


Согласовано: 
методист
КГКП «Ясли --- сад «Болашақ»
ОО по городу Риддеру УО ВКО
Бутина Н.А.



Утверждаю
заведующий
КГКП «Ясли --- сад «Болашақ»
ОО по городу Риддеру УО ВКО
Таукенова А.С.

**Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы
«Риддер қаласы бойынша «Болашақ» бөбекжайы
коммуналдық мемлекеттік қазыналық кәсіпорыны
дене шынықтыру бойынша ересектер тобының 2021-2022 жылына арналған
Күнтізбелік жоспары.**

**Перспективный план
по физической культуре для старших групп
на 2021 – 2022 учебный год
коммунального государственного казенного предприятия
«Ясли – сад «Болашақ»
отдела образования по городу Риддеру
управления образования Восточно – Казахстанской области**

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ 2021-2022 уч г
Образовательная область «Здоровье» старшая группа.

Месяц		Тема	Под тем ы	Этап занятия	Содержание
Сентябрь		Детский сад		Вводная	Разнообразные виды ходьбы: марш, на носках и пятках. Разнообразные виды бега: легкий бег, поскок, прыжки.
1-3			Мой детский сад	1 неделя: О.Р.У. О.В.Д.	Занятие типовое. «Мой детский сад» 1-2 Комплекс упражнений без предметов: «Мы спортсмены». Закрепить ходьбу по доске, лежащей на полу, на носках. (2-3р.) Разучить технику прыжка с места (показ инструктора). (2-3р.) Закрепить бросок мяча об пол и ловить его произвольное число раз. (2-3р.) П/игра «Ловишка». Игра м/п «Узнай чей голосок».
				Закрепление О.В.Д.	Ходьба по доске боком приставным шагом. (2-3р.) Прыжок в длину с места. (2-3р.) Бросать мяч о пол и ловить его после отскока. (2-3р.) Игры те же Психогимнастика: «Весело, грустно».
				О.Р.У. О.В.Д.	ОРУ «мы спортсмены» Пингвины»-прыжки на 2х ногах «Не промахнись-метание в гориз.цель» «По мостику»-ходьба на носках Подвижная игра «Ловишки» (с ленточками). Упр на дых «Ветерок»
6-10			Мои друзья	2-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие: «Путешествие с друзьями».1-2 ОРУ с мячами Закрепить перелезание через мини-лесенку. (2-3р.) Учить перебрасывать мяч друг другу снизу от живота. (2-3р.) Упражнять в ходьбе по ребристой доске. (2-3р.) П/игра «Паук и мухи» Игра м/п: «Великаны и гномы».
				Закрепление О.В.Д.	1. Перебрасывать мяч друг другу снизу. (2-3р.) 2. Перелезание через мини-лесенку. (2-3р.) 3. Игровое упражнение кто дальше прыгнет (2-3р.) Игры те же.

					<p>Типовое занятие «Дружим со смешариками» ОРУ с мячами</p> <p>1 «Мостик через реку»- берём своих друзей поднимаем высоко над головой(ходьба по мостику с мячом в руках над головой).</p> <p>2. « Извилистая дорожка»- (прокатывание мячей змейкой между кеглей.</p> <p>3. «Прыжки друзей» - (отбивание мячей о пол и ловля его двумя руками .</p> <p>Подвижная игра «Мышеловка» (с парашютом). Упражнения на расслабление</p> <p>Игровое занятие «</p>
13-17			Любимые игры игрушки	3-неделя. О.В.Д.	<p>Сюжетно-игровое занятие. «Магазин игрушек».1-2</p> <p>Комплекс упр с мячом.</p> <p>1. Прыжки с кочки на кочку, продвигаясь вперед на расстояние 3-4 метра (из обруча в обруч). 2р</p> <p>2.Ходьба по гимнастической скамейке с мячом перед собой.2р</p> <p>3.Подлезание под дугой боком с игрушкой в руках. 2р</p> <p>Подвижная игра «Найди себе пару»</p> <p>Игра мал подв «Карусели</p>
				Закрепле ние О.В.Д.	<p>Подлезание под дугой прямо. (2-3р.).</p> <p>Закрепить прыжки из обруча в обруч (2р.).</p> <p>Ходьба по доске боком. (2р.).</p> <p>Игры те же.</p>
				О.Р.У. О.В.Д	<p>Любимые игрушки» 3</p> <p>ОРУ «Игрушки»с мячами</p> <p>Ходьба по рейке, сохраняя равновесие-2р</p> <p>Прыжки через кубики -2р</p> <p>Метание в даль-2р</p> <p>Подвижная игра «Петрушка».</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Любимые игрушки».</p>
20-24			Мебель	4-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	<p>Игровое занятие «Путешествие в царство мебели.» 1-2</p> <p>Ору на стульчиках</p> <p>1.Прыжки с продвижением вперед 2—3 раза.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 2—3 раза.</p> <p>3.Бег змейкой между (стульчиками) 2-3</p> <p>Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p> <p>Игра мал.подв «В гостинной»</p>
				Закрепле ние О.В.Д.	<p>1.Прыжки с продвижением вперед 2—3 раза.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе. 2—3 раза.</p> <p>3.Ходьба змейкой между (стульчиками) 2-3</p> <p>Игры те же.</p>

				О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «Магазин мебели» 3 Ору на стульчиках 1. Ходьба змейкой между (стульчиками) 2-3 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 2—3 раза. 3. Лазанье по гимнаст. стенке 2—3 раза. Подвижная игра «Сделай фигуру». Психогимнастика «Помощники»
27-1.10			Посуда	5-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие 1-2 «Посуда» ОРУ «Посуда» Эстафета «Меткий стрелок» Эстафета «Мячик в ложке» Подвижная игра «Наведем порядок в доме» Игра с элементами психогимнастики «посуда»
				Закрепле ние О.В.Д.	Ору закрепляется Эстафета «Меткий стрелок» Эстафета «Мячик в ложке» Подвижная игра «Кружечки - тарелочки» Игра с элементами психогимнастики «посуда»
				О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Догоним посуду» 3 ОРУ - комплекс «Посуда» 1. «Пройди по мостику» (ходьбы с перешагиванием через мешочки; 2. «Перепрыгни через канавку» (прыжки в длину с места через препятствие) 3. «Пролезь через пещеру» (пролезания через тоннель) Подвижная игра «Кружечки – тарелочки»
Октябрь		Здравствуй, Осень золотая	Вводная		Разнообразные виды ходьбы: «великаны», «гномы», «пингвины». Разнообразные виды бега: бег с остановками по сигналу, подскок руки произвольно, легкий бег.
4-8			Осенние букеты	1 неделя: О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетное занятие «Осень в золотой косынке» 1-2 ОРУ с осенними листьями. 1. Ползание по гимнастической скамейке, потягиваясь руками. 2р 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед правым и левым боком через канат. 2р 3. Подлезание под дугу правым боком 2р Подв. игра «Ветер и листья». Упражнение для глаз «Осенние листочки»,
				Закрепле ние О.В.Д.	ОРУ закрепл. 1. Ползание по гимнастической скамейке, потягиваясь руками. 2р 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед правым и левым боком через канат. 2р 3. Подлезание под дугу левым боком 2р Игры те же

				О.Р.У. О.В.Д.	<p>Сюжетное занятие «Путешествие с листочком»3</p> <p>1Подлезание под дугой правым и левым боком 2р</p> <p>2Прыжки на двух ногах с продвижением 2р</p> <p>3.Ползание по гимнастической скамейке, потягиваясь руками.2р</p> <p>Подвижная игра «Пень»</p> <p>Кинезиологическое упражнение «Осенние листья</p> <p>Пальчиковая гимнастика Будем листья собирать</p>
11-15			Осень щедрая пора	2-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	<p>Сюжетно-игровое занятие 1- 2 «Осенняя прогулка».</p> <p>Комплекс упражнений с палкой: «Подними палку».</p> <p>1.Ходьба с перешагиванием. (2 раза)</p> <p>2. Проползти под дугой с опорой на колени и ладони. (2 раза)</p> <p>3. Прыжки с продвижением вперед. (2 раза)</p> <p>П/игра «Хитрая лиса».</p> <p>Игра мал.подв «Затейники»</p>
				Закрепление О.В.Д	<p>1.Ходьба с перешагиванием. (2 раза)</p> <p>2. Проползти под дугой с опорой на колени и ладони. (2 раза)</p> <p>3. Прыжки с продвижением вперед. (2 раза)</p> <p>Игры те же.</p>
				О.Р.У. О.В.Д	<p>Сюжетное занятие «Осень».3</p> <p>ОРУто же</p> <p>Бег по извилистой дорожке.2 р</p> <p>Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы.(10-15 сантиметров).2-3раза.</p> <p>«Собери шишки»-метание в гориз.цель</p> <p>Подвижная игра: «Солнышко и дождик».2 раза.</p> <p>Упражнение на дыхание «Заблудились»</p>
18-22			Дары осени	3-неделя О.Р.У. О.В.Д.	<p>Образно-игровое занятие: «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»».1-2</p> <p>Комплекс упражнений с мал.мячами:</p> <p>1.Учить ходить по рейке, сохраняя равновесие. (2-3р.).</p> <p>2.Закрепить лазанье по шведской стенке. (2-3р.).</p> <p>3.Упражняться в прыжках с продвижением вперед. (2-3р.).</p> <p>П.игра. «Витаминки»</p> <p>Пальчиковая игра «Салат»</p>
				Закрепление О.В.Д.	<p>1.Ходьба по канату приставным шагом боком.</p> <p>2.Лазанье по гимнастической стенке одноименным способ.</p> <p>3. Прыжки через полосы на двух ногах</p> <p>Игры те же. Игра малой подвижности «Сладкий, кислый».</p>

				О.Р.У. О.В.Д	«Экскурсия в «город Здоровье» 3 ОРУ с мал.мячами Станция «Дыхательная» Игровое задание «Что нужно для здоровья». «С кочки на кочку» - прыжки на двух ногах из обруча в обруч.2р «Осторожно, ветка! » - подлезание под дугу боком. 2 р Подв.игра «Мы веселые ребята» станция«Массажная».».
25-29			Из чего получается хлеб	4-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно- игровое - занятие «Хлеб - всему голова» 1-2 Комплекс упражнений с палкой. 1.Ползание по гимнастической скамейке. (2-3р.). 2.Ходьба по канату приставным шагом (. (2-3р.). 3.Лазание в обруч прямо и боком. (2-3р.) Подвижная игра - эстафета «Трактористы» Психогимнастика «Колоски»
				Закрепле ние О.В.Д.	1. Ползание по скамейке на спине (2-3р) 2 Ходьба по канату приставным шагом(2-3р) 3. Лазание в обруч левым боком (2-3р) Игры закрепляются .
				О.Р.У. О.В.Д	Занятие типовое «Хлеб»1-2 Комплекс упражнений с гимн.палками 1 Ходьба по гимнастической скамье (2 р.) 2 Прыжки в длину(2 р.) 3Лазанье по гимнастической лестнице, не пропуская реек. (2 р.) Подвижная игра «Дружные зерна» Малоподвижная игра «Печём хлеб
Ноябрь		Мир природы		Вводная	Разнообразные виды ходьбы: «Цапля», «Медведи», «Гномы», «Марш». Разнообразные виды бега: «Галоп», «Змейкой». «Парами».
1-5			Живое и неживое в природе	1-неделя: О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. «По дороге с облаками»1-2 Приветствие Солнцу. ОРУ в обруче. 1.Прокатывание мяча ногой между предметами.. (2-3р.). 2.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, повернуться на 180 градусов.(2-3р.). 3.Упражнять в прыжках с ноги на ногу. (2-3р.). Подвижная игра «Займи облако» Психогимнастика «Превращения»

				Закрепле н ие О.В.Д.	1.Прокатывание мяча ногой между предметами.. (2-3р.). 2.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, повернуться на 180 градусов.(2-3р.). 3.Упражнять в прыжках с ноги на ногу. (2-3р.). Игры те же. Кинезиологическое упр. «Колечко.»
				О.Р.У. О.В.Д	Игровое занятие «В гости к Солнышку»3 ОРУ в обруче 1«Дорожка к солнцу»-ходьба змейкой 2-3р 2 «Перепрыгни лучики»-прыжки на одной ноге2-3р 3 Пролазать через обруч боком 2-3р Игра «Кого спрятали Солнышко?» Коррекц.упр. «Нарисуем солнышко»-для ног
8-12			Мир морей и океанов	2-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетное занятие «Морское путешествие».1-2 зан ОРУ без предметов. «Морские обитатели» 1. Ходьба с препятствиями 2-3р 2. Прыжки с продвижением вперёд ноги вместе – ноги врозь2-3р 3 Ведение мяча, отбивание мяча на месте.2-3р Подвижная игра «Акула и рыбки». Игра мал.подв«Передай рыбку».
				Закрепле н ие О.В.Д.	.1. Ходьба с препятствиями 2-3р 2. Прыжки с продвижением вперёд ноги вместе – ноги врозь2-3р 3 Ведение мяча, отбивание мяча на месте.2-3р Подв игра «Рыбак и рыбки» Пальчиковая гимнастика«Подводный мир»
				О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие «Путешествие к волшебному озеру» 3 1.Ходьба по канату боком 2-3р 2.Прыжки из обруча в обруч2-3р 3.Метание мешочков в горизонтальную цель(обруч) 2-3р Подвижная игра «Ручейки и озера» Малоподвижная игра «Море волнуется раз...»

15-19			Животный мир Казахстана	3-неделя. О.В.Д.	Игровое занятие: «Поход в зоопарк».1-2 Комплекс упражнений с мячом. 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками(2-3р) 2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах без остановки (2-3р) 3. Бросание и ловля мяча двумя руками (обезьянка ловит кокос). (2-3р) П/игра «Хитрая лиса». Игра мал.подв. «День – и ночь в зоопарке»
--------------	--	--	--------------------------------	-----------------------------	--

					Закрепле ние О.В.Д.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками(2-3р) 2. Закрепить прыжки в длину (2-3р) 3 Лазанье по гимнастической стенке(любым способом). (2-3р) Игры те же.
					О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «В гости к животным» 3 Комплекс упражнений с мячом. 1.Ходьба по гимнастической скамье, приседая на середине, (2-3р) 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком(2-3р) 3 Лазанье по гимнастической стенке(любым способом). (2-3р) Подв игра «Ловцы обезьян» Игра мал.подв «Узнай по голосу»
22-26				Птицы нашего края	4-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	«Сюжетно-игровое- занятие «Веселые птички» ОРУ с гимнастическими палками 1.Перепрыгивают через кубики непрерывно (высота 10см.). 2.Ходьба по наклонной доске, держа руки в стороны.(2-3р) 3. Метание мешочков в корзину 2-м., снизу. (2-3 Подвижная игра «Птички в гнездышках» Коррекционное упражнение «Птица»
					Закрепле ние О.В.Д.	1. Перепрыгивать через 4 кубика непрерывно. (2-3р.). 2.Ходьба по наклонной доске, держа руки за головой. (2-3р.). 3.Метание мешочков от груди. (2-3р.) .Игры те же.Пальчиковая гимнастика
					О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие«В гостях у зимующих птиц» 3 ОРУ с гимнастическими палками 1.Прыжки из обруча в обруч 2-3р 2.Ходьба по рейке, держа руки в стороны.(2-3р) 3. Метание мешочков в корзину 2-м., свеху (2-3 Подв.игра«Вороны и воробьи»Игра мал.подв «Летает не летает»
29-3.12				Растения вокруг нас	5-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетное занятие. «Цветок здоровья».1-2 ОРУ «Цветочки». 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом боком 2-3р. -«По мосту» 2.Лазание (боком, в группировке) через два обруча, поставленных на расстоянии 1м друг от друга.2-3р. «Пролетим через узкое ущелье». 3.Прыжки через шнуры на двух ногах (расстояние между шнурами 40-55 см) в длину.2-3р. Перепрыгиваем «через ручей» Подвижная игра «Витаминки» Игра м/п «ручей, дом ,дерево»

					Закрепле ние О.В.Д.	1. Ходить по канату , приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2-3р. 2 Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч 2-3р. 3. Отбивать мяч о стену и ловить его. 2-3р. Игры те же.
					О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «Растения» 3 ОРУ «Цветочки» 1«Брось и поймай». Подбрасывание мяча вверх и ловля его. 2. «Вьюнок». Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее. (2-3 раза). 2 Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч 2-3р. Подвижная игра «Найди свою клумбу ». Дыхательная гимнастика + пальчиковая «Цветы».
Декабрь			Мой Казахстан		Вводная	Разнообразные виды ходьбы: ходьба «Марш»,парами, по сигналу – смена темпа, скрестно. Разнообразные виды бега: со сменой направления, парами, галоп.
6-10				Цвети мой Казахстан	1-неделя: О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. «Путешествие по степным просторам»1-2 Комплекс упражнений с косичкой. 1.Учить подбрасывать и ловить мяч двумя руками до 5 раз подряд. 2.Закрепить прыжки с ноги, на ногу продвигаясь вперед. (2-3р.) 3.Лазать по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет. П/игра (Жапалактар же карлыгаш) Психогимнастика «Гора дружбы»
					Закрепле ние О.В.Д.	1. Прыжки через бруски продвижением вперед. (2-3р.). 2.Лазанье по гимнастической стенке, переходя с пролета на пролет. 3.Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. (2-3р.). Игры те же.
					О.Р.У. О.В.Д	Игровое занятие «Казахские национальные игры» 3 Комплекс упражнений с косичкой Подв.игра «Орамал» Подв.игра «Куме алу» Подв.игра «Асыки» Подв.игра «Байга»

13-17				Независимый Казахстан	<p>2-неделя. О.Р.У. О.В.Д</p> <p>Сюжетно-игровое занятие: «Путешествуем по Казахстану» 1-2 Комплекс упражнений с флажками. 1.Лазание по гимнастической стенке, разноименным способом.(2-3 р) 2. Прокатывание мяча друг другу из разных исходных положений с расстояния 3метра. .(2-3 р) 3.Подбрасывание и ловля асыков одной рукой из положения «малдас» («сед по-турецки»);(5-6 р) Подвижная игра «Аңшылар» («Охотники»). Медитация Упражнение «Врасти в землю».</p>
					<p>Закрепление О.В.Д.</p> <p>1. Лазание по гимнастической стенке, разноименным способом. .(2-3 р) 2. Отбивание мяча об пол одной рукой.(2-3 р) 3.Перебрасывание мячей друг другу, снизу. .(2-3 р) Подв.игра «Қасқыр мен лақтар» («Волк и козлята») Психогимнастика «Гора дружбы»</p>
					<p>О.Р.У. О.В.Д</p> <p>Спортивное развлечение «Независимый Казахстан". Комплекс упражнений с флажками. Эстафета «По следам Алдар Косе» - прыжки по следам, вернуться в команду. Эстафета «Передача мяча». Игра «Такия тастамак» «Шанырақ Дружбы»</p>
20-24				Новогодние подарки	<p>3-неделя. О.Р.У. О.В.Д.</p> <p>Игровое занятие «Мастерская Деда Мороза» 1-2 Разминка «Новогодние игрушки» подвижная игра «Дед Мороз – паровоз!»</p> <p>Подвижная игра – дразнилка «Дед Мороз – весёлый друг». Подвижная игра с игрушками. Хороводная игра «Подарки».</p>
					<p>Закрепление О.В.Д.</p> <p>Разминка «Новогодние игрушки» Подвижная игра с игрушками Подвижная игра – дразнилка «Дед Мороз – весёлый друг». Игра на внимание «Льдинки», «Снежинки», «Сугроб»</p>
					<p>О.Р.У. О.В.Д</p> <p>Разминка «Новогодние игрушки»</p> <p>Подв игра «Два мороза» Подвижная игра с игрушками. Хороводная игра «Подарки».</p>

27-31				Здравствуй Новый год	4-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	<p>Новогодние эстафеты</p> <p>Спортивная викторина.</p> <p>Командные эстафеты:</p> <p>1.Передача эстафетного валенка на палке</p> <p>2. Бег в валенках</p> <p>3."Разбросал - собери"</p> <p>Игра имитация «Фотопробы»</p>
					Закрепление О.В.Д.	<p>Разминка «Новогодние игрушки»</p> <p>Командные эстафеты:</p> <p>1. «Пингвин с мячом»</p> <p>2. «Метание валенка»</p> <p>3."Разбросал - собери"</p> <p>Игра имитация «Фотопробы»</p>
					О.Р.У. О.В.Д.	<p>Спортивное развлечение «Новогоднее приключение»</p> <p>1 Эстафета «снежный ком»</p> <p>2Эстафета «Соберем снежки»</p> <p>3 Эстафета «Соберем снежки»</p> <p>Подв игра «Два мороза»</p>
Январь				Здравствуй зимушка зима!	Вводная	<p>Разнообразные виды ходьбы: Ходьба в колонне по одному, с поворотом в другую сторону. Ходьба змейкой на носках</p> <p>Разнообразные виды бега: Бег в колонне по одному.. Бег врассыпную Ходьба маршем</p>
3-7				Зима пришла	1-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	<p>Сюжетное занятие: «Зимушка-зима».1-2</p> <p>Самомассаж. «Наступили холода».</p> <p>О.Р.У. без предметов <i>Белоснежная зима</i></p> <p>1. «Покорение снежной крепости».- метание мешочков в горизонтальную цель. (3-4 раза.)</p> <p>2. «Взятие снежного вала» - ползание по гимнастической скамейке, в упоре стоя на коленях с продвижением вперед. (3-4 раза.)</p> <p>3.Игровое упражнение «<u>Перепрыгни через сугроб</u>»- П/игра «Два Мороза»</p> <p>Игра м.подв. «Веселые снежинки»</p>
					Закрепление О.В.Д.	<p>1.«Поиграем в снежки».- метание мешочков в вертикальную цель. (3-4 раза.)</p> <p>2. «Взятие снежного вала» - ползание по гимнастической скамейке, в упоре стоя на коленях с продвижением вперед. (3-4 раза.)</p> <p>3. «Перепрыгни через сугроб»- перепрыгивание через набивные мячи..(3-4раза.)</p> <p>Игры закрепляются.</p>

					О.Р.У. О.В.Д Интегрированное занятие « Пришла зима-красавица » 3 О.Р.У. без предметов» « <i>Белоснежная зима</i> » 1.Метание мешочков в гориз. цель. (2-3 р.) 2. Прыжки через предметы 2-3р 3.Ходьба по наклонной доске 2-3р Игра «Снежинки и ветер»: Коррекц.упр «На морозе»
10-16				Для чего нужен снег?	2-неделя. О.Р.У. О.В.Д. Игровое занятие « Играем со снежками »1-2 ОРУ с мал.мячами 1«Кто быстрее»-прокатывание мяча между кеглями2- 2.«Меткий стрелок»-метание в корзину2-3р 3 «.Перепрыгни через сугроб»-прыжки2-3р Подвижная игра: «Перекинь снежки со своего поля» Игра мал.подв «А на улице мороз»

					Закрепле ние О.В.Д. 1«Кто быстрее»-прокатывание мяча между кеглями2- 2.«Меткий стрелок»-метание в корзину2-3р 3 «.Перепрыгни через сугроб»-прыжки2-3р Игры те же
					О.Р.У. О.В.Д. Сюжетное занятие « Снежная королева и ее царство3 ОРУ «Снежинки» 1«Кто быстрее»-прокатывание мяча между кеглями2- 2.«Меткий стрелок»-метание в корзину2-3р 3 «.Перепрыгни через сугроб»-прыжки2-3р Подв.игра «Снежная королева» Игра мал подв. Снежок»
17-21				Зимние забавы	3-неделя. О.Р.У. О.В.Д. Занятие – игра «Зимние забавы»1-2 ОРУ с мал.мячами 1Ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках 2-3р 2.Ходьба змейкой между предметами с мешочком на голове.2-3р 3.Прыжки парами на двух ногах через препятствие.2-3 Подвижная игра «Снежки». Игра малой подвижности «Зимние забавы»
					Закрепле ние : О.В.Д. 1Ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках 2-3р 2.Ходьба змейкой между предметами с мешочком на голове.2-3р 3.Прыжки парами на двух ногах через препятствие.2-3 Игры те же Коррекц.упр «На морозе»
					О.Р.У. О.В.Д. Игровое зан « Зимние забавы в стране снеговиков » 3 ОРУ с мал.мячами 1.бег змейкой между фишками 2-3р 2.метание мешочков в цель.2-3р

					3.ходьба по наклонной доске 2-3р Подвижная игра «Мороз Красный нос» Самомассаж «Погреемся»
24-28				4-неделя. О.Р.У. О.В.Д. Как зимуют звери?	Сюжетно-игровое занятие «Зима. Звери зимой.» 1-2 ОРУ с гимн.палкой 1.Ходьба по доске.2-3р 2.Метание мешочка вдаль (3 - 4 м)2-3р 3.Подпрыгивание (вверх), доставая предмет.2-3р Подв.игра «У медведя во бору» Стретчинговое упр «Лисичка»

				Закрепле ние : О.В.Д.	Ору закрепляются - 1.Ходьба по доске.2-3р 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком 2-3р 3.Прыжки в высоту 2-3р Подв.игра «Хитрая лиса» Кинезиологическое упр. «Ежик, зайчик,домик»
				О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «В гости к животным» 3 Комплекс упражнений с мячом. 1.Ходьба по гимнастической скамье, приседая на середине, (2-3р) 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками с хлопком(2-3р) 3 Лазанье по гимнастической стенке(любым способом). (2-3р) Подв игра «Ловцы обезьян» Игра мал.подв «Узнай по голосу»
Февраль			Мир вокруг нас	Вводная	Разнообразные виды ходьбы: парами, со сменой направления, спиной вперёд. Разнообразные виды бега: Бег прыжками, бег, вынося ноги вперед, бег спиной вперед.
31-4			Моя семья	1-неделя: О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. «мальчики и девочки» 1--2 О.Р.У. Комплекс упражнений с гимн палками 1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). П/игра «Чья колонна быстрее соберётся» Игра мал подв«Мальчишки и девчонки»
				Закрепле ние : О.В.Д.	1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). Подвижная игра «Найди фигуры» Игра мал. подв «весельчаки»

					О.Р.У. О.В.Д Сюжетно-игровое зан. «В гости к бабушке»3 О.Р.У. Комплекс упражнений с гимнаст. палками 1. Ходьба по гимнаст. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2. Подлезание под дугой (2р). 3. Лазание по гимнаст. стенке (2р). Подв. игра «Давай, коза, попрыгаем...» Игра мал. подв «Ремешок»
7-11				Моя улица, дома	2-неделя. О.Р.У. О.В.Д. Сюжетно-игровое занятие: «Путешествие в страну транспорт»».1-2 ОРУ без предметов «Регулировщики» 1. Учить перепрыгивать через скамейку, держась руками за края и продвигаясь вперед. (2-3р.). 2. Закрепить ползание по пластунски под скамейками. (2-3р.). 3. Упражняться в метании в даль правой рукой. (2-3р.) П/игра «Цветные автомобили» Кинезиологическое упражнение
					Закрепление : О.В.Д. 1. Перепрыгивать через скамейку, вправо, влево продвигаясь вперед 2. Ползание по скамейке на животе, хват с боков. (2-3р.) 3. Упражняться в метании в даль левой рукой. (2-3р.). Игры те же.
					О.Р.У. О.В.Д Сюжетное занятие «Подготовка к полёту на самолете» 3 ОРУ без предметов 1 «Люк самолета»-подлезание в группировке 2-3р 2 Прыжок с парашюта-прыжки в длину 2-3р 3. «Стрельба по вражескому самолету»-метание мяча в верт цель 2-3р Подвижная игра «Воздух, земля.». Малоподвижная игра «Летает, не летает»
14-18				Профессии разные нужны	3-неделя. О.Р.У. О.В.Д. Игровое занятие. «Профессии»1-2 ОРУ с обручем 1. Летчики- ходьба по гимнастической скамейке, спрыгивание. (2-3р.) 2. Геологи- ходьба по наклонной доске, переход на пролет гимнастической лестницы. (2-3р.) 3. Военный- ползание по гимнастической скамейке на животе. (2-3р.) Подвижная игра «Самолёты». Игра мал. подв «Изобрази профессию»
					Закрепление : О.В.Д. 1. Летчики- ходьба по гимнастической скамейке, спрыгивание. (2-3р.) 2. Геологи- ходьба по наклонной доске, переход на пролет гимнастической лестницы. (2-3р.) 3. Водитель- ползание по гимнастической скамейке на животе. (2-3р.) Игры те же.

					О.Р.У. О.В.Д.	ОРУ с обручем Игровое занятие-«Все профессии нужны».1-2 ОРУ без предметов. 1. Пожарные- лазанье по гимнастической стенке . (2-3р.) 2.Артисты цирка- подбрасывание мяча одной рукой ловля другой, 3.Водитель- ползание по гимнастической скамейке на спине Подвижная игра «Пожарные». Игра мал. подв «Как живёшь?»
21-25				Мир электроники	4-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие «Робот Бин»1-2 ОРУ без предметов 1 Ходьба по гимнастической скамейке . (2-3р.) 2.Перешагивание через мягкие модули, высоко поднимая колено. . (2-3р.) 3.Пролезание в обруч. . (2-3р.) Подв.игра «Роботы» Самомассаж
					Закрепление : О.В.Д.	ОРУ без предметов 1 Ходьба по гимнастической скамейке . (2-3р.) 2.Перешагивание через мягкие модули, высоко поднимая колено. . (2-3р.) 3.Пролезание в обруч. . (2-3р.) Подв.игра «Роботы».Психогимнастика
					О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «Поможем роботу»3 ОРУ без предметов 1.Перебрасываем мяч друг другу в парах 2. .Перебрасываем мяч друг другу с отскоком от груди 3 Перебрасываем мяч друг другу с отскоком от пола. Подв.игра «Роботы» с мячом. Самомассаж
Март			Народ источник искусства	Вводная		Разнообразные виды ходьбы: на наружных сторонах стоп с высоким подниманием колена, приставным шагом в правую и левую сторону. Разнообразные виды бега: мелким и широким шагом, змейкой, непрерывный бег в течение 1-2 минут.
28-4				Традиции и фольклор	1неделя : О.Р.У. О.В.Д.	Типовое - занятие «Казахские национальные игры».1-2 Комплекс упражнений с косичкой: «Камча». 1 Жігіт жарыс» - «Гонка джигитов» 2 игра «Теңге алу» – «Подними монету». . 3 игра. «Арқан тартыс» – «Перетягивание каната» Подв. игра (Жапалактар же карлыгаш)- Ястребы и ласточки. Психогимнастика: «Гора дружбы»

				Закрепление : О.В.Д.	1.Эстафета «собери асыки». 2.Эстафета «скачки на лошадях». 3 игра. «Арқан тартыс» – «Перетягивание каната». Подв.игра «Орамал» — «Платочный узелок». Дыхательная гимнастика «степной ветер»
				О.Р.У. О.В.Д.	Типовое - занятие «Состязания батыров» 3 Комплекс упражнений с косичкой: «Камча». 1.«Бәйге» 2. Оқтау тартыс» (перетяни-ка) 3.«Күміс алу»(подними монету) Динамическая пауза.
7-11			Волшебный мир сказок	2неделя . О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие: «В гостя у сказки-теремок».1-2 Комплекс упражнений : «Палка-смекалка». 1.Ходьба, по рейке сохраняя равновесие (2р). 2.Прыжок в длину с места 90см (2р). 3.метание малого мяча в цель правой рукой (2р). П/ игра: «Ручейки и озера». Кинезиологическое упр-е «Дом-ежик-замок».
				Закрепление : О.В.Д.	1.Ходьба, по рейке сохраняя равновесие (2р). 2.Прыжок в длину с места через две полосы (2р). 3.метание малого мяча в цель левой рукой (2р). Игры закрепляются. Кинезиологическое упр-е «Симметричные рисунки.»
				О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «Сказочная страна» 3 Комплекс упражнений закрепляется 1«Меткие ребята»-метание маленького мяча правой и левой рукой2-3р 2«Проверка на ловкость»-прыжки правым, левым боком через канаты,2-3р 3«По узкому мостику-ходьба по гимнастической скамейке на носках2-3р Подвижная игра «Колдун» Упражнение на дыхание «Радуга обними меня»
14-18			Наурыз	3неделя . О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Путешествие в столицу»1-2 Комплекс упражнений с косичками 1.Ходьба, змейкой" между кеглями (2-3р.) 2.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками (2-3р.) 3.Метание мяча в цель из исходного положения стоя на коленях,из-за головы (2-3р.) Казахская игра - Алармаж (волки и овцы) Валеоминутка с элементами ТРИЗа.
				Закрепление : О.В.Д.	1.Ходьба перекатом с пятки на носок между кеглями.(2-3) 2.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.(2-3) 3.Метание мешочка в горизонтальную цель .(2-3) Подвижные игры те же.Релаксация «Отдых»

					Игровое занятие «Наурыз любимый праздник» Комплекс упражнений с косичками Подвижная игра «Куме алу» собери монеты Подвижная игра «Тюбитейка» Подвижная игра «Юрта ждет своих гостей»
21-25				Народное творчество 4неделя О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие:«Ярмарка движений»1-2 ОРУ без предметов парами 1. «Акробаты»- ходьба по гимнастической скамейке, выполняя движения руками(2р.) 2. «Меткий стрелок» - метание в вертикальную цель (2р.) 3. «Сапог на столбе»- лазание по гимнастической лестнице произвольным способом Русская народная игра «Горелки» Русская народная игра «Карусель»
				Закрепление : О.В.Д	О.В.Д 1. Ходьба по гимнастической скамейке, выполняя движения руками 2р.) 2. Метание в вертикальную цель 2р.) 3 Лазание по гимнастической лестнице произвольным способом2р.) Игры закрепляются . Игра малой подвижности "Замри".
28-1				О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «На ярмарке народных промыслов» 3 Комплекс упражнений без предметов 1.Лазание по мини лесенки(2-3р.) 2.Пролезание под дугу боком.(2-3р.) 3.Прохождение по гимнастической скамье с мешочком на голове(2-3р.) Подвижная игра «Калачи» Психогимнастика «Цепочка дружбы»
			Национальная одежда	5неделя О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие .1-2 Комплекс упражнений без предметов: 1.Ходьба по гимнастической рейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой (2-3) 2.Прыжки на одной ноге, огибая кегли «змейкой». . (2 – 3 раза) 3. Забивание мяча в ворота ногой(2-3р.). Подвижная игра «Физкульт-ура!» Игра малой подвижности «Ровным кругом»
				Закрепление : О.В.Д	1.Баскетбольное ведение мяча, бросок в кольцо.(2-3р) 2.Забивание мяча в ворота ногой(2-3р). 3.Ходьба по гимнастической рейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой (2-3) Игры те же.
				О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «Юные помощники»3 ОРУ закрепляется 1.Прыжки на двух ногах, из обруча в обруч, с продвижением вперед.

					2Ходьба боковым приставным шагом по мосту (гимнастической скамейке), руки на поясе. Игра: «У оленя дом большой».Психогимнастика «Звуки леса»
Апрел ь			Расцве та ние приро	Вводна я	Разнообразные виды ходьбы: перекатом с пятки на носок, «цапли», выполняя различные задания. Разнообразные виды бега: на носках, парами, врассыпную.
4-8				1неделя О.Р.У. О.В.Д.	Занятие-тренировка «Путешествие на планету – Земля» 1-2 ОРУ без предметов 1.Ходьба по гимнастической скамейке «проверь себя» 2.Подлезание под дугу в группировке, прямо. 3.Перелазание через мини лесенку. Подвижная игра “Космонавты”. Психогимнастика
				Закреп ление : О.В.Д.	1.Ходьба по гимнастической скамейке «проверь себя» 2.Подлезание под дугу в группировке, прямо. 3.Перелазание через мини лесенку. Подвижная игра “Космонавты”. Психогимнастика
					Игровое занятие Путешествие на сказочную планету.3 ОРУ без предметов 1.Ползание по гимнастической скамейки с опорой на ладони и ступни(пройти по лежащему дереву «помедвежь»). 2.Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры, положенные на расстояние 40 см друг от друга.(«по – заячьи») 3.Ходьба с поднятием голени через мячи(как «цапля») Подв игра «Ловишки» (с ленточками). Игра малой подвижности « Три стихии -вода, земля, воздух».
11-15				2неделя О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Путешествие в космос» Комплекс ОРУ «Ракета на старт» 1Эстафета «Луноходы» (ориентиры) 2Эстафета «Летящий метеорит» (передача мяча в колонне над головой) 3Эстафета «Попади в отсек космического корабля» -подползание под дугами) Подвижная игра «Метеоритный дождь» парашут
				Закреп ление : О.В.Д.	Комплекс ОРУ «Ракета на старт» Эстафета «Полет на ракете» (2 обруча-ракеты) Эстафета «Попади в отсек космического корабля» - подползание под дугами) Эстафета «Надень скафандр» (с обручем)___ Подвижная игра «Метеоритный дождь»

				О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Космическое путешествие» ³ Комплекс ОРУ «Ракета на старт» 1 Пройди через космический туннель» 2.космические паучки с помощью рук и ног добраться до космического конуса) 3.космический портал -пропустить обруч через себя) Игра «Космическая угроза» Психогимнастика
18-22			Весна-красна	3неделя О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. «На полянке-поиграйка» ¹⁻² Комплекс упражнений с гимнастическими палками 1.Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2.Прыжки из обруча в обруч.(4-5) 3.Метание мяча друг другу ,снизу, из-за головы. (10 р) П/игра: «Медведи и пчелы». Игра мал.подв. «Улитка»
				Закрепление : О.В.Д.	1. Ходить по скамейке, перешагивая через кубики 2 Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. 3. Бросок, мяча о стену и ловля его после отскока двумя руками. Игры закрепляются. Психогимнастика «Улыбка»
				О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Весна красная» ^{»3} ОРУ с гимн.палками Дыхательное упражнение. «Подыши одной ноздрей 1Ходьба по гимнастической скамье руки в стороны 2.Бег змейками между кеглями 2-3р 3.Прыжки на двух ногах, через пеньки (6 шт., высота 10 см) 2-3р Подвижная игра «Птицы в гнездах». Игра мал.подв . Весна, весна красна
25-29			Украсим мир цветами	4неделя . О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетное занятие. «Цветок здоровья». ¹⁻² ОРУ «Цветочки». 1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом боком 2-3р. -«По мосту» 2..Лазание (боком, в группировке) через два обруча, поставленных на расстоянии 1м друг от друга.2-3р. «Пролезем через узкое ущелье». 3.Прыжки через шнуры на двух ногах (расстояние между шнурами 40-55 см) в длину.2-3р. Перепрыгиваем «через ручей» Подвижная игра «Витаминки» Игра м/п «ручей, дом ,дерево»
				Закрепление : О.В.Д.	1. Ходить по канату , приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2-3р. 2 Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч 2-3р. 3. Отбивать мяч о стену и ловить его. 2-3р. Игры те же.

				О.Р.У. О.В.Д	Игровое занятие «Растения» 3 ОРУ «Цветочки» 1 «Брось и поймай». Подбрасывание мяча вверх и ловля его. 2. «Вьюнок». Влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее. (2-3 раза). 2 Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч 2-3р. Подвижная игра «Найди свою клумбу ». Дыхательная гимнастика + пальчиковая «Цветы».
Май			Пусть всегда будет солнце	Вводная	Разнообразные виды ходьбы: «Великаны», «гномы», «медведи» «цапли» Разнообразные виды бега: бег с изменением направления, челночный, врассыпную., на скорость.
2-6				1неделя : О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Семья».1-2 Комплекс упражнений с гантелями. Эстафета «Уборка мусора» Эстафета «Польем цветы» Эстафета «Развесь бельё» Психогимнастика «Цепочка дружбы»:
				Закрепл ение : О.В.Д	Эстафета «Уборка» Эстафета «Сажаем цветы» Эстафета «Развесь бельё» Психогимнастика: «Подарим друг другу улыбку»
				О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. «Мальчики и девочки» 1--2 О.Р.У. Комплекс упражнений с гантелями 1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). П/игра «Чья колонна быстрее соберётся» Игра мал подв«Мальчишки и девчонки»
9-13				2неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Занятие-эстафеты «Защитники» 1эстафета «В тыл к врагу» проползти до ориентира и забросить гранату (мешочек) в обруч и бежать обратно. 2 эстафета «Донесение» С конвертом добежать до «штаба» по «кочкам» пролезть под дугу и, избежав кеглю, бежать обратно к взводу. 3 эстафета «Доставка боеприпасов» Перенос кеглей из одного ящика в другой, пройдя по шнуру
				Закрепл ение : О.В.Д	эстафета «Уничтожение объекта противника» - Сбить кегли, прокатывая мяч. эстафета «Доставка снарядов на передовую»- Кегли в ящиках, бег с ящиками. эстафета «Переправа на другой берег реки по туннелю»- дети пролазят в тоннеле, прыгают из обруча в обруч и возвращаются к своему взводу.

				О.Р.У. О.В.Д	Занятие эстафеты «Будущие защитники страны»3 Ору без предметов 1Эстафета«Собери мины». 2Эстафета «Перенеси пилотку». .3Конкурс - эстафета «Болото»
16-20			Пусть всегда будет солнце!	3неделя. О.В.Д.	Игровое занятие: « Игры на лужайке». 1-2 О.Р.У. Комплекс упражнений с кубиками 1. Игровое упражнение «перенеси воздушный шар». 2. «Кто быстрее добежит»- бег с препятствиями 3 Игровое упражнение «проведи мяч». П. игра: «Охота на лис» Релаксация: «Холодно-жарко»
				Закрепл ение : О.В.Д	1. Игровое упражнение «перенеси воздушный шар». 2. «Кто быстрее добежит»- бег с препятствиями 3. Игровое упражнение «Отбей волан». Подвижная игра «Перелёт птиц» Игра мал. подв «Найди и промолчи»
				О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие: « Вот я какой».1-2 О.Р.У. Комплекс упражнений с кубиками 1. Перебежка из обруча в обруч на одной ноге 2-3 р 2. Ведение мяча ногой в прямом направлении 2-3 р 3. Передача мяча ногой в парах 5-6 р П. игра: «Караси и щука» Пальчиковая гимнастика: «Рыбы»
23-27			Здравствуй, лето!	4неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Насекомые на лугу». 1-2 Комплекс ОРУ «На лесной полянке» 1.Прыжки на фитбольных мячах. (2-3р.). 2Ходьба в присяде под дугами как улитка. (2-3р.). 3.Лазанье по гимнастической стенке(2-3р.). Подвижная игра «Мотыльки» Игра мал.подв. «Жуки»
				Закрепл ение : О.В.Д	1.Прыжки с продвижением вперед. 2. Ходьба в присяде под дугами 3. Лазанье по гимнастической стенке Игры те же.
				О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Насекомые»3 ОРУ закрепл 1. «Подбрось и поймай». Бросание мяча вверх и попытка поймать его. 2. «Кузнечики». Прыжки в высоту с места через шнур, высота 5 см. (2-3 раза). 3. «Гусеница». Лазание по лестнице-стремянке и спуск с нее. (2-3 раза). Подвижная игра: «Поймай бабочку».

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ 2021-2022 уч г
Образовательная область «Здоровье» Группа дошкольной подготовки.

№	Дата	Тема	Подтемы	Этапы занятия	Содержание	Кор
	Сентябрь	Детский сад		Вводная	Разнообразные виды ходьбы: марш, на носках и пятках. Разнообразные виды бега: легкий бег, поскок, прыжки.	
	1-3		Мой детский сад	1 неделя: О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. «Мой детский сад» 1-2 Комплекс упражнений без предметов «Хлопушки» 1. Ходьба по гимн. скамейке на носочках (2р). 2. Прыжки через шнуры на двух ногах (рост. 40 см.) (2р). 3. Отбивание мяча правой рукой (2р). П/ игра «Кто быстрее к флажку». Психогимнастика: «Подарим друг другу улыбку».	
				Закрепление О.В.Д.	Комплекс упражнений закрепляется. 1. Ходьба по гимн. скамейке перешагивая через кубик (2р). 2. Прыжки через шнуры на двух ногах (рост. 40 см.) (2р). 3. Отбивание мяча левой рукой (2р). 4. Игры те же	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	«Учимся владеть мячом» 3 ОРУ с мячом 1 - Пионербол . 2 – Футбол. 3 – Баскетбол. П. игра « Тише едешь- дальше будешь, стоп!» Релаксация « Урал Батыр»:	
	6-10		Мои друзья	2-неделя. О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие: «Друзья». 1-2 Комплекс упражнений без предметов 1. Ходьба, по рейке сохраняя равновесие (2р). 2. Прыжок в длину с места 90 см (2р). 3. метание малого мяча в цель (2р). П/ игра: «Ручейки и озера». Мимическая гимнастика	
				Закрепление О.В.Д.	Комплекс упражнений закрепляется. 1. Ходьба, по рейке сохраняя равновесие, держа руки за головой (2р). 2. Прыжок в длину с места 90 см (2р). 3. Метание малого мяча в цель (2р). Игры те же.	

13-17			Любимые игры и игрушки	3-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	<p>Игровое занятие: «Любим играть с мячом». Комплекс упражнений с мячом.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Отбивание мяча правой рукой (2р). 2. Прыжки с мячом (зажатым коленями) (2р). 3.Метание малого мяча в цель (2р). <p>Подвижная игра: «Охотники и зайцы» Кинезиологические упр-я</p>	
				Закрепление О.В.Д.	<p>Комплекс упражнений закрепляется.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Ходьба по гимнастической скамейке, мяч над головой. (2 раз). 2.Прыжки с зажатым мячом между ног с продвижением вперед, между набивными мячами – змейкой. (2 раза). 3.Подбрасывание мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками не прижимая к груди. (2раз). Игры те же 	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	<p>«Мячик мой хороший друг».3 ОРУ с мячом</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Ходьба по скамейке, с мячом 2.Пролезание в обруч, стоящий на полу на стойке, боком в группировке с мячом в руках, не касаясь обруча; 3.Ведение мяча одной рукой и забрасывание в корзину двумя от груди, от плеча. <p>Подвижная игра "Охотник и утки" Малоподвижная игра "Муравейник"</p>	
20-24			Мебель	4-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	<p>Образно-игровое занятие: ««Мир различных предметов».1-2 Комплекс упражнений «Новоселье»на стульчиках</p> <ol style="list-style-type: none"> 1Закрепить ходьбу по скамейке. (2-3р.). 2.Учить перелезать через мини лесенку. (2-3р.). 3.Упражняться в пролезании под дугой прямо. (2-3р.). <p>П/игра «Мебель» Психогимнастика « Кроватка»</p>	
					<ol style="list-style-type: none"> 1Закрепить ползание на животе по скамейке. (2-3р.). 2.Учить перелезать через мини лесенку. (2-3р.). 3.Упражняться в пролезании под дугой боком. (2-3р.). <p>Игры те же. Пальчиковая гимнастика</p>	
27-1.10			Посуда	5 неделя О.Р.У. О.В.Д.	<p>Сюжетно-игровое занятие 1-2 «Посуда» ОРУ «Посуда» Эстафета «Меткий стрелок» Эстафета «Мячик в ложке» Подвижная игра «Наведем порядок в доме» Игра с элементами психогимнастики «посуда»</p>	

				Закрепление О.В.Д	ОРУ закрепляется Эстафета «Меткий стрелок» Эстафета «Мячик в ложке» Подвижная игра «Кружечки - тарелочки» Игра с элементами психогимнастики «посуда»	
О к т я б р ь			Здравствуй, Осень золотая	Вводная	Разнообразные виды ходьбы: «великаны», «гномы», скрестным шагом, ходьба с остановкой на сигнал . Разнообразные виды бега: : высоко поднимая колени, врассыпную, подскок.	
	4-8		Осенние букеты	1недел я: О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетное занятие 1-2 «Путешествие с листочком» ОРУ с осенними листочками. 1. Перепрыгнуть через пеньки.2-3р 2. Пройти по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны, перешагивая через листочки.2-3р 3. Ходьба по извилистой дорожке.2-3р Подвижная игра «Пень» Кинезиологическое упражнение « Осенние листья»	
				Закрепление О.В.Д.	ОРУ закрепляется 1. Пройти по следу. 2-3р 2. Перепрыгнуть через пеньки.2-3р 3. Проползти под дугой 2-3р	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д	«Мячи-ловкачи» ОРУ мячом. «Школа мяча». В кругу. И.П.: - ноги на ширине плеч, мяч в вытянутых руках перед собой. - отбивание и ловля мяча двумя руками 10 раз подряд. - подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками 10 раз подряд. - отбивание мяча правой, левой рукой по 10 раз. - отбивание мяча в ходьбе с поворотом по сигналу в другую сторону. П.И На чьей половине меньше мячей». По сигналу участники перебрасывают их на сторону противников. По окончании игры игроки подсчитывают мячи на своей половине. Команда, на половине которой меньше мячей, побеждает в игре. Игра м подв «Мяч по скамейке»	

11-15			Осень щедрая пора	2-неделя О.Р.У. О.В.Д.	<p>Типовое занятие. Прогулка по осеннему лесу 1-2</p> <p>Комплекс упражнений с малым мячом.</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову. (2р).</p> <p>2.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. (2р).</p> <p>3 Пролезание (боком, не касаясь руками пола, в группировке) (2р).</p> <p>П/игра «Чья колонна быстрее соберется»</p> <p>Кинезиологическое упражнение «Осенние листья»</p>	
				Закреплени е О.В.Д	<p>Комплекс упражнений закрепляется.</p> <p>1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р).</p> <p>2.Прыжки на правой ноге между предметами (2р).</p> <p>3 Пролезание (левым боком, не касаясь руками пола, в группировке) подряд через три дуги, поставленных на расстоянии (2р).</p> <p>Подвижная игра «Дары леса»</p> <p>Игра мал. подв «весельчаки»</p>	
18-22			Дары осени	3-неделя О.В.Д.	<p>Занятие - игра «Спортивный огород» 1-2</p> <p>Комплекс упражнений с мячом.</p> <p>1.Ходьба по скамейке, приставным шагом</p> <p>2.Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед</p> <p>3. Метание мешочка в корзину , правой рукой</p> <p>П/игра «Пугало и зайцы!»</p> <p>Игра м.п «Горячая картошка».</p>	
				Закреп ление О.В.Д.	<p>1.Ходьба по скамейке, приставным шагом</p> <p>2.Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед</p> <p>3. Метание мешочка в корзину , левой рукой</p> <p>П/игра «Пугало и зайцы!»</p> <p>Упр. на развитие мелкой моторики пальцев рук.</p> <p>«Овощи растут на грядке»</p>	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	<p>ОРУ с большим мячом.</p> <p>1.Катание мяча «змейкой» между предметами.</p> <p>2. Бросание малого мяча вверх и ловля его одной рукой.</p> <p>3 Отбивание мяча о пол двумя руками, стоя на месте.</p> <p>П/И Ловишки с мячом. Дых. упр-е «Носик балуется».</p>	
25-29			Из чего получается хлеб	4-неделя О.Р.У. О.В.Д	<p>Занятие типовое «Хлеб»1-2</p> <p>Комплекс упражнений с гимн.палками</p> <p>1 Ходьба по гимнастической скамье с остановкой и перешагиванием; (3-4 р.)</p> <p>2 Прыжки в длину</p> <p>3. Лазанье по гимнастической лестнице, не пропуская реек. Переход на следующий пролет.</p> <p>Подвижная игра «Дружные зерна»</p> <p>Малоподвижная игра «Печём хлеб</p>	

				Закрепление О.В.Д	1.Вбегать и сбегать по наклонной доске (3-4 р.) 2.Прыжки через 6-8 предметов, последовательно через каждый модуль.(2-3 раза). 3.Лазанье по гимнастической лестнице, не пропуская реек. Переход на следующий пролет. (2-3 раза) Игры те же	
Н о я б р ь			Мир природы	Вводная	Разнообразные виды ходьбы: «на носках», пятках, скрестным шагом. Разнообразные виды бега: высоко поднимая колени, змейкой, челночный.	
	1-5		Живое и неживое в природе	1-неделя : О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно игровое занятие «Поход в горы».1-2 О.Р.У. с мячом. 1.Ползание на четвереньках между предметами.(2-3 раза.) 2.Ходьба по канату, пяточка к носочку, сохраняя равновесие. (2-3 раза). 3. Ходьба гимн.скамейке, сохраняя равновесие. (2-3 раза Подвижная игра «Ель, елка,елочка» Этюд «привал»	
				Закрепление О.В.Д.	1.Ползание на четвереньках между предметами.(2-3 раза.) 2.Ходьба по канату, пяточка к носочку, сохраняя равновесие. (2-3 раза). 3. Ходьба гимн.скамейке, сохраняя равновесие. (2-3 р Подвижные игры закрепляются. Релаксация «Мы отдыхаем	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	«Дружим с мячом» ОРУ с малым мячом. 1.Бросание и ловля мяча друг другу из положения сидя. 2.Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (10 подряд). 3 Прокатывание мяча по полу между предметами «змейкой», до ориентира, вокруг ориентиров. П.и«Ловкая пара». Дых. упр-я : «Каша кипит» Смешинка»	
	8-12		Мир морей и океанов	2-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	Занятие игровое «Путешествие в подводное царство». Комплекс упражнений «Морские обитатели». 1. «Морская пещера» (пролезание под дугу правым и левым боком). 2.«Рыбки»-ползание по гимнастической скамейке 3. «По узкой дорожке, перешагивая через валуны» - ходьба по рейке Подвижная игра «Море волнуется» Упражнение стретчинга Медуза	

					Закрепление О.В.Д.	<p>Комплекс упр. ОВД закрепляются.</p> <p>1. «Морская пещера» (пролезание под дугу правым и левым боком).</p> <p>2.«Рыбки»-ползание по гимнастической скамейке</p> <p>3. «По узкой дорожке, перешагивая через валуны» - ходьба по рейке</p> <p>Подвижная игра «Акула и рыбы»</p> <p>Дыхательная гимнастика «Кит дышит»</p>	
	15-19			Животный мир Казахстана	3-неделя О.В.Д.	<p>Игровое занятие«Путешествие в Африку».1-2</p> <p>Комплекс упражнений с мячом</p> <p>1.«Кенгуру»-прыжки на двух ногах справа налево.</p> <p>2.«Леопард»- ползание по скамейке на четвереньках</p> <p>3- «Обезьяны» - лазание по шведской стенке</p> <p>П.и: «Ловля обезьян»</p> <p>Игра м п «Животных Африки нам покажи</p>	
					Закрепление О.В.Д.	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (<i>леопард ползёт по дереву</i>).</p> <p>2. Бросание и ловля мяча двумя руками (<i>обезьянка ловит кокос</i>).</p> <p>3. Ходьба по канату, руки на поясе- приставляя пятку к носку (<i>обезьянка ходит по лиане</i>).</p> <p>Игра закрепляется.. Дыхательное упражнение «Тигр»</p>	
				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	<p>«Веселые мячи»</p> <p>ОРУ с воздушным шариком</p> <p>1.Удерживание мяча на голове как можно дольше.</p> <p>2 Отбивание мяча коленом.</p> <p>3.Бросание мяча друг другу через сетку.</p> <p>П.и «Не упусти шарик». Дых.упр. «Насос».</p>	
	22-26			Птицы нашего края	4-неделя О.Р.У. О.В.Д.	<p>Занятие – игра «Птицы наши друзья».1-2</p> <p>О.Р.У. без предметов «Птицы»</p> <p>1.Прыжки с продвижением на двух ногах, руки вдоль туловища, отведены назад - прыжки из обруча в обруч (под страховку)</p> <p>2. Ходьба змейкой между предметами «елочками»</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, спрыгивание на двух ногах, легко приземляясь на носки (страховка).</p> <p>П.игра: «Перелёт птиц»</p> <p>Кинезиологическое упр-е «Дерево».</p>	
					Закрепление О.В.Д.	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе.</p> <p>2. Ходьба змейкой между предметами «елочками»</p> <p>3.Прыжки боком через канат.</p> <p>Игры те же</p>	

	29-3.12			Растения вокруг нас	5 неделя ОРУ. ОВД.	<p>Сюжетно-игровое занятие «Цветочная страна» 1-2</p> <p>Комплекс упражнений с мячом</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Отбивание мяча одной рукой, стоя на месте; 2. Бросок мяча о пол, ловить двумя руками; 3. Отбивание мяча одной рукой, сидя на полу; <p>Игра «Играй, мяч не теряй»</p> <p>Игра м\п «4 стихии»</p>	
					Закрепление О.В.Д.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по скамейке на четвереньках назад с опорой на ладони и колени (2-3 р.) 2. Ходьба по гимнастической рейке, высота 40 см^балансируя руками (2-3р.) 3. прыжки через шнур вправо, влево (2-3р.) <p>Игры те же.</p>	
Д е к а б р ь			Мой Казахстан		Вводная	<p>Разнообразные виды ходьбы: «спиной вперед», змейкой, с заданиями, перекатом с пятки на носок, с выпадом.</p> <p>Разнообразные виды бега: галоп, с заданиями, челночный. прыжки с продвижением вперед.</p>	
	6-10			Цвети мой Казахстан	1-неделя : О.Р.У. О.В.Д.	<p>Типовое занятие. «Путешествие по просторам Казахстана»1-2</p> <p>Комплекс упражнений без предметов</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске с переходом на пролет стенки и спуск, не пропуская реек (3-4р.) 2. Эстафетный бег-между предметами 3. Эстафета "Паучки". <p>П/игра «Паук и мухи».</p> <p>Психогимнастика «Весело, грустно».</p>	
					Закрепление О.В.Д.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и спуск по наклонной доске 2. Игровое упражнение «Кто быстрее» 3. Игровое упражнение «Мяч в обруч» <p>Игра: «Паук и мухи»</p> <p>Игра мал.подв«хохотунчики»</p>	
				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	<p>«Мяч мой друг»</p> <p>ОРУ с мячом.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Бросание мяча друг другу с хлопком. 2. Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперед шагом в прямом направлении (R-5м). 3 Метание малого мяча в верт. цель (h-2 м). <p>П.И «Закати мяч ». Дых. упр-я «На турнике»</p>	
	13-17			Независимый Казахстан	2-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	<p>Типовое занятие. 1-2</p> <p>Игровая разминка «Хорошо»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Эстафета «Юрта 2. Эстафета «Шанырак Дружбы 3. . Эстафета «Смелые батыры <p>Игра «Такия тастамак». Игра мал.подв «Юрта»</p>	

				Закрепление О.В.Д.	.Эстафета «По следам Алдар Косе» Эстафета «Передача мяча». Эстафета «Байга» Игры закрепляются	
	20-24			Новогодние подарки 3-неделя О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие «Мастерская Деда Мороза» Подвижная игра «Дед Мороз – паровоз!» Игра на внимание «Льдинки, снежинки, сугроб» Подвижная игра – дразнилка «Дед Мороз – весёлый друг». Подвижная игра с игрушками.	
				Закрепление О.В.Д.	Подвижная игра – дразнилка «Дед Мороз – весёлый друг». Подвижная игра «Два Мороза» Хороводная игра «Подарки. Подвижная игра с игрушками.	
				Серия занятий «Школа мяча» О.Р.У. О.В.Д.	«Ловкий мяч» ОРУ с мячом. 1.Отбивание мяча о стенку с хлопком, с поворотом, отскоком от пола. 2. Забрасывание малого мяча в напольную корзину. 3. Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. П.И «Кати в цель». Дых. упр-я «Дровосек»	
	27-31			Здравствуй Новый год 4-неделя О.Р.У. О.В.Д.	Спортивное развлечение «Зимние забавы» Игра «Спортивная фигура на месте замри» 1.Эстафета "Кто быстрее перенесёт снежки на другую сторону" 2 Эстафета«Хоккей со снежком» (клюшкой вести «снежок») 3.Эстафета: «Лыжные гонки» 4 Эстафета: «Кто быстрее доскачет со снежком между ног». Конкурс «Спортивная викторина»	
					Эстафета «Прокати на ледянке игрушку» 6.Эстафета «Попади снежком в корзину» 7.Эстафета <i>«Полетаем на метле»</i> - Игра-эстафета "Наряди ёлочку!"	
Январь				Здравствуй зимушка зима! Вводная	Разнообразные виды ходьбы: на носках, пятках, скрестным шагом, спиной вперед, в полуприседе Разнообразные виды бега: бег прыжками, скрестно прыгать; вынося ноги вперед; челночный бег, бег в среднем темпе	

3-7			Зима пришла	1-неделя : О.Р.У. О.В.Д.	<p>Сюжетное занятие «Пришла волшебница зима» 1-2 О.Р.У Комплекс без предметов (в парах) ОВД (метод круговой тренировки) 1.Ходьба по наклонной доске 2.Подлезание под дугу правым боком. 3.Ходьба по канату с мешочком на голове, приставляя пятку к носку. Подвижная игра «Мы веселые ребята» Пальчиковая гимнастика «<i>Мы во двор пошли гулять</i>»</p>	
				Закрепление О.В.Д.	<p>1.Ходьба по наклонной доске с переходом на гимнастическую стенку. 2.Подлезание под дугу левым боком. 3.Ходьба по канату с мешочком на голове, приставляя пятку к носку. Игры закрепляются</p>	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	<p>«Мячик мой хороший друг» ОРУ с малым мячом. 1.Бросание мяча друг другу и ловля его в движении. 2. Бросание мяча друг другу и ловля его с отскоком от пола 3.Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами П.И «Попади в ворота». Дых. упр-я «Мыльные пузыри» « Апчхи!</p>	
10-16			Для чего нужен снег?	2-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	<p>Игровое занятие « Со снежками мы играем и здоровье сохраняем»1-2 ОРУ с мал.мячами 1«Кто быстрее»-прокатывание мяча между кеглями2-3 2.«Меткий стрелок»-метание в корзину2-3р 3 «.Перепрыгни через сугроб»-прыжки2-3р Подвижная игра: «Перекинь снежки со своего поля» Игра малой подвижности. «Найди снежок и промолчи».</p>	
				Закрепление : О.В.Д.	<p>1«Кто быстрее»-прокатывание мяча между кеглями2-3 2.«Меткий стрелок»-метание в корзину2-3р 3 «.Перепрыгни через сугроб»-прыжки2-3р Игры те .</p>	
17-21			Зимние забавы	3-неделя . О.В.Д.	<p>Занятие – игра «Зимние забавы»1-2 ОРУ с мал.мячами 1Ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках 2-3р 2.Ходьба змейкой между предметами с мешочком на голове.2-3р 3.Прыжки парами на двух ногах через препятствие.2-3 Подвижная игра «Снежки». <i>Игра малой подвижности «Зимние забавы»</i></p>	

				Закрепление : О.В.Д.	1.Ползание по гимнастической скамейке, на четвереньках 2-3р 2.Ходьба змейкой между предметами с мешочком на голове.2-3р 3.Прыжки парами на двух ногах через препятствие.2-3 Игры те же	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	«Мой веселый мяч» ОРУ с большими мячами. 1.Отбивание мяча одной рукой (правой и левой продвигаясь вперед. 2..Прокатывание мяча правой и левой ногой между предметами. 3.Прыжки с зажатым между коленями мячом. П/И «Догони мяч». Дых. упр-я «Насос»	
	24-28		Как зимуют звери?	4-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Как звери готовились к зиме» 1-2 ОРУ с гимнаст.палками 1.Подлезание под шнуром 2-3р 2 Прокатывание обруча 2-3р 3.подбрасывание мяча вверх Подв.игра «Волк во рву» Пальчиковая гимнастика «У медведя есть берлога»:	
				Закрепление : О.В.Д.	1.Подлезание под шнуром 2-3р 2 Прокатывание обруча 2-3р 3.подбрасывание мяча вверх. Игры закрепляются	
Февраль		Мир вокруг нас	Вводная		Разнообразные виды ходьбы: парами, со сменой направления; по заданию, спиной вперед Разнообразные виды бега: галоп, подскок, спиной вперед, челночный бег, с ускорением	
	31-4		Моя семья	1-неделя : О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. Путешествие в страну мальчиков и девочек 1--2 О.Р.У. Комплекс упражнений с гантелями 1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). П/игра «Чья колонна быстрее соберётся» Игра мал подв«Мальчишки и девчонки»	
				Закрепление : О.В.Д.	1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). Подвижная игра «Найди фигуры» Игра мал. подв «весельчаки»	

				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д. «Мяч мой друг» ОРУ с мячом. 1.Отбивание мяча о стенку с хлопком, поворотом, хлопком от пола 2. Перебрасывание мяча через шнур (элементы пионербола). П.И «Летучий мяч.» Упр. На дых «Ежик»	
	7-11			Моя улица, дома 2-неделя О.Р.У. О.В.Д.	Предметно-образное занятие «Транспорт» 1-2 ОРУ без предметов 1.Прыжки в высоту с разбега по сигналу. 2-3 р 2. Скольжение по гимнастической скамейке, лёжа на животе, подтягиваясь руками 2-3 р 3. Пройти под дугой в группировке 2-3 р Подв.игра «Светофор». Упражнение на равновесие	
					Закрепление : О.В.Д. 1.Прыжки в высоту с разбега по сигналу. 2-3 р 2. Скольжение по гимнастической скамейке, лёжа на животе, подтягиваясь руками 2-3 р 3. Пройти под дугой в группировке 2-3 р Подв.игра «Самолеты»	
	14-18			Профессии разные нужны	3-неделя О.В.Д. Игровое занятие-«Все профессии нужны, все профессии важны».1-2 ОРУ без предметов. 1. Пожарные- лазанье по гимнастической стенке . (2-3р.) 2.Артисты цирка- подбрасывание мяча одной рукой ловля другой, 3.Водитель- ползание по гимнастической скамейке на спине Подвижная игра «Пожарные». Игра мал. подв «Как живёшь?»	
					Закрепление : О.В.Д. 1. Пожарные- лазанье по гимнастической стенке . (2-3р.) 2.Артисты цирка- подбрасывание мяча одной рукой ловля другой, . (2-3р.) 3.Водитель- ползание по гимнастической скамейке на животе. . (2-3р.) Игра та же.Пальчиковая гимнастика.	
				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д. «Играем с мячом» ОРУ с мячом. 1.Бросание мяча друг другу с хлопком, с отскоком, от себя, из-за головы. 2. Прокатывание мяча ногами по прямой с попаданием в ротца. 3. Прокатывание мяча ногами «змейкой» между ногами. Подвижная игра «Ты катись, веселый мяч» Дых. упр-я «Хлопушка»	

	21-25		Мир электроники	4-неделя О.Р.У. О.В.Д.	<p>Занятие тренировка «Как девочки и мальчики научили зайчонка дружить» 1-2</p> <p>О.Р.У. без предметов парами</p> <p>1. Метание мешочков в вертикальную цель</p> <p>2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола (высота уровня пола 50 см).</p> <p>3. Лазанье по гимнастической лестнице(одноименным способом)</p> <p>Подвижная игра “Ловишка с ленточка.</p> <p>Массаж “Зайкин огород»</p>	
				Закреплени е : О.В.Д.	<p>ОВД закрепляются.</p> <p>1. Метание мешочков в вертикальную цель</p> <p>2. Ползание под дуги, не касаясь руками пола (высота уровня пола 50 см).</p> <p>3. Лазанье по гимнастической лестнице(разноименным способом)</p> <p>Игры те же.</p>	
М а р т		Народ источ- ник искусства	Вводная		<p>Разнообразные виды ходьбы: на носках, на внешней стороне ступни, ходьба с хлопками, выпадами.\</p> <p>Разнообразные виды бега: галоп, подскок, легкий бег, бег со сменой направления</p>	
	28-4		Традиции и фольклор	1-недел я: О.Р.У. О.В.Д.	<p>Занятие типовое «Казахские национальные игры”1-2</p> <p><i>Ритмическая гимнастика с элементами казахского танца «Қара жорға»:</i></p> <p>1. Эстафета «Быстрые скакуны»</p> <p>2. Эстафета «Собери асыки»</p> <p>3. Эстафета «Байга»</p> <p>П\игра «Кто сильнее»-перетягивание каната</p> <p>Игра м\п «Колечко»</p>	
				Закреплени е : О.В.Д.	<p>1. Эстафета «Быстрые скакуны»</p> <p>2.Теңге алу» – «Подними монету».</p> <p>3.«Жамбы ату» - «Стрельба из лука».</p> <p>Игры те же</p>	
			Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	<p>«Дружим с мячом»</p> <p>ОРУ с малым мячом.</p> <p>1 Катание мяча в заданном направлении.</p> <p>2. Метание малого мяча в горизонт. цель правой левой рукой с R 3 м.</p> <p>3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>П/И «Мяч навстречу мячу». Дых. упр-я</p> <p>«Смешинка»</p>	

7-11			Волшебный мир сказок	<p>2-недел я. О.Р.У. О.В.Д.</p> <p>Игровое типовое «Гуси-лебеди» 1-2 ОРУ без предметов ОВД (метод круговой тренировки) 1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони . (5-6 р.) 2.Перелезание через скамейку (рейку) высота 40 см . (5-6 р.) 3. Прыжки в длину с места через шнуры . (5-6 р.) 4.Перешагивание через палки, высоко поднимая ноги. (5-6 р.) П/Игра «Гуси лебеди»; Игра м\п «Дрозд»</p>	
				<p>Закреплени е : О.В.Д.</p> <p>1.Ползание задом по гимнастической скамейке,с опорой на колени и кисти рук (5-6 р.) 2.Перелезание через рейку высотой 40 см (5-6 р.) 3.Прыжки через веревку вверх (5-6 р.) 4.Ходьба выпадами (5-6р.) Игра «Гуси лебеди», игра мал. подв «летает не летает»</p>	
14-18			Наурыз	<p>3-недел я. О.В.Д.</p> <p>Сюжетно-игровое занятие «Путешествие в столицу»1-2 Комплекс упражнений с флажками 1.Ходьба, змейкой" между кеглями (2-3р.) 2.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками (2-3р.) 3.Метание мяча в цель из исходного положения стоя на коленях,из-за головы (2-3р.) Казахская игра - Алармаж (волки и овцы) <i>Валеоминутка с элементами ТРИЗа.</i></p>	
				<p>Закреплени е : О.В.Д.</p> <p>1.Ходьба перекатом с пятки на носок между кеглями.(2-3) 2.Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.(2-3) 3.Метание мешочка в горизонтальную цель .(2-3) Подвижные игры те же.Релаксация «Отдых»</p>	
			Серия занятий «Школа мяча»	<p>О.Р.У. О.В.Д.</p> <p>Игровое занятие ОРУ с малым мячом. 1.Метание мяча в цель из разных исходных положений: на коленях, сидя, лёжа. 2.Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой, двумя ми. 3.Прыжки с зажатым между коленями мячом. П.И «Летят мячи».Упр.на дых. «Шарик лопнул»</p>	

	21-25			Народное творчество	4-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	<p>Игровое занятие «На ярмарке народных промыслов» 1-2</p> <p>Комплекс упражнений без предметов</p> <p>1.Лазание по мини лесенки(2-3р.)</p> <p>2.Пролезание под дугу боком.(2-3р.)</p> <p>3.Прохождение по гимнастической скамье с мешочком на голове(2-3р.)</p> <p>Подвижная игра «Калачи»</p> <p>Психогимнастика «Цепочка дружбы»</p>	
					Закрепление : О.В.Д	<p>ОВД закрепляются.</p> <p>1.Лазанье по мини лесенки</p> <p>2.Пролезание в обруч –прямо</p> <p>3.Проползание по гимнастической скамейке, с опорой на ладони и колени. (с мешочком на спине)</p> <p>П.игра «Золотые ворота»</p>	
	28-1			Национальная одежда	5-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	<p>Познавательное занятие «Проверь себя»</p> <p>Комплекс упражнений с косичкой. 1-2</p> <p>Комплекс упражнений с гимн палкой</p> <p>1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке</p> <p>2. Ведение мяча ногой (внутренней стороной стопы) между кеглями</p> <p>3. Метание мяча в цель (любым способом)</p> <p>П/Игра «Ловишка»</p> <p>Упражнение стретчинга.</p>	
					Закрепление : О.В.Д	<p>1. Прыжки через гимнастическую скамейку, хватом за края скамейки</p> <p>2. Ведение мяча ногой (внутренней стороной стопы) между кеглями</p> <p>3. Метание мяча в цель (любым способом)</p> <p>П/Игра «Ловишка»(с лентами). Коррекционное упражнение.</p>	
А п р е л ь			Расцветание природы	Вводная		<p>Разнообразные виды ходьбы: на носочках, на пятках, выпадами, хлопками</p> <p>Разнообразные виды бега: подскок, галоп, прыжки скрытно, бег с заданием</p>	
	4-8			Планета земля	1-неделя : О.Р.У. О.В.Д.	<p>Занятие-тренировка «Путешествие робота на планету – Земля»1-2</p> <p>ОРУ без предметов</p> <p>1.Ходьба по гимнастической скамейке «проверь себя»</p> <p>2.Подлезание под дугу в группировке, прямо.</p> <p>3.Перелазание через мини лесенку.</p> <p>Подвижная игра “Космонавты”.</p> <p>Психогимнастика</p>	

					Закрепление : О.В.Д.	1.Ходьба по гимнастической скамейке «проверь себя» 2.Подлезание под дугу в группировке, прямо. 3.Перелазание через мини лесенку. Подвижная игра “Космонавты”. Психогимнастика	
				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	«Мы с мячами крепко дружим» ОРУ с малым мячом. 1.Метание мяча на дальность 2.Ведение мяча одной рукой, передавая его из одной в другую, передвигаясь по сигналу. 3. Забрасывать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеч. П.И Ловишки с мячом Дых. упр-я «Каша кипит»	
	11-15			Знакомимся с космосом	2-неделя . О.Р.У. О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Космическое путешествие»1-2 Комплекс ОРУ «Ракета на старт» 1 Пройди через космический туннель» 2.космические паучки с помощью рук и ног добраться до космического конуса) 3.космический портал -пропустить обруч через себя) Игра «Космическая угроза» Психогимнастика	
					Закрепление : О.В.Д.	ОРУ закрепляется 1.«Пройди по космической дорожке»-(ходьба по канату) 2«Пройди по космической дорожке»-(ходьба по канату) 3«Перепрыгни кратер»-(прыжки через кубики) (пролезть через туннель)	
	18-22			Весна-красна	3-неделя . О.В.Д.	Сюжетно-игровое занятие «Весна,весна,красная»»1-2 ОРУ с султанчиками(цветами) Дыхательное упражнение. «Подыши одной ноздрей 1Ходьба по гимнастической скамье руки в стороны 2.Бег змейками между кеглями 2-3р 3.Прыжки на двух ногах, через пеньки (6 шт., высота 10 см) 2-3р Подвижная игра «Птицы в гнездах». Игра мал.подв . Весна, весна красна	
					Закрепление : О.В.Д.	1Ходьба по гимнастической скамье руки в стороны 2.Бег змейками между кеглями 2-3р 3.Прыжки на двух ногах, через пеньки (6 шт., высота 10 см) 2-3р Подвижная игра . Весна, весна красна . Игра «Узнай по голосу	

				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	Игровое заняти 3 ОРУ с малым мячом. 1.Бросание мяча от груди, через голову.. 2.Отбивание мяча о пол двумя руками, продвигаясь вперёд бегом. 3. Бросок мяча через сетку из разных частей площадки Забрасывание мяча в баскетбольную корзину. П/И «Охотники и звери Упр.на дых «Шарик лопнул»	
	25-29			Украшим мир цветами	4-неделя О.Р.У. О.В.Д.	Занятие игра «Цветочная поляна» 1-2 Комплекс упражнений с палками: «Волшебная палка» 1. Метание мяча в цель. ((5-6р.) 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. (5-6р.) 3.Прыжки на двух ногах, справа и слева от массажной дорожки.в длину с места через шнуры (5-6р.) Игра «Цветы и пчелки» Игра м\п «Необычное рисование»	
					Закрепление : О.В.Д.	1.Прыжки на гимнастических мячах «змейкой» между цветами, разложенными на полу. (5-6 р.). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3-4 раза. 3..Прыжки через веревку вверх (5-6 р.). 4. Игры те же Подв «летает не летает»	
М а й			Пусть всегда будет солнце.	Вводная		Разнообразные виды ходьбы: на носочках, змейкой, выпадами, спиной вперед разнообразные виды бега: галоп,бег с заданием, прыжки скрестно, подскок	
	2-6			В семье единой.	1-неделя : О.Р.У. О.В.Д.	Типовое занятие. Путешествие в страну мальчиков и девочек 1--2 О.Р.У. Комплекс упражнений с гантелями 1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). П/игра «Чья колонна быстрее соберётся» Игра мал подв«Мальчишки и девчонки»	
					Закрепление : О.В.Д.	1.Ходьба по гимн. скамейке на каждый шаг высоко поднимать ногу и делать под ней хлопок (2р). 2.Ползание «по – пластунски» с переползанием через препятствие (2р). 3.Прыжки на правой ноге между предметами (2р). Подвижная игра «Найди фигуры» Игра мал. подв «весельчаки»	

				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие ОРУ с малым мячом. 1.Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперёд. 2.Метание вдаль мячей разного веса и размера правой и левой рукой. 3.Прокатывание мяча друг другу из разных положений П/И «Играй, играй, мяч не теряй». Дых. упр-я «На турнике	
	9-13			На страже мира	2- неделя О.Р.У. О.В.Д.	Занятие-эстафеты «Защитники» 1эстафета «В тыл к врагу» проползти до ориентира и забросить гранату (мешочек) в обруч и бежать обратно. 2 эстафета «Донесение» С конвертом добежать до «штаба» по «кочкам» пролезть под дугу и, обежав кегля, бежать обратно к взводу. 3 эстафета «Доставка боеприпасов» Перенос кеглей из одного ящика в другой, пройдя по шнуру	
					Закреп ление : О.В.Д	эстафета «Уничтожение объекта противника» - Сбить кегли, прокатывая мяч. эстафета «Доставка снарядов на передовую»-Кегли в ящиках, бег с ящиками. эстафета «Переправа на другой берег реки по туннелю»-дети пролазят в тоннеле, прыгают из обруча в обруч и возвращаются к своему взводу.	
	16- 20			Пусть всегда будет солнце!	3- неделя О.В.Д.	Занятие-игра « Волшебный зеленый лес»1-2 Комплекс упражнений с палкой. 1. Ходить по рейкам лестнице лежащей на полу, опираясь руками за боковые перекладины 2. Закреплять прыжки через бруски. 3. Упражнять в метании мешочка в даль правой рукой. Подв. игра «Зайцы и волк» Самомассаж « Лес зеленый »-	
					Закреп ление : О.В.Д.	1Ходить между рейками лестницы лежащей на полу сохраняя равновесие 2. Закреплять прыжки через бруски. 3. Упражнять в метании мешочка в даль левой рукой. П/Игра «Цапля и лягушка» Стрейчинговое упражнение .Цапля	
				Серия занятий «Школа мяча»	О.Р.У. О.В.Д.	Игровое занятие 3 ОРУ с мячом 1.Бросание и ловля мяча от стены с разными заданиями: с отскоком от пола, с поворотом кругом, с перепрыгиванием через отскочивший мяч. 2.Отбивание мяча о пол, продвигаясь по кругу. 3. Игр упр «Мяч об пол» П.И «Зайчики» ». Дых. упр-я «Вырасти большой»	

	23-27			Здравствуй, лето!	<p>4-неделя . О.Р.У. О.В.Д.</p> <p>Познавательное занятие «Проверь себя»1-2</p> <p>Комплекс упражнений с косичкой.</p> <p>1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке</p> <p>2. Ведение мяча ногой (внутренней стороной стопы) между кеглями</p> <p>3. Метание мяча в цель (любым способом)</p> <p><i>П/Игра «Ловишка»</i></p> <p><i>Упражнение стретчинга.</i></p>	
					<p>Закрепление : О.В.Д.</p> <p>1. Прыжки через гимнастическую скамейку, хватом за края скамейки</p> <p>2. Ведение мяча ногой (внутренней стороной стопы) между кеглями</p> <p>3. Метание мяча в цель (любым способом)</p> <p><i>П/Игра «Ловишка»(с лентами). Коррекционное упражнение.</i></p>	

Согласовано: _____

методист

КТГКП «Ясли --- сад «Болашақ»
ОО по городу Риддеру УО ВКО
Бутина Н.А.

Утверждаю: _____
заведующий
КТГКП «Ясли --- сад «Болашақ»
ОО по городу Риддеру УО ВКО
Таукенова А.С.

Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы
«Риддер қаласы бойынша «Болашақ» бөбекжайы
коммуналдық мемлекеттік қазыналық кәсіпорыны
дене шынықтыру мектепке даярлық тобының 2021-2022 жылына арналған
Күнтізбелік жоспары.

Перспективный план
по физической культуре для групп предшкольной подготовки
на 2021 – 2022 учебный год
коммунального государственного казенного предприятия
«Ясли – сад «Болашақ»
отдела образования по городу Риддеру
управления образования Восточно – Казахстанской области