять умение активно выносить руку над плечом вперед-вверх и придавать силу броску при метании вдаль; упражнять в последовательном перепрыгивании из обруча в обруч, энергично отталкиваясь двумя ногами одновременно и мягко приземляясь на полусогнутые ноги; воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми. М/игра: «Орнынды тап».</p>	6.04
			<p>2«Играем с асыками» учить сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, расходиться вдвоем на скамейке, начиная идти с двух сторон; закреплять умение держаться за края наклонной доски (4 пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед; упражнять в метании вдаль одной рукой асыков, развивать силу броска; развивать кругозор детей через</p>	7.04

			<p>знакомство с элементами казахского народного быта, с играми; воспитывать толерантность. П/игра: «Қарлығаш».</p>	
			<p>3«Қоржын» Тема: «Қоржын». продолжать учить дышать через нос, бегать легко и ритмично, не поднимать высоко ноги, с естественным движением рук, не изменяя темпа бега; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке с выполнением задания: дойти до середины, развернуться и вернуться в исходную точку, согласовывать свои действия с действиями другого ребенка; развивать умение направлять асык вперед - вверх энергичным движением руки; общую выносливость, координационные способности; воспитывать толерантность, интерес к культуре Казахстана. П/игра: «Соқыр теке».</p>	11.04
			<p>1«Байконур» учить последовательно перепрыгивать через 2 предмета высотой 5см; закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы (профилактика плоскостопия); упражнять в лазании по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет приставным шагом вправо (3 перекладина); развивать ловкость, силу, быстроту реакции, внимание; воспитывать гражданственность, организованность, смелость, уверенность в своих силах. М/игра: «Кім зейінді?» (« Кто внимательный?»).</p>	13.04
			<p>2«Космическое путешествие» учить отбивать мяч об пол двумя руками, встречая мяч ладонью с разведенными пальцами, мягко давить на него сверху; закреплять</p>	14.04

		<p>умение последовательно перепрыгивать через три предмета, навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги; развивать внимание, воображение; координационные способности, общую выносливость, гибкость; представления о связи физических упражнений со здоровьем; воспитывать бережное отношение к себе, окружающему миру, дисциплинированность, смелость. П/игра: «Великаны и карлики».</p>	
		<p>3«Парк отдыха» продолжать учить лазать по гимнастической стенке, чередуя шаг, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол; закреплять умение отбивать мяч об пол двумя руками, не хлопая по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами; развивать смелость, самостоятельность, ловкость; воспитывать ценностное отношение к семье, близким, гражданственность, привычку к активному отдыху. М/игра: «Кім зейінді?». («Кто внимательный?»).</p>	18.04.
		<p>1«Весёлые соревнования» учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз; закреплять умение переходить с наклонной доски на гимнастическую стенку, приставным шагом влево, перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении; упражнять в последовательном перепрыгивании через три предмета, высотой 10 см; развивать ловкость, быстроту, внимание; продолжать формировать умение соотносить показ движения с его выполнением, умения соревноваться; М/игра: «Сбей кеглю».</p>	20.04

			<p>2«Необычные помощники» 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, подтягиваясь энергичным движением рук развивать координационные способности, силу; П/игра: «Скок-подскок».</p>	21.04
			<p>3«Задания с картинками» Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упр. в перепрыгивании через предметы П/и «Пробеги тихо»</p>	25.04
			<p>1«Игры на лесной поляне» Упр. детей в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, ходьбе и беге в рассыпную; закреплять умение принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; в метании мешочков в горизонтальную цель. П/и «Совушка»</p>	27.04
			<p>2«Весеннее настроение» Упр. детей в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную с остановкой на сигнал воспитателя; продолжать учить энергичному маху при метании мешочков на дальность; упр. в ползании на четвереньках. П/и «Воробышки и автомобиль»</p>	28.04
			<p>3«Все любят цирк» Закреплять у детей умение ходить и бегать парами; продолжать учить лазанью по гимнастической стенке; упр в ходьбе по ограниченной площади опоры П/и «Птички и кошка»</p>	2.05

9	Май	Профессии разные нужны, профессии разные важны	<p>1 «Смелые муравьишки» учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой; закреплять умение отставлять назад одну ногу и приставлять к ней другую, не поворачивать ступню приставляемой ноги носком внутрь, выполнять плавные приседания в чередовании с приставным шагом; упражнять в лазании по гимнастической стенке чередующимся шагом; П/игра: «Қарлығаш».</p>	4.05
			<p>2 «Волшебные мячки» учить отбивать мяч об пол одной рукой плавными движениями кисти рук, регулируя силу удара по мячу; закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки; упражнять в ходьбе по скамейке, умении согласовывать свои действия с действиями другого. П/игра: «Соқыр теке».</p>	5.05
			<p>3 «Баскетболисты» учить лазать по наклонной лесенке (положенной на третью перекладину гимнастической стенки), держась обычным хватом за перекладины, координируя движения рук и ног, переходить на гимнастическую стенку и спускаться с нее; закреплять умение отбивать мяч об пол плавным движением кисти рук, не хлопать по нему напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. М/игра «Хлопай».</p>	9.05
			<p>1 «Сундук с секретом» учить сохранять устойчивое равновесие на горизонтальном бревне, ходить на носках по бревну, держать корпус и голову прямо, легко сходить с бревна; закреплять умение лазать по наклонной лесенке, положенной с большим углом наклона (на четвертую перекладину гимнастической стенки), держась за боковые брусья хватом: 4 пальца</p>	11.05

		<p>снизу, большой - сверху, перехватывать руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении; упражнять в отбивании мяча об пол одной рукой; развивать самостоятельность, организованность, П/игра: «Мы веселые ребята».</p>	
		<p>2«Играем вместе с Айсулу» учить бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого; закреплять умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку; упражнять в метании асыков вдаль, развивать умение энергично выпрямлять согнутую в локте руку; продолжать формировать двигательный опыт посредством казахских игр, развивать интерес к казахским народным играм, воспитывать толерантность. П/игра:«Қасқыр қақпан».</p>	12.05
		<p>3«Разноцветные скакалки» учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскока; закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег; упражнять в сохранении устойчивого равновесия П/игра: «Найди себе пару».</p> <p>1«Айсулу и Серик в гостях у ребят» выпрямлением руки, развивать глазомер; закреплять умение выполнять ритмичные прыжки, через короткую скакалку прыгая над ней невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки; продолжать закреплять умение соревноваться, выполнять правила, воспитывать уважительное отношение к окружающим. П/игра: «Кетті, кетті орамал».</p>	16.05 18.05

		<p>2«Волшебные превращения» учить метать мяч в вертикальную цель энергичным выпрямлением руки, без остановки выполнять замах и бросок, развивать глазомер; закреплять умение ползать на ладонях и коленях, контролировать свои действия, сохранять спину ровной; формировать умение применять свой двигательный опыт в меняющихся условиях; воспитывать решительность, смелость. М/игра: «Пронеси не урони».</p>	19.05
		<p>3«Ловкие мышата» Упражнять детей в ходьбе парами, беге врассыпную» продолжать учить устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной и повышенной площади опоры; упражнять в прыжках в длину с места. П/и «Котята и щенята»</p>	23.05
		<p>1«Ребята в зоопарке» Развивать у детей умение ходить и бегать со сменой ведущего; упражнять в длину с места, приземляясь на полусогнутые ноги; повторять перебрасывание мяча друг другу. П/и «Котята и щенята»</p>	25.05
		<p>2«Весёлые обезьянки» Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную; закреплять умение метать в вертикальную цель и упражнять в ползании по скамейке П/ и «Зайцы и волк»</p>	26.05
		<p>3«На лесной полянке» Упр. детей в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий; продолжать учить лазанью по гимнастической скамейке на носках. П/и «У медведя во бору»</p>	30.05

«Денсаулық» саласы,
«Дене шығықтығы» бөлімі
жылдық жұмыс жоспары
«Қолқолы» 30 бет