

Утверждаю:



Жетилгенова Д.Н.
заведующая ГККП я/с №17 «Шұғыла»

25.08.25 г.

**Перспективное планирование по организованной деятельности «Физическое воспитание»
в старшей группе на 2025-2026 учебный год**

Инструктор по физическому воспитанию: Сактаганова А.А.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

Старшая группа

2025-2026 уч. год

№		Задачи организованной деятельности	Количество часов	Каззахские национальные игры
1	Сентябрь	Учить детей строиться в колонну, равняться на ведущего. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Развивать ловкость, внимание. Воспитывать дружеские отношения друг к другу. Подвижные игры с элементами бега врассыпную, с разными заданиями. С перестроением в звенья, ориентировкой в пространстве. Развивать активность, интерес детей к подвижным играм. Воспитывать коллективизм, желание играть совместно. Учить ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени в разном направлении. Совершенствовать умение подпрыгивать на двух ногах, ноги вместе, ноги врозь. Формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, развивать организованность, внимание. Закреплять умение бега с определенными заданиями. Упражнять детей в бросании и ловле мяча. Формировать навыки прыжков на двух ногах из обруча в обруч. Развивать ловкость, координационные способности и ориентировку в пространстве спортивного зала. Воспитывать организованность, самостоятельность. Подвижные игры с элементами передачи мяча, бега в разных направлениях, Развивать в играх физические качества (быстроту, ловкость). Воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации быть ловкими и быстрыми Учить сохранять устойчивое равновесие, формировать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать умение ходить по гимнастической скамейке, неся корзину с овощами. Упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры. Формировать умение сохранять правильное положение осанки при ходьбе на повышенной опоре, профилактика нарушений осанки. Воспитывать ловкость, быстроту реакции, внимание Учить ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка. Упражнять детей в прыжках на двух ногах из обруча в обруч, умение энергично отталкиваться двумя ногами одновременно и приземляться на носки полусогнутых ног при продвижении вперед прыжками. Развивать общую выносливость, координационные способности.	1 1 1 1 1 1 1	«Жапалактар жане карлыгаш (Ястребы и Ласточки) Ак сүйек (Белая кость) Алармаж (Овцы и Волки) Балапандар (Цыплята) Айгөлек Орамал Соқыртеке Балтам тап Қара сиыр «Тапқыш» (Находчивый) «Ұшты – ұшты» (Летает не летает) «Қасқыр мен лақтар» (Волк и козлята) «Қарлығаш» (Ласточка) «Қасқырға қақпан» (Капкан для волка) «Бос орын» (Пустое место) «Тенге алу» (Подними монету) «Итеріспек» (Вытолкни из круга) «Қарсыласыңды көтер» (Подними соперника) «Жаяу-тартыс» «Аңшылар мен үйректер» (Охотники и утки) «Тақия тастамақ» (Тюбетейка-невидимка) «Сақина» (Кольцо)

		Подвижные игры с элементами бега, с перестроением в пары. Развивать активность детей в играх с предметами. Стимулировать интерес к участию в подвижных играх. Развивать ловкость, умение согласовывать свои действия с действиями других детей. Воспитывать самостоятельность, организованность. Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному между предметами. Совершенствовать умение в ползании на скамейке и равновесии, умение подтягиваться энергичным сгибанием рук в ползании по гимнастической скамейке на животе. Развивать физические качества (силу, ловкость, быстроту). Способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни. Упражнять бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Учить прыгать боком на двух ногах через аркан, формировать навыки энергичного отталкивания. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми. Воспитывать доброжелательность. Продолжать учить детей в играх метать мешочки с песком на дальность, принимать правильное исходное положение, развивать прыгучесть в прыжках, физические и волевые качества детей. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Развивать общую выносливость, силу, координацию движений. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни, желание заниматься спортом. Продолжить формировать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Упражнять ходьбу в чередовании с бегом, прыжками между предметами. Воспитывать интерес к играм соревновательного характера. Развивать ловкость, выносливость, уверенность в своих силах. Обогащать знания детей о видах спорта.	1 1 1 1 1	Ауе таяқ Көкпар Бәйге (конные скачки) «Қыз-қуу» (догони девушку) Хан «алчи» Омпы «Арқан тартыс» «Ханталапай» «Киіз үйді құрастыр» (Построй юрту)
2	Октябрь	Учить детей ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Формирование навыка красивой походки, профилактика нарушений осанки. Упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоняя корпус вперед. Воспитывать старательность, уверенность. Подвижные игры с бегом с одной стороны площадки на другую, с прыжками с высоты 20-25 см. Формировать умение сохранять статическое равновесие, умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание. Воспитание доброжелательности, интерес к подвижным играм. Учить менять направление траектории мяча при катании между предметами. Формировать умение энергично отталкивать мяч двумя руками. Совершенствовать умение пролезать в обруч, умение координировать движения рук и ног. Развивать ловкость, быстроту. Воспитывать	1 1 1	

у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. Учить ходить по шнуру с мешочком на голове, сохраняя равновесие (профилактика нарушения осанки). Упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры, на месте с поворотами, закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, вокруг себя. Воспитывать старательность, уверенность. Подвижные игры с элементами бега по кругу, с разными заданиями, с передачей мячей друг другу снизу. Развивать общую выносливость, ловкость, координационные способности. Воспитывать самостоятельность в организации знакомых игр, бережное отношение к здоровью. Упражнять в беге в медленном темпе 1-1,5 минут, бегать ритмично, делая короткие шаги, не ускоряя и не замедляя темп, с согнутыми в локтях руками, согласованной работе рук и ног. Формировать умение прыгать на препятствие (высота 20 см). Развивать выносливость, силу. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни. Учить ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом и спрыгивать со скамейки на полусогнутые ноги. Закреплять умение энергично подталкивать фитбол пальцами рук и менять направление при катании между предметами. Развивать ловкость, внимание, координационные способности, ориентировку в пространстве; формировать привычку к ЗОЖ Игры с бегом по кругу с выполнением заданий, враспынную. Прививать интерес к занятиям по физкультуре, расширять представление о пользе физической активности. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание. Формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми. Воспитание доброжелательности Упражнять в перебрасывании мяча через натянутую сетку, придавать силу броску энергичным выпрямлением согнутых рук, упражнять в прыжках на двух ногах через шнуры. Развивать силу, ловкость. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. Учить прыгать боком на двух ногах через аркан. Упражнять бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать ловкость, быстроту. Формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно. Подвижные игры с элементами передачи мяча, бросками мяча в горизонтальную цель. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами. Развивать умение соблюдать последовательность выполнения движений. Воспитывать умение выполнять действия совместно, уступать друг другу.	1 1 1 1 1 1 1 1	
---	---	--

		Учить лазать по гимнастической стенке разноименным способом, выполнять правильный хват перекладины (4 пальца сверху, большой снизу), согласовывать движения рук и ног. Упражнять детей ходить по гимнастической скамейке перекидывая мяч из руки в руку перед собой и за спиной. Воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми.	1	
3	Ноябрь	Учить метать мячи в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5метра. Совершенствовать умение бегать мелкими и широкими шагами. Развивать глазомер, ориентировку в пространстве. Воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации быть ловкими и быстрыми.	1	
		Подвижные игры с элементами ползания и передачи мяча. Учить осознанно относиться к выполнению правил игры. Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими.	1	
		Учить метать предметы на дальность (не менее 3,5-6,5м). Закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, умение принимать правильное положение тела. Развивать общую выносливость, силу, координацию движений. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни, желание заниматься спортом	1	
		Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующимся шагом, с пролета на пролет. Упражнять пролезать в обруч правым и левым боком. Развивать ловкость, быстроту. Формировать у детей положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно.	1	
		Подвижные игры с бегом, с остановкой по сигналу, с перестроением в пары. Развивать физические качества, активность детей в играх. Продолжать формировать умение выполнять указания педагога точно и быстро, согласовывать свои действия с действиями других детей, воспитывать аккуратность, коллективизм.	1	
		Учить прыгать на месте на двух ногах (10 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой). Совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Развивать координационные способности, выносливость. Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим.	1	
		Закреплять ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Совершенствовать умение бегать мелкими и широкими шагами. Развитие силы и ловкости. Способствовать формированию привычки к здоровому образу жизни.	1	
		Игры с бегом по кругу, с остановкой по сигналу, перестраиваться из колонны по одному по два, по три, по четыре. Развивать ловкость, быстроту реакции, внимание. Формировать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми. Воспитание доброжелательности.	1	

		Учить прыгать с места в длину (не менее 70см), принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз – вперед с толчком ног. Закреплять умение бросать мячи через препятствия (с расстояния 2м) двумя руками и одной рукой из-за головы. Развивать ловкость, выносливость, силу. Воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими. Закреплять навыки ходьбы по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Совершенствовать умение ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони. Развивать вестибулярный аппарат, координацию движений. Воспитывать смелость, чувство коллективизма Подвижные игры с метанием мячей, продолжить развивать активность детей в играх с мячами. Прививать интерес к занятиям физкультурой, к играм. Развивать ловкость, внимание, ориентировку в пространстве, формировать привычку к ЗОЖ Упражняться пролезать в обруч, поднятую на высоту 50см правым и левым боком вперед. Совершенствовать броски мяча в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5метра. Формировать мотивацию к занятиям спортом. Развивать умение слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движение согласованно с другими детьми. Воспитывать доброжелательность.	1	
			1	
			1	
			1	
4	Декабрь	Учить соблюдать равновесие при ходьбе по скамейке, выполняя на середине поворот с мешочком на голове, руки в стороны, формирование навыка красивой походки, профилактика нарушений осанки. Развивать навыки броска мяча друг другу снизу. Развивать ловкость, выносливость, координационные способности; воспитывать дисциплинированность Казахские национальные игры с бегом, с разными заданиями. Развивать интерес к национальным играм, играм соревновательного характера, физические качества: ловкость, скорость, силу. Расширять кругозор детей, знакомить с предметами казахского народного быта, с играми; воспитывать толерантность. Учить метать асыки в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5м) Развивать интерес к национальным играм, в играх развивать физические качества (быстроту, силу, ловкость, выносливость). Воспитывать организованность, смелость, уверенность в своих силах. Закреплять навыки метания асыков в горизонтальную цель, умение направлять асык вперед - вверх энергичным движением руки. Развивать общую выносливость, координационные способности. Воспитывать толерантность. Развивать физические качества, побуждать интерес к различным национальным подвижным играм. Подвижные игры в зимнее время года с элементами соревновательного характера, с метанием предметов в цель. Развивать ловкость, силу, выносливость. Воспитывать интерес к зимним	1	
			1	
			1	
			1	

		развлечением Развивать навыки ходьбы и бега мелкими и широкими шагами, змейкой, с изменением направления, темпа. Закреплять навыки прыжка с высоты 20-25 см., развивать умение приземляться на полусогнутые ноги и сохранять равновесие после приземления. Развивать смелость, ловкость, выносливость. Воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации быть ловкими и быстрыми. Закреплять навыки ползания на четвереньках по прямой на расстояние до 10 м между предметами. Развивать навыки броска мяча друг другу снизу, из-за головы и ловить их. Развивать ловкость, выносливость, координационные способности; воспитывать дисциплинированность, смелость Игры соревновательного характера, с остановкой по сигналу. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Развивать ловкость, выносливость, координационные способности; воспитывать дисциплинированность, смелость Закреплять навыки метания предметов в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м. развивать глазомер и умение слегка отставлять ногу, одноименную руке, которой производится бросок. Развивать интерес к национальным играм, физические качества, воспитывать самостоятельность в организации знакомых игр. Учить перебрасывать мячи двумя руками из-за головы через препятствия. Закреплять навыки прыжка в длину с места (не менее 70 см, принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места, согласовывать движения рук вниз – вперед с толчком ног. Воспитывать желание заниматься физической культурой, быть ловкими и быстрыми. Подвижные игры в зимнее время года, с метанием в цель, с бегом и прыжками. Формировать физические качества: скорость, выносливость, ловкость, стремление к здоровому образу жизни. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни. Совершенствовать ходьбу поочередно через 5-6 предметов, положенных на расстоянии друг от друга. Закреплять умение прыгать с высоты 20-25 сантиметров. Развивать смелость, ловкость, координацию. Воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации быть ловкими и быстрыми.	1 1 1 1 1 1	
5	Январь	Закреплять умение 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.	1	

	Совершенствовать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер. Развивать координацию движений, ловкость, внимание; воспитывать выдержку, дисциплинированность, желание стать сильными, ловкими.	1	
	Развивать интерес к зимним подвижным играм. Упражнять в ходьбе по снежному валу, сохраняя осанку. Развивать ловкость, выносливость, уверенность в своих силах. Обогащать знания детей о видах спорта. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни.	1	
	Учить перебрасывать мяч друг другу, стоя в двух шеренгах на расстоянии 2 метра, способом двумя руками из-за головы, соотносить силу броска с расстоянием между шеренгами. Закреплять умение в прыжках вверх с места на двух ногах, приземление на полусогнутые ноги; развивать глазомер, внимательность, быстроту реакции. Формировать умение выполнять указания педагога точно, не торопясь; воспитывать дружелюбие, позитивное мироощущение.	1	
	Учить координировать работу рук и ног при ползании по бревну на четвереньках. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу с расстояния 2 метра, следить за направлением полета мяча, встречать летящий мяч мягким движением согнутых рук. Развивать выразительность движений, ритмичность.	1	
	Упражнять в катании на санках, развивать умение делать плавные повороты, смотреть вперед и по сторонам. Развивать ловкость, выносливость, уверенность в своих силах. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни.	1	
	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. Развивать умение подбрасывать мяч вперед-вверх, не забрасывая за голову и ловить его двумя руками.	1	
	Учить выполнять 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 правильного дыхания.	1	
	Учить катать друг друга на санках. Закреплять навык скольжения по дорожке. Развивать динамическое равновесие и координацию движений. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни.	1	
	Учить последовательно перепрыгивать через несколько линий, энергично отталкиваться двумя ногами одновременно, приземляться на носки, не наклоняя корпус вперед. Закреплять умение выполнять разные движения в разном темпе в соответствии с музыкальным сопровождением:		

	Совершенствовать метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 2 метра, развивать глазомер и умение слегка отставлять ногу, одноименную руке, которой производится бросок. Закреплять прыжки на двух ногах из обруча в обруч, развивать умение согласовывать движение рук вниз-вперед с энергичным толчком ног, мягко приземляться на носки полусогнутых ног. Развивать умение чередовать ходьбу и бег, умение правильно держать корпус при беге в быстром темпе: слегка наклонять туловище по ходу движения, не напрягать плечи, смотреть вперед. Развивать ловкость, координационные способности; воспитывать выносливость.	1	
	Учить играть в хоккей, принимать правильное исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения. Учить выполнять ведение шайбы в прямом направлении. Закреплять умение слегка отставлять ногу, одноименную руке, которой производится бросок. Развивать ловкость, выносливость. Воспитывать доброжелательность, самостоятельность.	1	
	Учить бросать мяч вдаль из-за головы в положении сидя на полу, придавать силу 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. Воспитывать интерес к зимним развлечениям.	1	
	Учить выполнять правильный хват перекладины (4 пальца сверху, большой снизу), лазать по гимнастической стенке вверх чередуясь шагом, согласовывать движения рук и ног. Развивать умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, ритмичность и выразительность движений. Воспитывать доброжелательность, позитивное восприятие окружающего мира.	1	
	Учить подниматься на горку ступаящим шагом, боком. Закреплять умение передвигаться по лыжне скользящим шагом друг за другом. Развивать динамическое равновесие и координацию движений. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни.	1	
	Учить принимать правильное исходное положение, метать мешочек вперед-вверх вдаль энергичным выпрямлением руки. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз чередуясь шагом, согласовывать движения рук и ног. Развивать ориентировку в пространстве, общую выносливость, ритмичность и выразительность движений, умение согласовывать свои движения с движениями других детей. Воспитывать любознательность, желание путешествовать.	1	
	Учить ритмично перешагивать через рейки приподнятой лестницы, высоко поднимать колени и ставить ноги энергичным движением на носок, держать корпус прямо, сохранять устойчивое равновесие. Развивать умение выполнять приставной шаг вправо без заметного сгибания ног в коленях, держать спину и голову прямо. Упражнять в ползании между перекладинами лестницы,	1	

		стоящей боком на полу, развивать силу, ловкость. Воспитывать находчивость. Учить прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Закреплять умение принимать правильное исходное положение, метать предметы вперед – вверх – вдаль энергичным выпрямлением руки. Упражнять в ходьбе и беге «змейкой». Развивать ловкость, меткость, быстроту реакции. Воспитывать организованность, выдержку.	1	
7	Март	Закреплять умение активно разгибать стопы и приземляться на полусогнутые ноги при прыгивании со скамейки; 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. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве, быстроту реакции. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. Учить метать мешочки с песком вперед – вверх – вдаль энергичным выпрямлением руки. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через набивные мячи с разным положением рук, развивать координационные способности, динамическое равновесие. Воспитывать доброжелательность Учить перебрасывать мяч через шнур, натянутый на высоте поднятой руки, стоя на расстоянии 2 метра. Закреплять умение сохранять равновесие после прыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. Развивать силу, быстроту реакции, ловкость. Воспитывать толерантность. Закреплять умение энергично перебрасывать мяч через сетку, натянутую на высоте поднятой руки, направлять мяч вперед - вверх. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, умении переходить с пролета на пролет, переступая приставным шагом вправо и перехватывая руки с перекладины на перекладину в горизонтальном направлении. Развивать координационные способности, ловкость. Воспитывать смелость. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и ровной осанки при ходьбе по линии, формировать рефлекс правильной походки. Закреплять умение прокатывать футбольный мяч в заданном направлении, развивать навыки самоконтроля пространства и движений. Развивать вестибулярный аппарат, координацию движений, укреплять мышцы ног. Воспитывать смелость, чувство коллективизма. 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. Закреплять прыжки в глубину с высоты 20 см., умение держать голову и корпус прямо, смотреть вперед. Воспитывать дружелюбие, бережное отношение к окружающим. Учить выполнять приставной шаг вперед в сочетании с легкими ритмичными подскоками.	1 1 1 1 1 1	

		Закреплять умение расходиться вдвоем на доске, начиная идти с двух сторон; согласовывать свои действия с действиями другого ребенка. Упражнять в катании фитбола, в отталкивании его энергичным движением рук. Развивать координационные способности, согласованность движений и музыки. Воспитывать позитивное мироощущение. Расширение представления о культуре народов РК через подвижные игры. Упражнять в метании вдаль асыков одной рукой; развивать силу броска. Упражнять в беге в медленном темпе- 1 минута. Расширять кругозор детей, знакомить с предметами казахского народного быта, с играми; Закреплять броски мяча друг другу снизу, из-за головы и ловить их, умение бегать с ускорением и замедлением темпа. Упражнять в перешагивании через рейки приподнятой лестницы, с высоким подниманием колен и сохранением ровной осанки. Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. Закреплять умение держаться за края наклонной доски (4 пальца внизу, большой сверху), сохранять спину ровной, смотреть вперед при ползании по гимнастической скамейке на животе. Продолжать упражнять в метании вдаль асыков одной рукой; развивать силу броска, дальше расширять кругозор детей, знакомить с предметами казахского народного быта, с играми; Учить кататься на велосипеде. Упражнять в беге в медленном темпе – 1 минута, согласованной работе рук и ног. Закреплять умение приземляться, слегка сгибать ноги в коленях. Воспитывать положительное отношение к занятиям физическими упражнениями, способствовать формированию мотивации быть ловкими и быстрыми. Закреплять умение 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: перешагивать через 5-6 предметов, положенных на расстоянии друг от друга. Развивать метание асыков вдаль одной рукой; умение направлять асык вперед - вверх энергичным движением руки. Развивать общую выносливость, координационные способности.	1 1 1 1 1 1	
8	Апрель	Учить метать мяч вперед-вверх вдаль энергичным выпрямлением руки (не менее 3,5-6,5м) Закреплять умение сохранять равновесие после спрыгивания со скамейки, держать голову и корпус прямо, смотреть вперед; развивать глазомер, координацию движений, статическое равновесие. Воспитывать организованность, выдержку Учить выполнять повороты при катании на велосипеде, сохранять равновесие. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при выполнении прыжков в длину с места (не менее 70см) согласовывать движения рук вниз-вперед с толчком ног. Развивать координацию движений, ловкость, внимание. Воспитывать выдержку, дисциплинированность	1 1	

	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.	1	
	Научить последовательно перепрыгивать через два предмета высотой 20 см. Закреплять умение ставить ногу на носок, выполнять ходьбу на пятках почти на прямых ногах, укрепление связок стопы, захватывать стопами и перекладывать с места на место мешочки с песком. Развивать ловкость, силу, быстроту реакции, внимание; воспитывать организованность, смелость, уверенность в своих силах.	1	
	Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжить развивать активность детей в играх с мячами. Развивать ловкость, силу, быстроту реакции, внимание. Воспитывать организованность, смелость, уверенность в своих силах.	1	
	Учить метать мяч в вертикальную цель (высота 1,5м). Закреплять умение последовательно перепрыгивать через 3 предмета, навык энергичного отталкивания и мягкого приземления на полусогнутые ноги. Развивать внимание, воображение; координационные способности, общую выносливость, гибкость. Воспитывать бережное отношение к окружающему миру.	1	
	Учить лазать по гимнастической стенке чередуя шаг, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Закреплять умение перебрасывать мяч через препятствия с расстояния 2м. Развивать смелость, самостоятельность, ловкость.	1	
	Учить прокатывать мяч в заданном направлении. Закреплять умение отводить назад за голову руки с мячом, придавать полету мяча правильную траекторию вперед-вверх энергичным выпрямлением согнутых рук. Воспитывать привычку к занятиям спортом, к здоровому образу жизни.	1	
	Учить выполнять приставной шаг и сохранять устойчивое равновесие на повышенной опоре, держать корпус прямо, не опускать голову вниз. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередуя шаг, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и спокойно сходить на пол. Развивать ловкость, быстроту, внимание; воспитывать бережное отношение друг к другу.	1	
	Формировать навыки сохранения ровной осанки и устойчивого равновесия в ходьбе по веревке. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь энергичным движением рук. Развивать координационные способности, силу; воспитывать дружелюбие, находчивость.	1	

		Учить кататься на самокате в заданном направлении между конусами. Продолжать развивать активность детей в играх с обручами. Развивать общую выносливость, координационные способности; воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. Учить прыгать на месте на одной ноге, сохраняя равновесие и энергично выполняя толчок одной ногой. Упражнять бегать змейкой, мелкими и широкими шагами. Развивать выносливость, ловкость, координационные способности. Воспитывать бережное отношение к природе.	1	
9	Май	Закреплять умение прыгать на месте на одной ноге, не опускаться на всю стопу, выполнять толчок с опорой на носочки. Упражнять в ходьбе по скамейке, развивать умение сохранять равновесие. Развивать координационные способности, общую выносливость; воспитывать дружелюбие, самостоятельность. Учить выполнять бросание мяча, занимая правильное исходное положение, в расставленные в разном положении кегли. Закреплять умение бегать между предметами, меняя направление и не задевая предметы. Развивать ловкость, общую выносливость, умение сохранять статическое равновесие. Учить лазать по гимнастической стенке вверх-вниз чередующим шагом. Закреплять умение бросать мяч вверх и ловить двумя руками (3-4 раза подряд). Развивать ловкость, координационные способности; закреплять привычку к занятиям спортом, воспитывать смелость. Учить выполнять приставной шаг влево и вправо на гимнастической скамейке, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Закреплять умение бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого ребенка. Закреплять умение бегать легко и ритмично парами, согласовывать свой шаг с шагом другого ребенка; умение выполнять приставной шаг влево и вправо на бревне, сохраняя устойчивое равновесие и ровную осанку. Упражнять в метании мешочков с песком вдаль, развивать умение энергично выпрямлять согнутую в локте руку. Воспитывать привычку к занятиям физической культурой. Учить вращать скакалку кистями и предплечьями рук, корпус держать прямо, делать невысокие подскоки на носках, согласовывать вращение скакалки и подскок. Закреплять умение согласовывать в паре темп и ритм шагов, сохранять направление движения, чередовать ходьбу и бег. Развивать общую выносливость, координационные способности, внимание; воспитывать организованность, самостоятельность. Закреплять умение бегать «змейкой» между предметами коротким шагом, согласовывая	1 1 1 1 1 1	

	спокойные движения рук в такт шагов, развивать координацию движений. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия и правильного положения головы при выполнении ходьбы с предметом на голове. Профилактика нарушений осанки. Развивать умение энергично отталкивать мяч и сохранять направление движения мяча, развивать глазомер; умение использовать все пространство площадки, не мешать друг другу во время выполнения заданий. Воспитывать самостоятельность. Закреплять умение отталкиваться двумя ногами одновременно, выполняя повороты налево, направо, кругом. Упражнять в ходьбе с разным положением рук, развивать внимание, координационные способности, умение изменять направление бега. Воспитывать толерантность Закреплять умение согласовывать свои действия в паре при ходьбе, 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. Учить лазать по гимнастической стенке чередуя шагом, не пропуская перекладин, при спуске доходить до последней перекладины и с переходом с пролета на пролет, спокойно сходить на пол. Закреплять умение отбивать мяч о пол двумя руками, не хлопая по мячу напряженной ладонью с сомкнутыми пальцами. Развивать смелость, самостоятельность, ловкость. Воспитывать бережное отношение к семье, к близким, привычку к активному отдыху. Учить метать мяч в горизонтальную цель энергичным выпрямлением руки, развивать глазомер. Закреплять умение выполнять ритмичные прыжки через короткую скакалку, прыгая невысоко, опускаться сначала на носки, потом на пятки. Развивать умение соревноваться, выполнять правила. Воспитывать уважительное отношение к окружающим. Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками. Закреплять умение согласовывать свои действия в паре при ходьбе, умение ходить на носочках по ограниченной площади, делая короткие шаги, сохраняя непринужденную осанку, профилактика плоскостопия. Развивать координационные способности, внимание, ориентировку в пространстве зала; воспитывать организованность, выдержку.	1 1 1 1 1	
--	---	--	--

Всего: 108 часов