

Білім беру ұйымы, дошкольная организация: мини – центр "Сәулем"  
 Топ, группа: дошкольная  
 Балалардың жасы, возраст детей: 5 лет  
 Жоспардың құрылу кезеңі, на какой период составлен план: февраль 2023

№	Ұйымдастырылған іс-әрекет Организованная деятельность	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері Задачи организованной деятельности
1	Дене шынықтыру Физическая культура	<p>развивать творческие, познавательные и речевые навыки через различные виды деятельности по физической культуре;</p> <p><b>Основные движения</b>  <i>Ходьба.</i> с изменением положения рук; с остановкой по сигналу взрослого;  <i>Равновесие.</i> по скамейке с перекладыванием на каждый шаг вперед мяча из руки в руку перед собой или за спиной, по ребристой поверхности;  <i>Бег.</i> с преодолением препятствий в естественных условиях, с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе непрерывный бег 1,5-2 минуты;  <i>Бросание, ловля, метание.</i> асыки в цель на расстоянии 2–2,5 метра.  <i>Ползание, лазанье:</i> ползать по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками.  <i>Прыжки.</i> на правой и левой ноге поочередно между предметами (расстояние 3 метра);  <i>Построение, перестроение.</i> равнение в колонне на вытянутые руки вперед.  <i>Музыкально-ритмические движения.</i> Согласовать ритм движений с музыкальным сопровождением. Шагать прямо.</p> <p><b>Общеразвивающие упражнения</b>  <i>Упражнения для рук и плечевого пояса:</i> Поднимать руки со сцепленными в «замок» пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх.  <i>Упражнения для туловища:</i> Поочередно поднимать согнутые и прямые ноги, прижавшись спиной к гимнастической стенке, держась руками за рейку на уровне бедер.  <i>Силовые упражнения.</i> Ходить на руках (один ребенок держит другого за ноги) 3-5 метров.  <i>Упражнения на пресс.</i> (в паре, один ребенок, сидя на ногах другого, придерживает его (5–6 раз);  <i>Упражнения для спины.</i> выполнять упражнения с элементами стретчинга  <i>Упражнения для ног:</i> опираясь руками о колени;</p> <p><b>Спортивные упражнения</b>  <i>Ходьба на лыжах.</i> Передвигаться переменным шагом друг за другом, скользить на левой и правой ноге. Делать повороты переступанием на месте вправо и влево, вокруг в обе стороны.  <b>Спортивные игры.</b>                      Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении.  <b>Подвижные игры.</b>                      Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p>